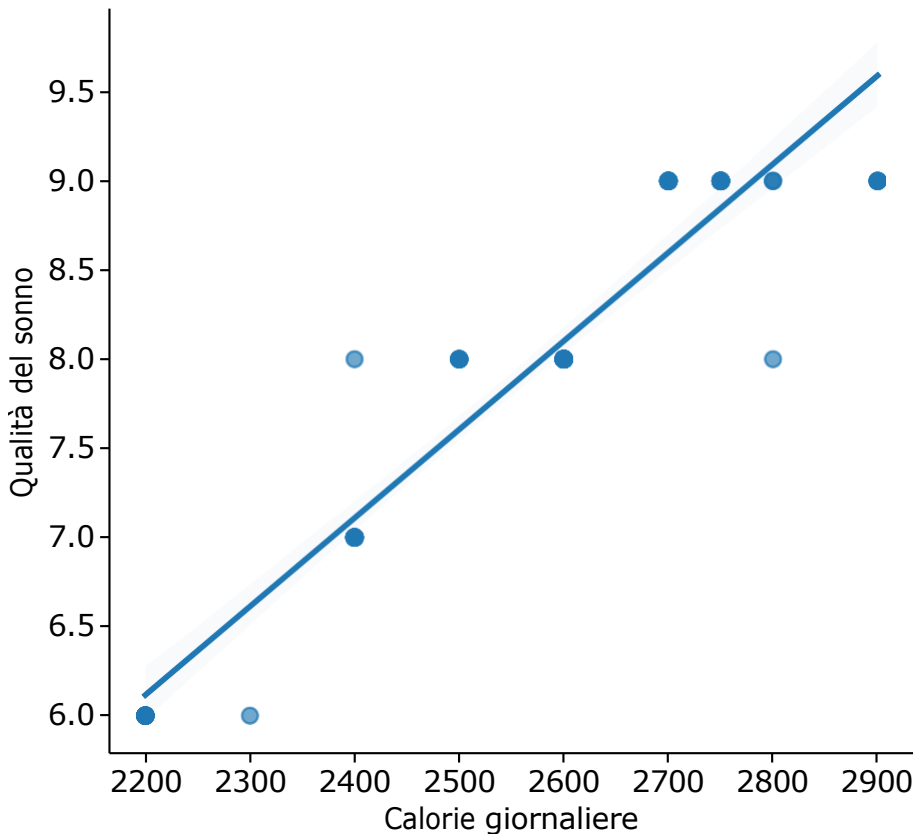


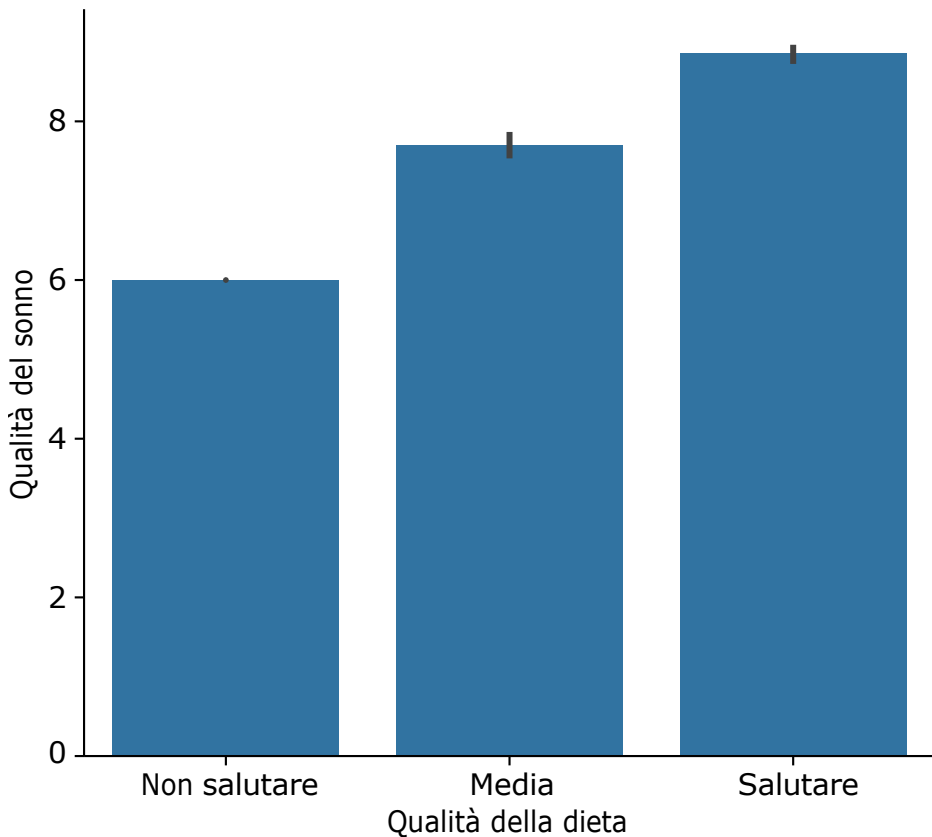
## **Report sulla qualità del sonno**

- Questo report include alcune raccomandazioni per migliorare il sonno dei nostri clienti attraverso cambi di comportamento.
- I primi tre grafici, che si riferiscono ai clienti sani (senza disturbi del sonno), suggeriscono che per questi ultimi occorre bruciare più calorie giornaliere, migliorare la dieta e aumentare il numero di ore di sonno per ottenere un aumento della qualità del sonno.
- Gli ultimi due grafici, invece, che si riferiscono ai clienti con disturbi del sonno (insonnia, apnea notturna, ecc.), suggeriscono che per questi ultimi è necessario ridurre lo stress e fare più attività fisica per migliorare il sonno.

CLIENTI SANI - Calorie bruciate  
Correlazione=0.951

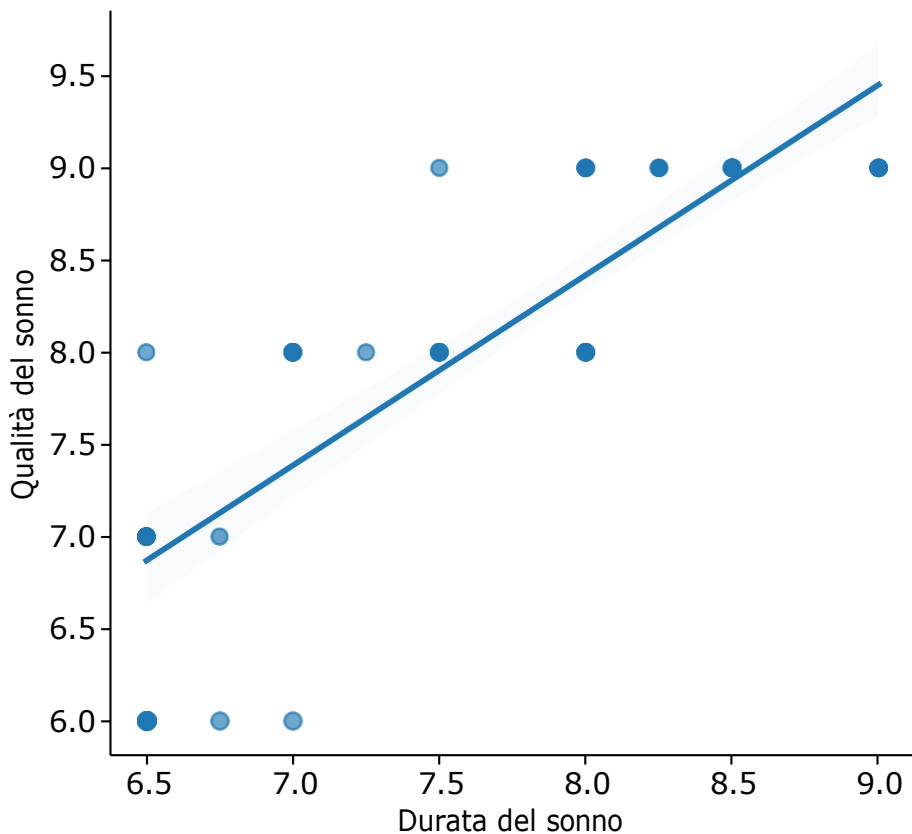


CLIENTI SANI - Dieta  
Correlazione=0.920



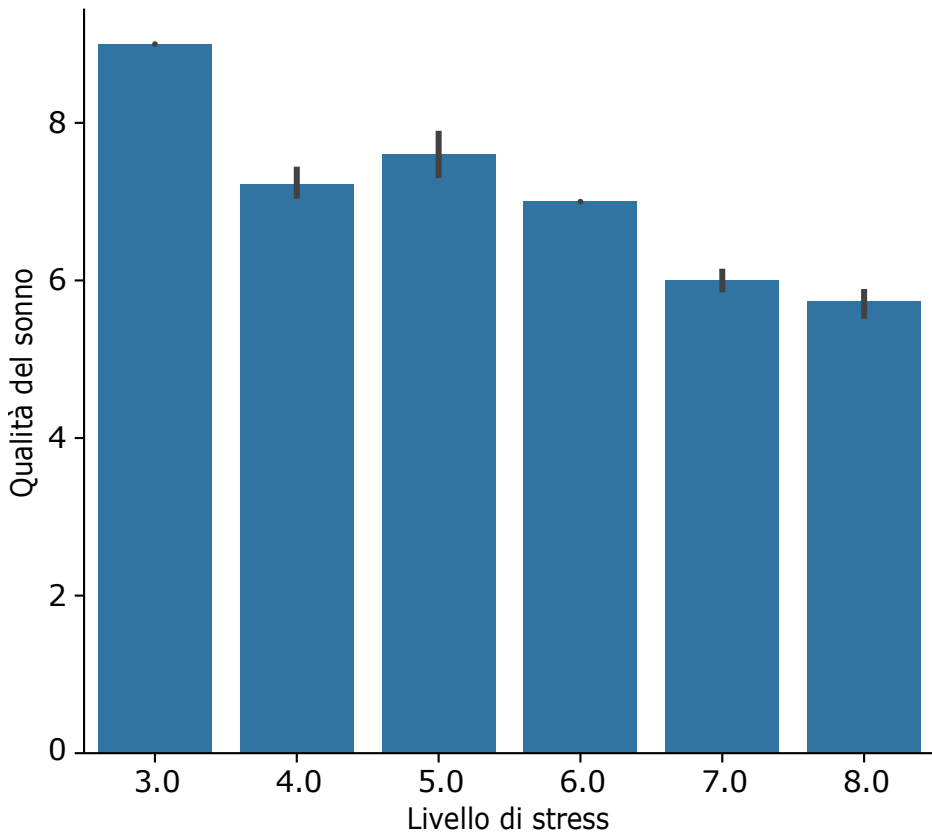
# CLIENTI SANI - Durata del sonno

Correlazione=0.852



# CLIENTI CON DISTURBI SONNO - Stress

Correlazione=  $-0.870$



# CLIENTI CON DISTURBI SONNO - Attività fisica

Correlazione=0.557

