

Recomendaciones



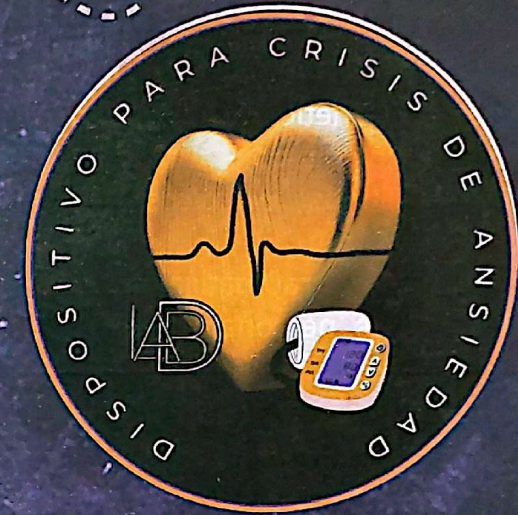
Buscar apoyo emocional
o profesional

Realizar la técnica de
Mindfulness



¿De que se trata este proyecto?

La ansiedad es un problema común que afecta la vida diaria de muchas personas. Este proyecto propone crear un dispositivo portátil que detecte crisis de ansiedad analizando la frecuencia cardíaca en tiempo real



Integrantes:
Lilian Cárdenas
Analie Montes
Andrea González
Diana Jiménez
Briana Patiño
Lean Rodriguez
Arnulfo Botacio

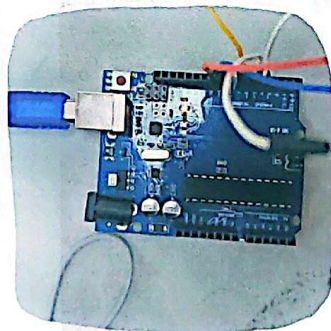
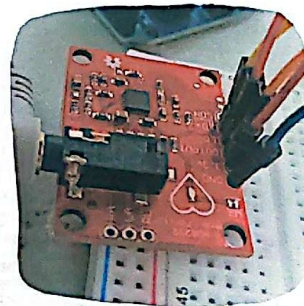
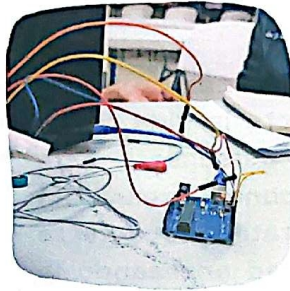
11B

Causas de la ansiedad

- Factores genéticos o hereditarios.
- Estrés prolongado.
- Desequilibrios químicos en el cerebro.
- Experiencias traumáticas.
- Problemas personales, escolares o laborales.



PROTOTIPO



IMPORTANCIA

La importancia de nuestro proyecto es que te permite conocer tus signos vitales en tiempo real y reconocer cómo responde tu cuerpo ante distintas situaciones. Gracias a esto es posible mejorar el diagnóstico, el autoconocimiento y autoobservación de la salud mental individual.

