

[dudasinformaticas0@gmail.com](mailto:dudasinformaticas0@gmail.com)

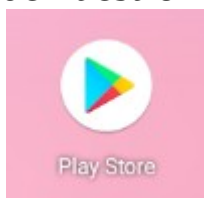
Mario Menor Martin

## Aplicaciones móviles que facilitan la vida de los mayores

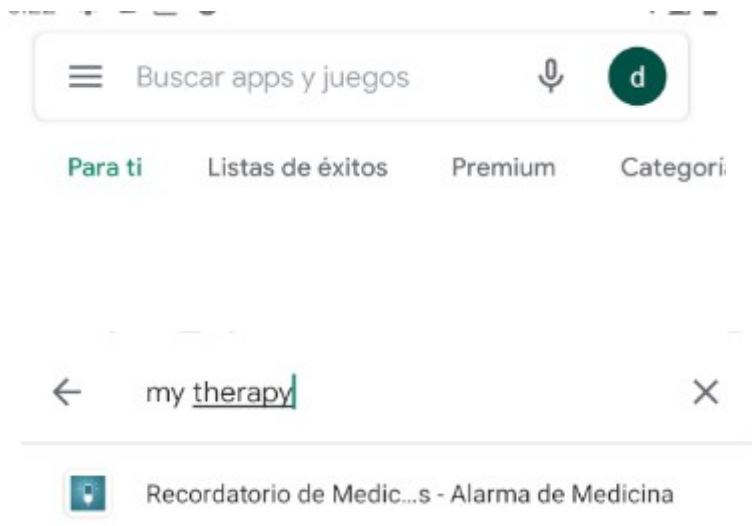
### 1-My Therapy

Aplicación que nos permite llevar un registro de nuestros medicamentos, mediciones (glucosa en sangre, tensión...) y actividad física.

Vamos a entrar en la play store de nuestro movil:



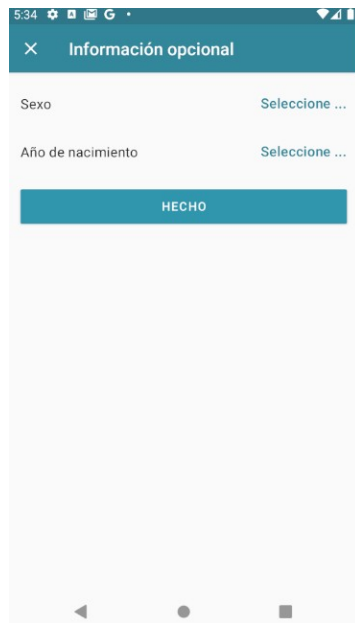
Y en la barra de búsqueda, vamos a escribir “my therapy”:



Nos instalamos la aplicación:



Lo primero que tendremos que hacer es rellenar una información inicial:



La pagina principal de la aplicación es esta:

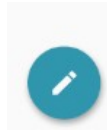


En la barra inferior destacamos las tres funcionalidades más importantes: **Hoy, progreso y terapia.**

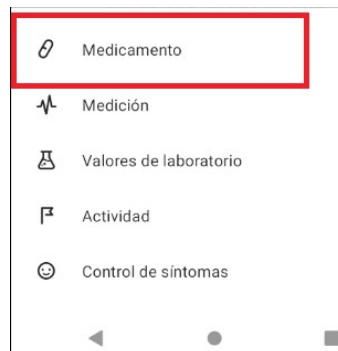
En la pestaña de **Hoy** podemos ver las medicinas que nos tenemos que tomar hoy. Si pulsamos en el símbolo del lápiz podemos registrar también las mediciones, actividad física y añadir más medicamentos.

Vamos a registrar un medicamento que hoy nos hemos tomado una aspirina:

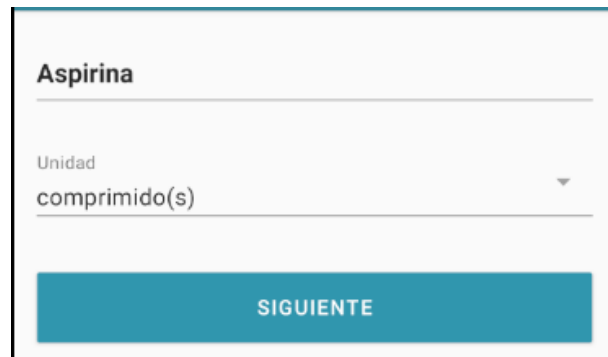
Pinchamos en el lápiz:



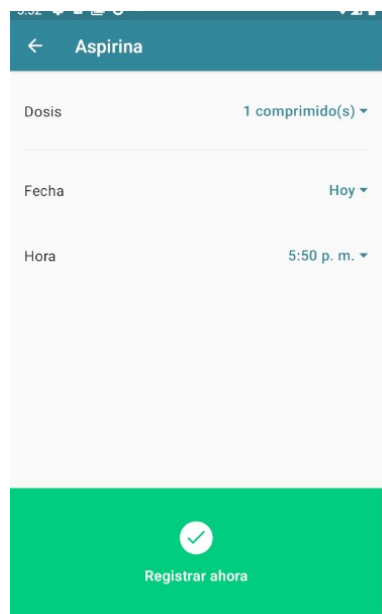
Seleccionamos medicamento:



Escribimos el nombre de nuestro medicamento:

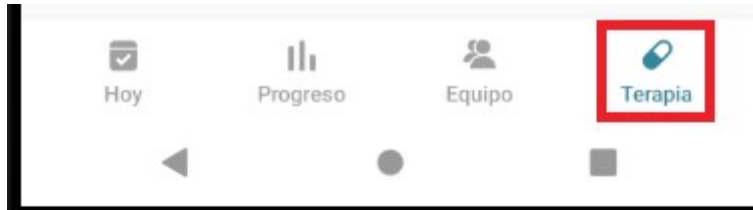


Registramos la toma del medicamento:

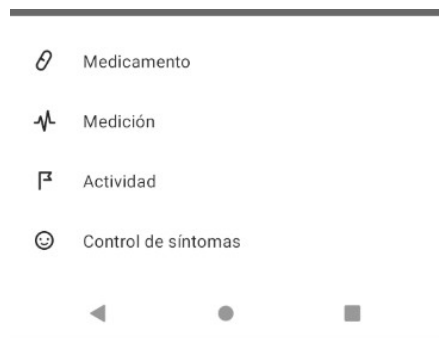


Esta toma quedaría registrada en la pestaña de **Progreso**.

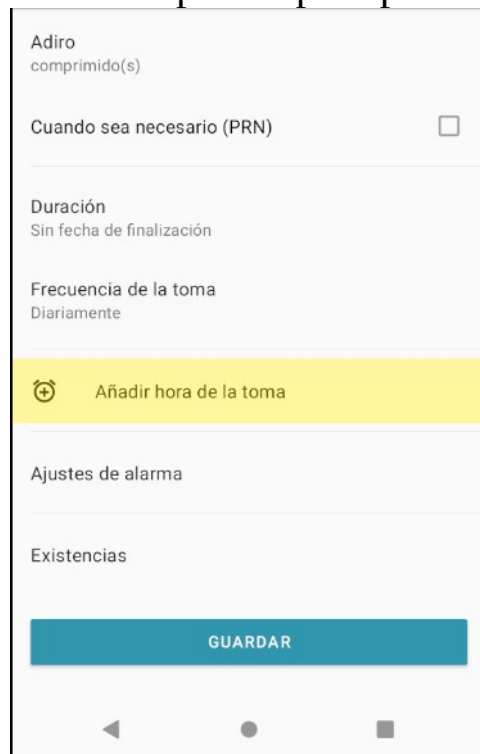
Para añadir **recordatorios**, debemos seleccionar la pestaña de **terapia**.



Podemos programar que la aplicación nos recuerde tomarnos un medicamento, tomarnos alguna medición, o que nos recuerde hacer ejercicio.



Vamos a programar una alerta de un medicamento:  
Tenemos una gran variedad de aspectos para personalizar:



Podremos ver todos los recordatorios en la pestaña **terapia**:



## Life360:

Hacemos el mismo procedimiento que con la aplicación anterior para instalarla.

Una vez instalada solo tendremos que añadir nuestro teléfono móvil y nuestro correo electrónico.

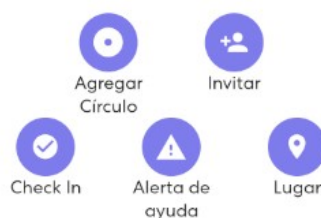


El funcionamiento de esta aplicación se basa en **círculos sociales**. Cada círculo es una agrupación de personas. Podremos ver la ubicación en tiempo real de cada miembro del círculo.

En la parte inferior tendremos los siguientes botones:



Siendo el más importante el que tiene el símbolo del +. Desde este botón, podremos controlar todas las funciones de la aplicación:



En **agregar un círculo**, crearemos un círculo nuevo.

En **invitar**, la aplicación generará un código que podremos compartir con otras personas para que puedan unirse a nuestro círculo.

Comparte este código de invitación  
con las personas que deseas en tu  
Círculo:

**TYZ-CBI**

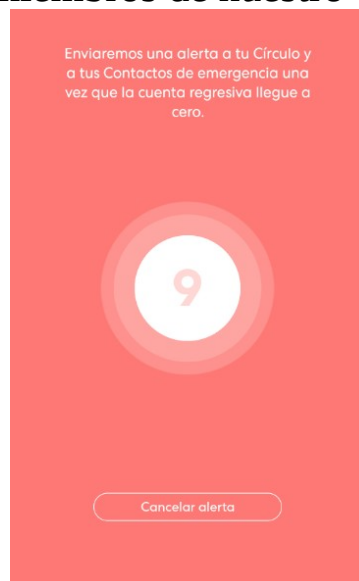
This code will be active for 2 days

Comparte tu código en voz alta o envíalo en un  
mensaje

Enviar Código

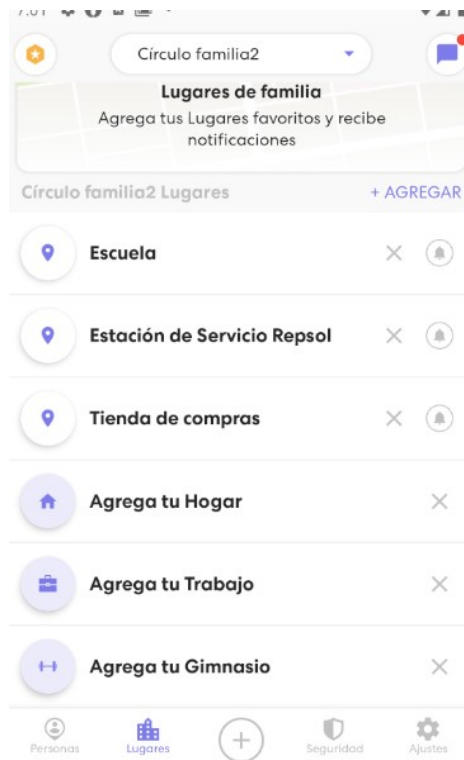
En **chek in**, podremos compartir un sitio cercano a nosotros para que lo vean los miembros de nuestro círculo.

Pulsando en **Alerta de Ayuda**, podremos enviar una alerta en caso de que necesitemos ayuda. A los miembros de nuestro círculo les llegará la alerta.

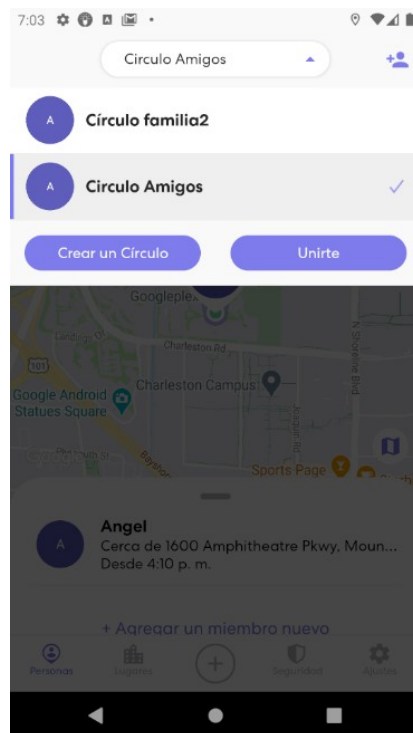


Finalmente, en **lugar** podemos establecer zonas del mapa, las cuales cuando alguno de nuestros contactos del círculo la crucen, nos llegará un mensaje. También podremos saber cuanto tiempo llevan en esa zona.

Muy útil para establecer “zonas de seguridad” o “zonas seguras” en el mapa.

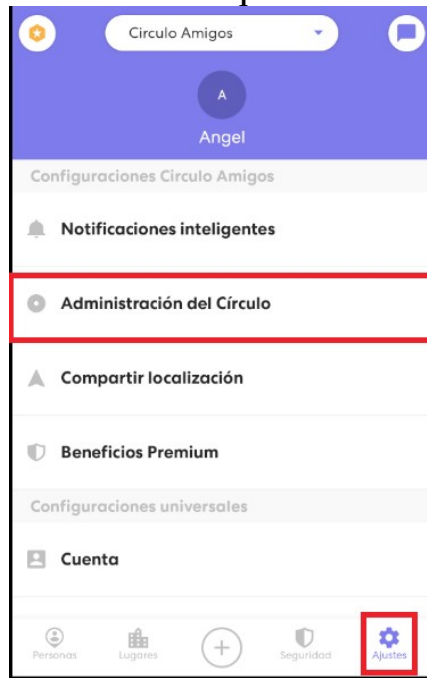


Podemos seleccionar nuestros diferentes círculos en la parte superior de la pantalla:

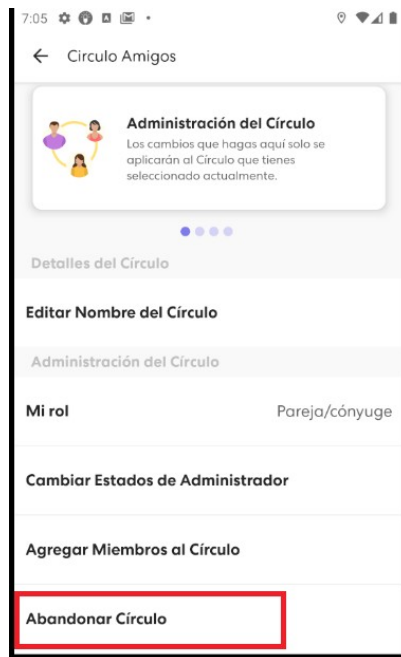




Por último, podremos salirnos de cualquier círculo en la pestaña de ajustes:



Seleccionando **abandonar círculo**.



fin