

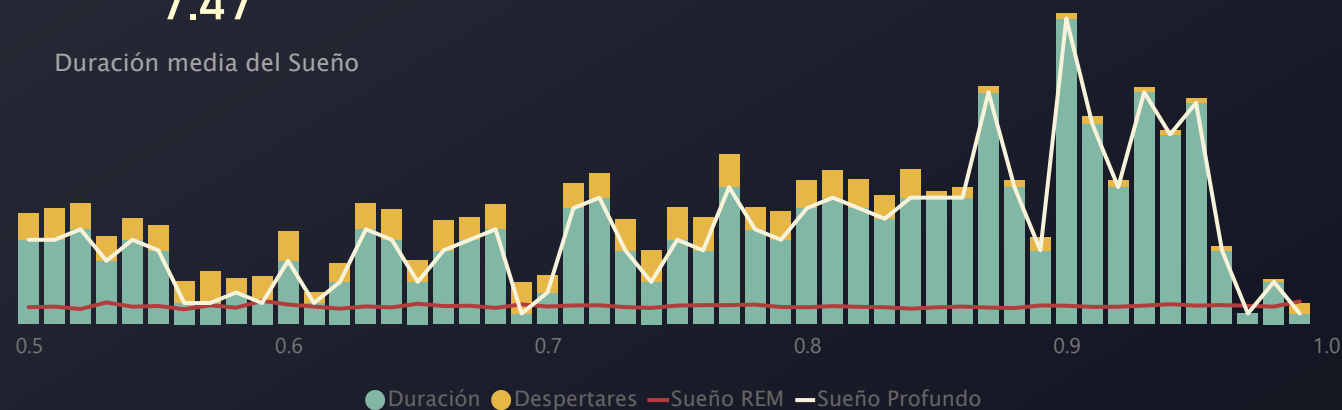
ANÁLISIS DEL SUEÑO



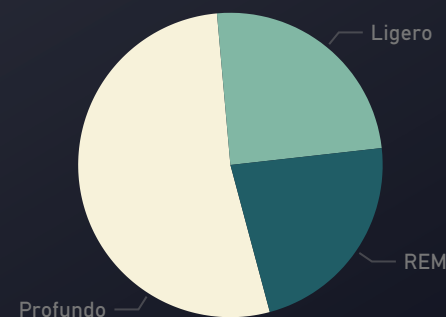
7.47

Duración media del Sueño

Eficiencia del sueño



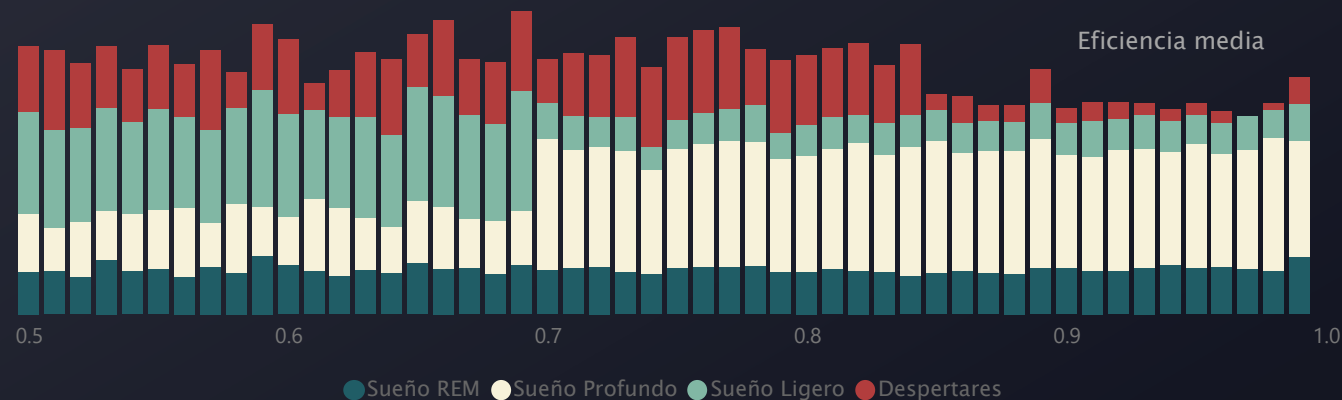
Distribución media del sueño



Eficiencia del sueño según el tipo

0.79

Eficiencia media



Distribución de despertares



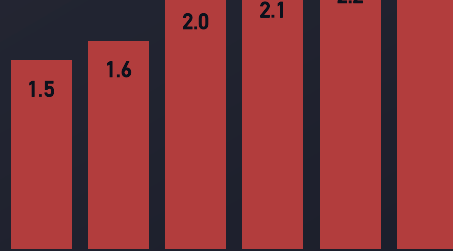
1.67

Despertares promedio

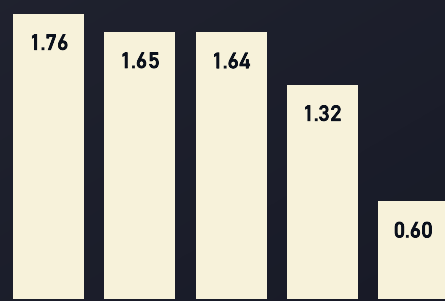
Media de interrupciones del sueño según los hábitos.



Tabaco



Consumo de Alcohol



Consumo de Cafeína



Ejercicio practicado

Impacto de los factores externos

