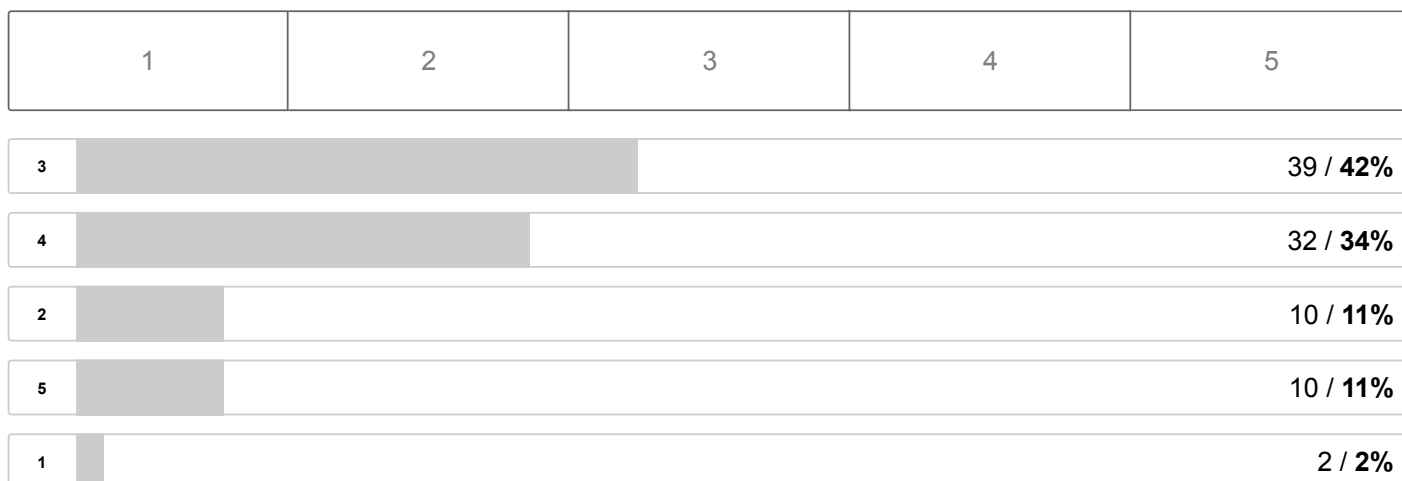


¿Consideras que padeces estrés?

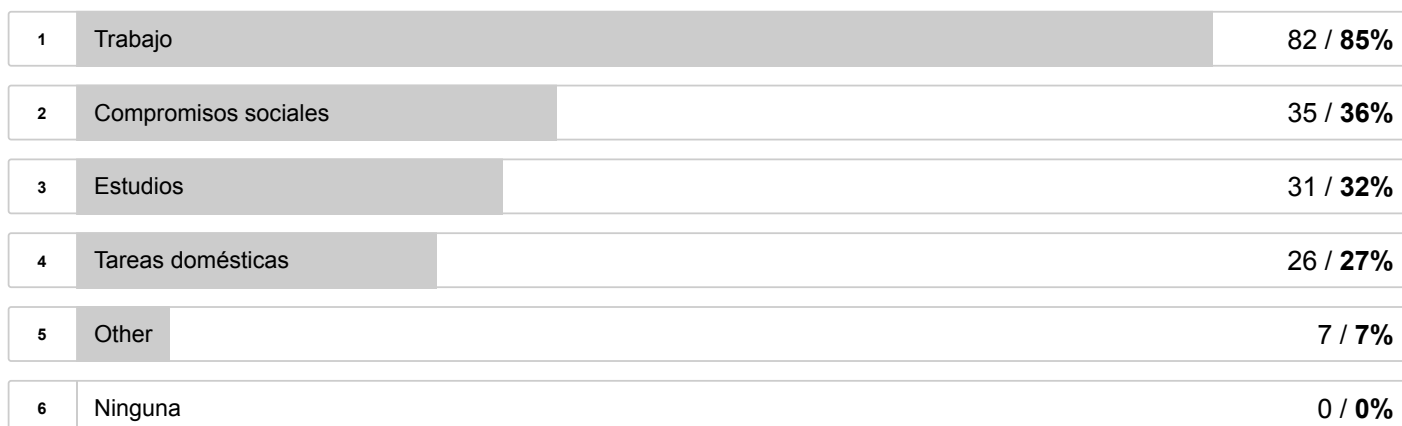
93 de 99 personas han respondido esta pregunta

Media: 3.41



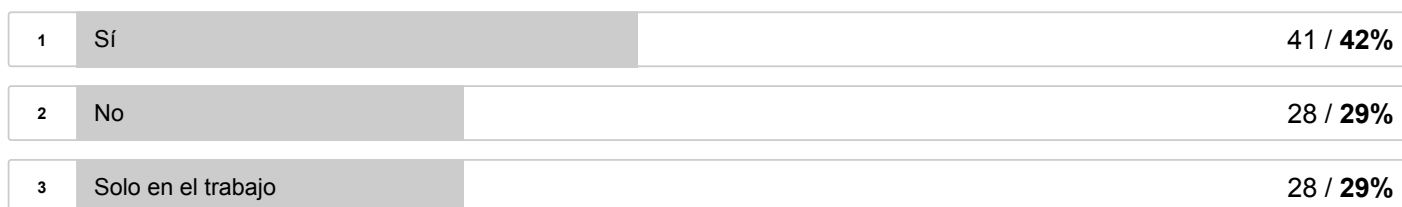
¿Cuáles son las situaciones que te generan más estrés?

96 de 99 personas han respondido esta pregunta



¿Tienes un planning para organizar tus tareas?

97 de 99 personas han respondido esta pregunta



¿Estás satisfecho/a con tu organización fuera del trabajo?

96 de 99 personas han respondido esta pregunta



¿Te resulta fácil desconectar?

97 de 99 personas han respondido esta pregunta

1	A veces	72 / 74%
2	Siempre	17 / 18%
3	Nunca	8 / 8%

¿Qué actividades realizas para desconectar?

96 de 99 personas han respondido esta pregunta

1	Ver series / TV	72 / 75%
2	Salir con los amigos	71 / 74%
3	Hacer deporte	53 / 55%
4	Leer	36 / 38%
5	Jugar a videojuegos	20 / 21%
6	Dibujar / pintar	13 / 14%
7	Other	13 / 14%
8	Meditar	11 / 11%

¿Cuántas horas a la semana dedicas a tus hobbies?

97 de 99 personas han respondido esta pregunta

1	Entre 2-5h	40 / 41%
2	Menos de 2h	24 / 25%
3	Entre 6-9h	20 / 21%
4	10h o más	13 / 13%

¿Tienes hobbies que no haces por falta de tiempo?

97 de 99 personas han respondido esta pregunta

1	Sí	87 / 90%
2	No	10 / 10%

¿Usas algún recordatorio para acordarte de lo que quieres hacer en tu tiempo libre?

97 de 99 personas han respondido esta pregunta

1	No, pero me gustaría hacerlo	32 / 33%
2	No, no los necesito	29 / 30%
3	A veces	20 / 21%
4	Sí	16 / 16%