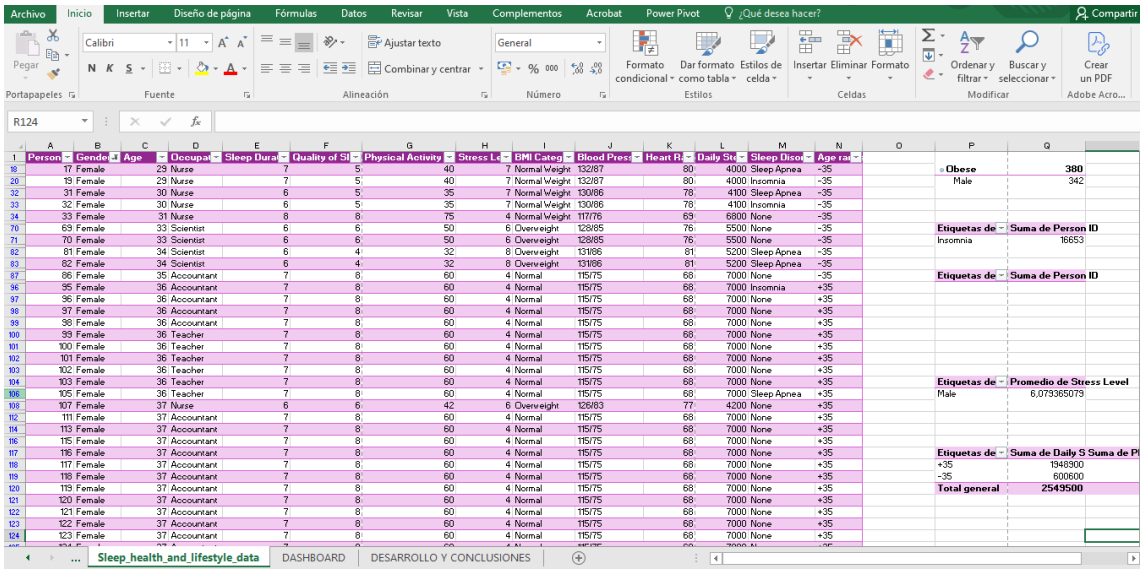
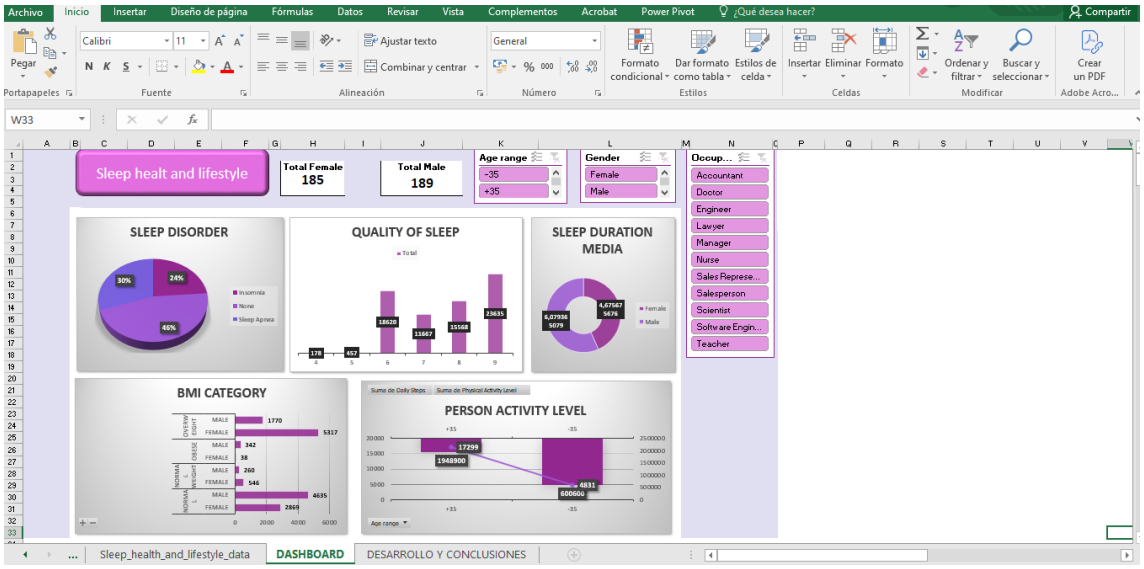
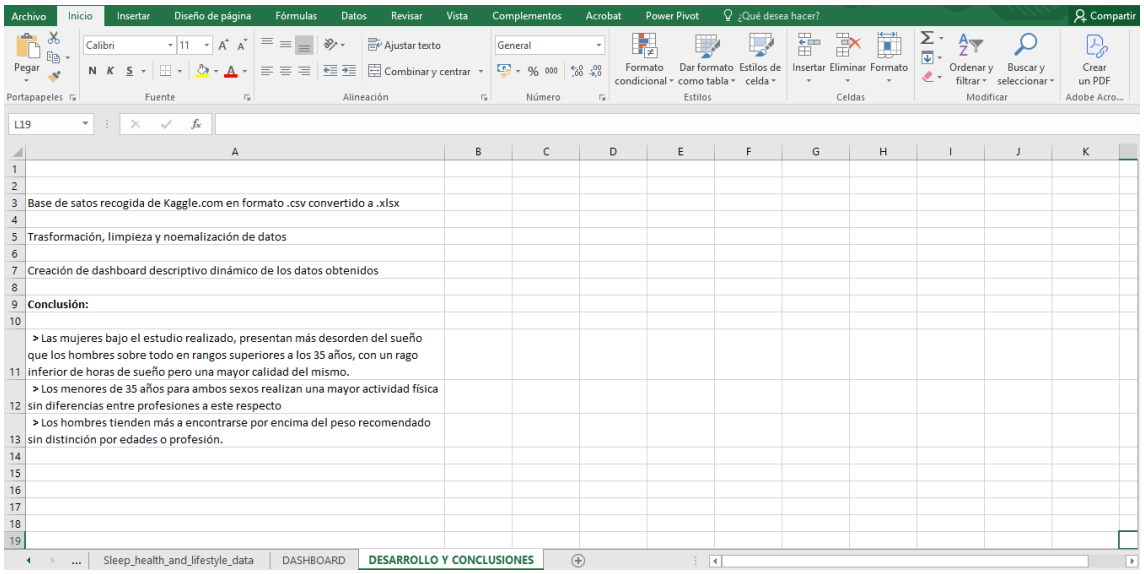

Sleep_health_and_lifestyle_data
DASHBOARD
DESARROLLO Y CONCLUSIONES


Sleep healt and lifestyle
Total Female
185
Total Male
189
Age range
-35
+35
Gender
Female
Male
Occup...
Accountant
Doctor
Engineer
Lawyer
Manager
Nurse
Sales Represe...
Salesperson
Scientist
Software Engin...
Teacher
SLEEP DISORDER
QUALITY OF SLEEP
SLEEP DURATION MEDIA
BMI CATEGORY
PERSON ACTIVITY LEVEL
Sleep_health_and_lifestyle_data
DASHBOARD
DESARROLLO Y CONCLUSIONES


Base de satos recogida de Kaggle.com en formato .csv convertido a .xlsx
Trasformación, limpieza y noemalización de datos
Creación de dashboard descriptivo dinámico de los datos obtenidos
Conclusión:
> Las mujeres bajo el estudio realizado, presentan más desorden del sueño que los hombres sobre todo en rangos superiores a los 35 años, con un rago inferior de horas de sueño pero una mayor calidad del mismo.
> Los menores de 35 años para ambos sexos realizan una mayor actividad física sin diferencias entre profesiones a este respecto
> Los hombres tienden más a encontrarse por encima del peso recomendado sin distinción por edades o profesión.
Sleep_health_and_lifestyle_data
DASHBOARD
DESARROLLO Y CONCLUSIONES