# 📋 Manual de Usuario - Paciente

## MediTrack - Sistema de Gestión Médica

## 🎯 Introducción

¡Bienvenido a **MediTrack**! Este manual te guiará paso a paso para aprovechar al máximo todas las funcionalidades disponibles como **paciente** en nuestro sistema de gestión médica.

MediTrack te permite gestionar tus medicamentos, tratamientos y cronogramas de forma sencilla y eficiente, ayudándote a mantener un control completo de tu salud.

## 🚀 Primeros Pasos

### 1. Acceso al Sistema

1. **Ingresa a la aplicación** mediante el enlace proporcionado por tu centro médico
2. **Inicia sesión** con tu email y contraseña
3. Una vez autenticado, serás dirigido automáticamente a tu **Dashboard Personal**

### 2. Navegación Principal

La aplicación cuenta con un **menú lateral** que incluye las siguientes secciones:

* **🏠 Dashboard Principal**: Vista general del sistema
* **👤 Mi Información**: Sección personal con tus datos y tratamientos
* **⚙️ Configuración**: Ajustes de perfil y preferencias

## 📊 Mi Dashboard Personal

### Acceso

* **Ruta**: Automática al iniciar sesión o /mi-dashboard
* **Descripción**: Tu centro de control personal con toda la información relevante

### Funcionalidades Disponibles

#### 🌅 Saludo Personalizado

* **Saludo dinámico** según la hora del día (Buenos días, Buenas tardes, Buenas noches)
* **Mensaje personalizado** con tu nombre

#### 📈 Métricas Principales

Tu dashboard muestra información clave en tiempo real:

1. **Tratamientos Activos**
   * Número total de tratamientos que tienes en curso
   * Estado actual de cada tratamiento
2. **Adherencia de los Últimos 7 Días**
   * Porcentaje de cumplimiento con tus medicamentos
   * Barra de progreso visual con colores indicativos:
     + 🟢 **Verde**: Adherencia excelente (80-100%)
     + 🟡 **Amarillo**: Adherencia media (60-79%)
     + 🔴 **Rojo**: Adherencia baja (menos del 60%)
3. **Dosis Pendientes del Día**
   * Medicamentos que debes tomar hoy
   * Contador actualizado en tiempo real
4. **Próxima Dosis Programada**
   * Medicamento y hora de la próxima toma
   * Tiempo restante hasta la próxima dosis

#### 📋 Próximas Administraciones (24 horas)

* **Lista detallada** de todos los medicamentos programados para las próximas 24 horas
* **Información incluida**:
  + Nombre del medicamento
  + Hora programada
  + Dosificación
  + Vía de administración

#### 💊 Tratamientos Activos

* **Resumen visual** de tus tratamientos en curso
* **Información del médico** responsable de cada tratamiento
* **Estado y progreso** de cada tratamiento

#### ⚡ Acciones Rápidas

Botones de acceso directo a: - **Mi Cronograma**: Ver y gestionar tu cronograma de medicamentos - **Mis Medicamentos**: Información detallada de tus medicamentos - **Mis Tratamientos**: Gestionar tus tratamientos - **Mi Perfil**: Editar información personal

## 📅 Mi Cronograma

### Acceso

* **Ruta**: /mi-cronograma
* **Descripción**: Gestión interactiva de tus medicamentos diarios

### Funcionalidades Principales

#### 🗓️ Selector de Fechas

* **Navegación temporal**: Últimos 7 días + próximos 3 días
* **Navegación intuitiva** con botones de fecha
* **Vista centrada** en el día actual

#### 📋 Estados de Administración

**🟡 Pendientes** - Medicamentos que debes tomar - **Botones de acción disponibles**: - 🟢 **Confirmar**: Marca como tomado - 🔴 **Omitir**: Registra como omitido - **Información mostrada**: - Nombre del medicamento - Hora programada - Dosificación - Instrucciones especiales

**🟢 Completadas** - Medicamentos que ya has tomado - **Información incluida**: - Hora real de administración - Observaciones registradas - Confirmación visual

**🔴 Omitidas** - Medicamentos que no pudiste tomar - **Información mostrada**: - Motivo de omisión - Hora programada - Observaciones adicionales

#### 💡 Acciones Interactivas

**Confirmar Administración** 1. Haz clic en el botón **“Confirmar”** 🟢 2. Se abrirá un diálogo donde puedes: - Registrar la hora exacta de toma - Agregar observaciones opcionales - Confirmar la acción 3. El sistema actualiza automáticamente tu adherencia

**Omitir Administración** 1. Haz clic en el botón **“Omitir”** 🔴 2. Se abrirá un diálogo donde **debes**: - Seleccionar el motivo de omisión - Agregar observaciones adicionales - Confirmar la acción 3. El sistema registra la omisión para seguimiento médico

## 💊 Mis Medicamentos

### Acceso

* **Ruta**: /mis-medicamentos
* **Descripción**: Catálogo personal de medicamentos asignados

### Información Disponible

#### 📋 Lista de Medicamentos

* **Medicamentos activos** asignados a ti
* **Información detallada** de cada medicamento:
  + Nombre genérico y comercial
  + Concentración y presentación
  + Forma farmacéutica
  + Laboratorio fabricante

#### 📖 Instrucciones Específicas

* **Dosificación personalizada** según tu tratamiento
* **Frecuencia de administración**
* **Horarios específicos**
* **Instrucciones especiales** (con/sin alimentos, etc.)

#### ⚠️ Información Importante

* **Contraindicaciones** relevantes
* **Efectos secundarios** posibles
* **Interacciones** con otros medicamentos
* **Recomendaciones** específicas para tu caso

## 🏥 Mis Tratamientos

### Acceso

* **Ruta**: /mis-tratamientos
* **Descripción**: Gestión de tus tratamientos médicos

### Funcionalidades

#### 📋 Lista de Tratamientos

* **Tratamientos activos** y su progreso
* **Información del médico** responsable
* **Fechas de inicio y duración**
* **Objetivos del tratamiento**

#### 📊 Progreso del Tratamiento

* **Adherencia actual** al tratamiento
* **Dosis completadas** vs. programadas
* **Evolución temporal** de tu cumplimiento
* **Próximos hitos** o citas médicas

#### 📝 Crear Nuevo Tratamiento

* **Ruta**: /mis-tratamientos/crear
* **Funcionalidad**: Registrar tratamientos adicionales
* **Proceso**:
  1. Completa la información básica
  2. Agrega medicamentos
  3. Establece horarios
  4. Confirma y activa el tratamiento

## 👤 Mi Perfil

### Acceso

* **Ruta**: /mi-perfil
* **Descripción**: Gestión de información personal

### Secciones Disponibles

#### 📋 Información Personal

* **Datos básicos**: Nombre, email, teléfono
* **Información médica**: Fecha de nacimiento, género
* **Datos de contacto**: Dirección, teléfono de emergencia

#### ✏️ Editar Perfil

* **Ruta**: /mi-perfil/editar
* **Funcionalidades**:
  + Actualizar información personal
  + Cambiar datos de contacto
  + Modificar preferencias de notificación
  + Actualizar información médica básica

#### 🔒 Configuración de Cuenta

* **Cambio de contraseña**
* **Configuración de notificaciones**
* **Preferencias de privacidad**
* **Configuración de recordatorios**

## 🔔 Sistema de Notificaciones

### Tipos de Notificaciones

#### 💊 Recordatorios de Medicamentos

* **Notificaciones automáticas** antes de cada dosis
* **Recordatorios personalizables** según tus preferencias
* **Alertas visuales** y sonoras

#### ⚠️ Alertas Importantes

* **Dosis omitidas** que requieren atención
* **Interacciones medicamentosas** detectadas
* **Cambios en tratamientos** por parte del médico
* **Citas médicas** programadas

#### 📧 Notificaciones por Email

* **Resúmenes semanales** de adherencia
* **Reportes mensuales** de progreso
* **Alertas críticas** de salud
* **Recordatorios de citas** médicas

## 📊 Seguimiento y Adherencia

### Métricas Personales

#### 📈 Adherencia Semanal

* **Porcentaje de cumplimiento** de los últimos 7 días
* **Tendencia temporal** de tu adherencia
* **Comparación** con periodos anteriores
* **Objetivos** de mejora

#### 📋 Registro de Cumplimiento

* **Historial completo** de administraciones
* **Patrones de comportamiento** identificados
* **Recomendaciones** personalizadas
* **Alertas preventivas** de riesgo

#### 🎯 Objetivos de Salud

* **Metas establecidas** por tu médico
* **Progreso hacia objetivos** específicos
* **Recompensas** por cumplimiento
* **Motivación** personalizada

## 🆘 Situaciones Especiales

### ❌ Dosis Omitidas

**¿Qué hacer si olvidaste una dosis?**

1. **Accede a Mi Cronograma** inmediatamente
2. **Registra la omisión** con el motivo correspondiente
3. **Sigue las instrucciones** específicas del medicamento
4. **Contacta a tu médico** si es una dosis crítica
5. **No dupliques** la siguiente dosis sin consultar

### 🚨 Efectos Secundarios

**¿Qué hacer si experimentas efectos adversos?**

1. **Registra los síntomas** en observaciones
2. **Contacta inmediatamente** a tu médico
3. **No suspendas** el medicamento sin autorización
4. **Documenta** la hora y severidad
5. **Busca atención médica** si es necesario

### 📱 Problemas Técnicos

**¿Problemas con la aplicación?**

1. **Verifica tu conexión** a internet
2. **Actualiza la página** (F5 o Ctrl+R)
3. **Cierra y abre** la aplicación nuevamente
4. **Contacta soporte técnico** si persiste el problema
5. **Mantén un registro manual** temporal

## 📞 Soporte y Ayuda

### 🆘 Contactos de Emergencia

* **Emergencias médicas**: 911
* **Centro médico**: [Teléfono del centro]
* **Soporte técnico**: [Teléfono de soporte]

### 📧 Canales de Comunicación

* **Email soporte**: support@meditrack.com
* **Chat en línea**: Disponible en la aplicación
* **Teléfono**: Horario de atención médica

### 📖 Recursos Adicionales

* **Guías de medicamentos**: Biblioteca integrada
* **Videos tutoriales**: Acceso desde el perfil
* **Preguntas frecuentes**: Sección de ayuda
* **Manuales descargables**: Recursos offline

## 💡 Consejos y Mejores Prácticas

### 🎯 Para Mejor Adherencia

1. **Usa alarmas** en tu teléfono como respaldo
2. **Establece rutinas** diarias consistentes
3. **Prepara medicamentos** la noche anterior
4. **Usa pastilleros** organizadores semanales
5. **Celebra tus logros** de cumplimiento

### 📱 Uso Óptimo de la Aplicación

1. **Revisa tu dashboard** cada mañana
2. **Actualiza el cronograma** inmediatamente después de cada dosis
3. **Lee las notificaciones** tan pronto como aparezcan
4. **Mantén actualizado** tu perfil médico
5. **Usa observaciones** para comunicarte con tu médico

### 🔒 Seguridad y Privacidad

1. **Mantén segura** tu contraseña
2. **Cierra sesión** en dispositivos compartidos
3. **Verifica** siempre la información antes de confirmar
4. **Reporta** cualquier actividad sospechosa
5. **Actualiza** regularmente tu información de contacto

## ✅ Lista de Verificación Diaria

### 🌅 Por la Mañana

* ☐ Revisar dashboard personal
* ☐ Verificar dosis programadas del día
* ☐ Preparar medicamentos necesarios
* ☐ Configurar recordatorios si es necesario

### 🌙 Por la Noche

* ☐ Actualizar cronograma con dosis del día
* ☐ Verificar adherencia semanal
* ☐ Preparar medicamentos para el día siguiente
* ☐ Revisar notificaciones pendientes

### 📊 Semanal

* ☐ Revisar estadísticas de adherencia
* ☐ Evaluar progreso en tratamientos
* ☐ Actualizar información de perfil si es necesario
* ☐ Preparar preguntas para la próxima cita médica

## 🎉 ¡Felicitaciones!

Has completado la lectura del Manual de Usuario para Pacientes de MediTrack. Con esta información, estarás preparado para:

* ✅ Gestionar efectivamente tus medicamentos
* ✅ Mantener alta adherencia a tus tratamientos
* ✅ Monitorear tu progreso de salud
* ✅ Comunicarte eficientemente con tu equipo médico
* ✅ Aprovechar al máximo todas las funcionalidades

**¡Tu salud está en tus manos, y MediTrack está aquí para ayudarte!** 💪

*Manual de Usuario v1.0 - MediTrack Sistema de Gestión Médica* *Fecha de actualización: Enero 2025*