

Pantalla superior

Aparece la pantalla como la mostrada a la derecha en caso de un teléfono

inteligente (o smartphone en inglés). Esta se llama pantalla superior. Debe tenerse en cuenta que en una pantalla grande como la de una computadora puede visualizarse en tres filas y tres columnas.

Este programa de prevención de tendinitis está compuesto por 8 capítulos, a saber.

“Introducción”, “¿Por qué la prevención?”, “Autocomprobación”, “Estiramientos”, “Llevar al niño en brazos y cómo usar el cuerpo”, “Cómo hacerle dormir y productos del cuidado infantil” y “Resumen”. Si usted es una principiante, aprenda el programa en el orden descendente del texto (en caso de una computadora, de izquierda a derecha y de arriba a abajo).

Plan de Prevención y Manejo de la tendinitis



Pantalla del teléfono inteligente

Plan de Prevención y Manejo de la tendinitis



Pantalla de la computadora

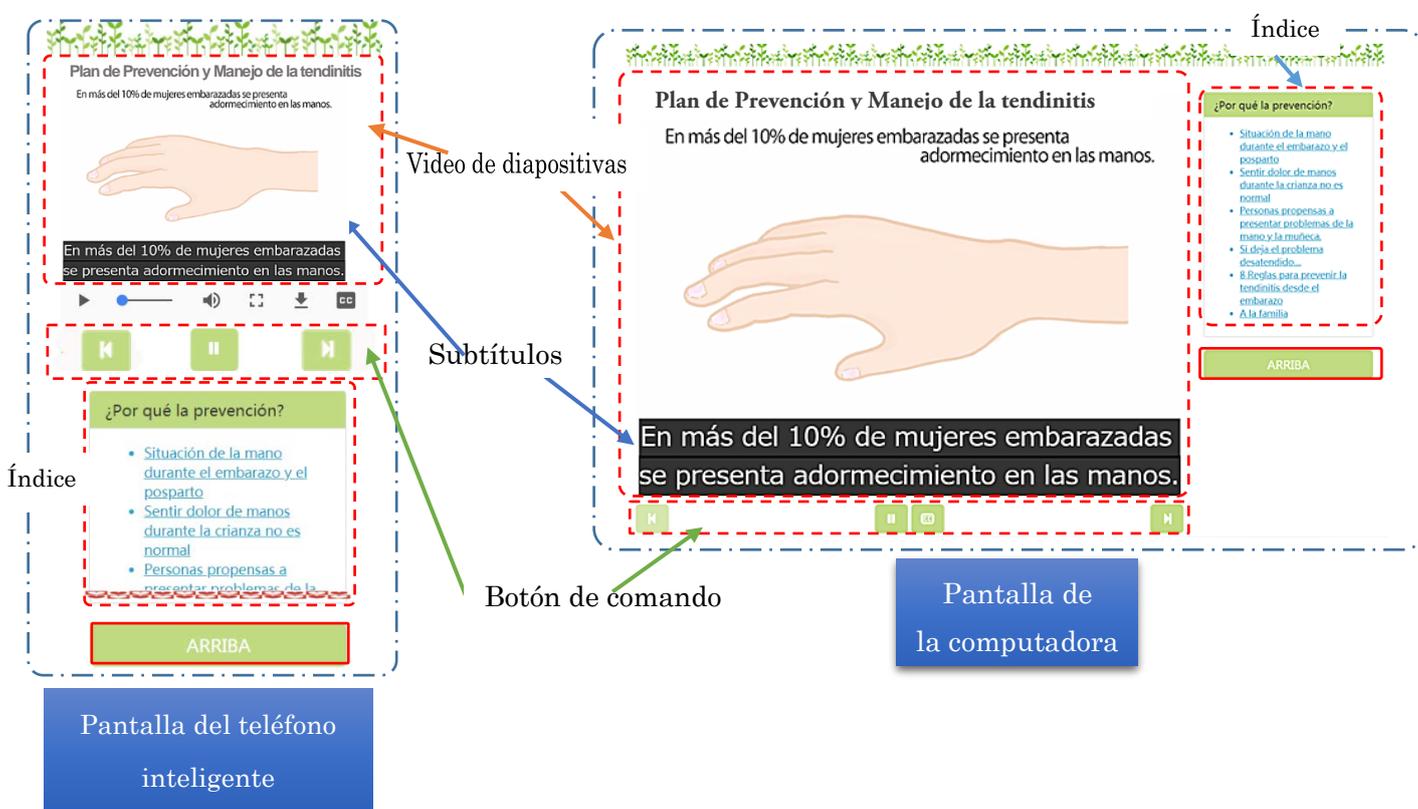
Video de diapositivas

Al tocar o hacer clic en cada botón, aparece una pantalla como la que se muestra a continuación. Se muestran los botones de reproducción como en   caso del teléfono inteligente. Toque estos botones para reproducir video y el sonido de las diapositivas. La reproducción comienza automáticamente en la computadora y otros. El

significado de cada botón de comando en la parte inferior de la pantalla es como sigue. Toque cada botón para reproducir, hacer una pausa, mostrar subtítulos, etc. Tenga en cuenta que el método de visualización de subtítulos difiere dependiendo de su entorno (equipo, navegador).

En el índice se indica el encabezamiento de sección de este capítulo. Al tocar (hacer clic) en el título que desea ver, queda listo para mostrarle el video de diapositivas. Tal como se muestra en   teléfono inteligente, al hacer clic, se reproducirá el video de diapositivas.

Toque [ARRIBA] para regresar a la pantalla superior.



 : Reproducción  : Pausa  : Activar / desactivar subtítulos

  : Visualización de la diapositiva anterior y siguiente  : Regresar a la pantalla superior

Autocomprobación con el Hand10

La operación de la pantalla de autocomprobación por Hand10 difiere de las otras.

La figura que aparece a la derecha es la pantalla de autocomprobación.

La pregunta se muestra dentro de la línea punteada azul claro en la parte superior de la pantalla. En el estado de la pregunta de su última semana en esta pregunta, seleccione 0 punto si no ha tenido ningún problema y 10 puntos cuando no lo puede hacer. Como método de selección, al tocar (hacer clic) el valor debajo del control deslizante en la parte de la línea punteada roja, la barra azul clara se extiende y contrae. Mientras más larga sea la barra, significa que es peor su estado.

Si responde a las 10 preguntas, se mostrará el puntaje total y el resultado de la evaluación de su tendinitis. Consulte este resultado, tenga cuidado de su síntoma o acuda al cirujano (especialista).

Tenga en cuenta que este resultado le servirá solo una referencia. Aun cuando el resultado no muestre ninguna anomalía, consulte a su cirujano (especialista).



Atención

1. El método de visualización y el botón mostrado difieren según el dispositivo de visualización.
2. Según la versión del navegador de Internet Explorer IE y otros, es posible que no se pueda visualizar como es debido o bien restringirse las funciones. En ese caso, cambie a otro dispositivo de visualización o navegador. El entorno en el que este programa funciona correctamente se muestra en la tabla siguiente.

Nombre del navegador	Fabricante	Versión operable
Internet Explorer IE	Microsoft	11 y subsiguientes
Edge	Microsoft	14 y subsiguientes
Chrome	Google	54 y subsiguientes
Safari	Apple	9.3 y subsiguientes
Chrome for Android	Google	53 y subsiguientes