

KAHOOT: ID-HEALTH

¿Qué datos se pueden supervisar para controlar mi salud mental?

Pregunta 1: ¿Qué mide la App para saber si has dormido bien?



El color de la ropa.



Cuánta comida hay.



Tu número de zapato.



Cuánto tiempo duermes.



Pregunta 2: ¿Qué miden las Apps para saber si tu corazón está tranquilo?



El volumen de la voz.



El precio del móvil.



Tus pulsaciones (el pulso).



La velocidad del coche.

Pregunta 3: ¿Cómo sabe el "Diario de sentimientos" cómo estás?



Por poner una foto del plato.



Porque pones un emoji.



Por el tiempo que hace.



Escuchando la radio.

Pregunta 4: ¿Pueden las Apps medir cuánto has caminado?



Sí, cuentan tus pasos.



No, solo ven la batería.



No, solo miden la luz.



No, solo ven la hora.

Pregunta 5: ¿Cómo sabe la App que has tomado tu medicina?



Por arte de magia.



Mirando por la cámara.

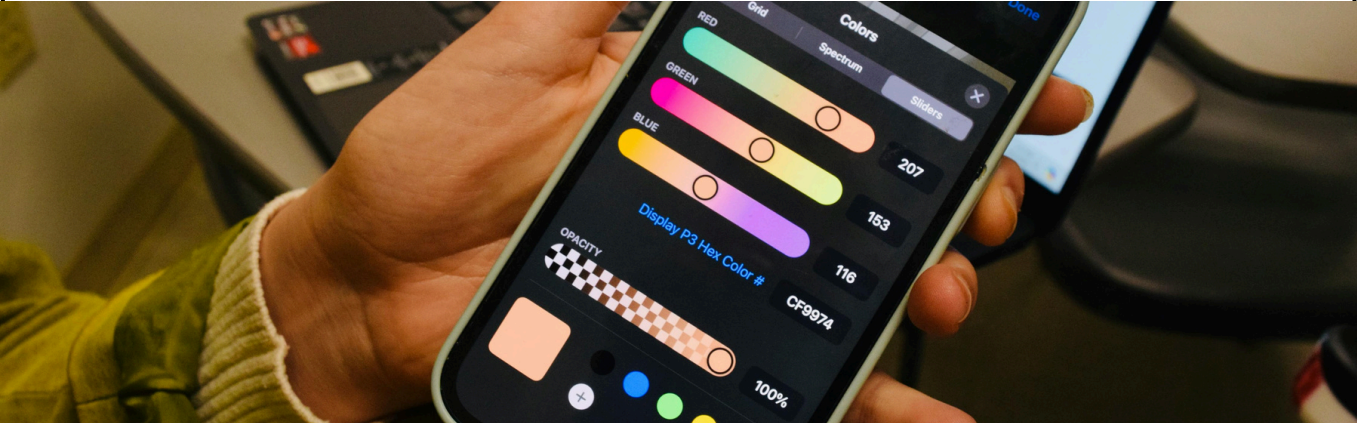


Por el ruido del frasco.



Porque marcas "tomada".

Pregunta 6: Los juegos mentales (aplicaciones de concentración) miden tu capacidad para...



Cocinar un pastel.



Concentrarte y resolver.



Conducir un camión.



Pintar una pared.

Pregunta 7: ¿Qué objetivo tiene una App de música relajante?



El nombre del vecino.



Tu lista de la compra.



Fotos de tus amigos.



El tiempo de relax.

Pregunta 8: ¿Sabes las Apps cuánto tiempo miras la pantalla?



Solo si el móvil está apagado.



No, es imposible saberlo.



Sí, y te piden descansar.



Solo si haces fotos.

Pregunta 9: ¿Qué mide un reloj inteligente tras el deporte?



El color de la pared.



El peso del reloj.



El nombre del gimnasio.



Tu pulso y la calma.

Pregunta 10: ¿Cómo sabe la App si bebes suficiente agua?



Si apuntas cada vaso.



Mirándote a la cara.













Solo si comes fruta.



Por el sudor

Soluciones

Pregunta 1	 Cuánto tiempo duermes.
Pregunta 2	 Tus pulsaciones (el pulso).
Pregunta 3	 Porque pones un emoji.
Pregunta 4	 Sí, cuentan tus pasos.
Pregunta 5	 Porque marcas "tomada".
Pregunta 6	 Concentrarte y resolver.
Pregunta 7	 El tiempo de relax.
Pregunta 8	 Sí, y te piden descansar.
Pregunta 9	 Tu pulso y la calma.
Pregunta 10	 Si apuntas cada vaso.