HUMILDIFICADORES

A temperatura ambiente e a umidade relativa do ar estão ligadas à capacidade do homem em regular a temperatura corporal e à captação do oxigênio, quando está muito seco, os atletas podem apresentar sintomas como ardor nos olhos, no nariz e na garganta. Além disso, doenças cardíacas e respiratórias podem ser agravadas. Já quando a umidade está alta demais, a produção de suor pode ser dificultada, levando ao aumento da temperatura interna do corpo. Como consequência, o atleta se sente mais cansado, além disso o corpo pede líquido, e os vasos se dilatam, o que diminui a pressão do sangue. A queda na pressão arterial, chamada de hipotensão, diminui a circulação também no cérebro, o que causa dor de cabeça e confusão mental, levando à irritabilidade e ao mau humor.

Há estudos que mostram como o exercício físico é uma ótima forma de restaurar a saúde, foi realizado uma pesquisa na Universidade de Glasgow com mais de 2 mil pessoas apontou que correr, andar de bicicleta ou caminhar em áreas verdes diminui consideravelmente os níveis de stress, tensão e depressão. Observa-se que quando praticado em áreas verdes, há um benefício maior ao praticante, e funciona como uma conscientização em relação aos cuidados com o meio ambiente. O número de pessoas que começaram a exercer atividades físicas aumentou nos últimos anos e os parques públicos são considerados locais privilegiados a essa prática, porém o número de pessoas que praticam ainda é baixo.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **MÍNIMA** | **ALERTA** | **IDEAL** | **IDEAL** | **ALERTA** | **MÁXIMA** |
| **TEMPERATURA** | **18°** | **19°** | **20°** | **28°** | **29°** | **30°** |
| **UMIDADE** | **30%** | **40%** | **50%** | **50%** | **60%** | **70%** |

Temos como objetivo facilitar a melhor escolha de locais para a prática de exercícios físicos com a ajuda do sensor de temperatura e umidade (DHT11) juntamente com a plataforma WEB.

Na plataforma WEB localizamos o cliente através da Geolocalização, onde coletamos os dados (temperatura, umidade, distância do parque) de cada parque que contém o sensor DHT11 instalado por nossa empresa e classificamos através de gráficos o melhor e mais indicado local para a prática de atividades físicas.