



MY SWEET to aplikacja wspierająca profilaktykę cukrzycy i chorób metabolicznych.

Ułatwia stosowanie diety opartej na indeksie i ładunku glikemicznym.

Oblicza Twoje posiłki złożone z produktów zawartych w bogatej bazie danych.



Czy wiesz, że.....

3 miliony

Polaków choruje na cukrzycę

5 milionów

Polaków ma stan przedcukrzycowy, który bez odpowiedniej profilaktyki może zakończyć się cukrzycą

1 na 4 osoby

w Polsce w wieku powyżej 60 lat ma stwierdzoną cukrzycę



Do profilaktyki cukrzycy należy między innymi dieta oparta o indeks i ładunek glikemiczny, który oznacza, wzrost poziomu glukozy we krwi po spożyciu danego produktu.

Istnieją ogólnodostępne tabele indeksów i ładunków glikemicznych produktów, w których wartości podane są na ściśle określone porcje.

My Sweet uwzględnia Twoje porcje i składniki, nie musisz już szukać produktów i ręcznie przeliczać wartości.

To prosta w obsłudze i czytelna aplikacja w języku polskim przyjazna Seniorom, z popularnymi produktami łatwo dostępnymi na naszym rynku.

Odpowiedni kolor wyniku obliczeń natychmiast pozwoli dostrzec, czy wartości posiłków są niskie, średnie czy wysokie.

Jeśli wynik nie jest zadowalający, łatwo można zmienić rodzaj lub gramaturę składników, aby otrzymać pożądany rezultat.

Jak teraz radzą
sobie osoby
stosujące dietę
o niskim IG?



Co najbardziej
przeszkadza w
przestrzeganiu
zaleceń diety?



Jakich
udogodnień
brakuje?

Osoby stosujące dietę o niskim IG czeka przeszukiwanie tabel i kalkulatorów poszczególnych potraw, oraz żmudne obliczenia ŁG całego posiłku, zgodnie z użytą gramaturą. Przeszkadza obawa o niepewność wyliczeń oraz rezygnacja z wartościowych składników. My Sweet oblicza IG oraz ŁG całego posiłku, ułatwia żonglowanie składnikami i gramaturą składników posiłku tak, by wynik obliczeń całej potrawy był zadowalający.



Aplikacja My Sweet:

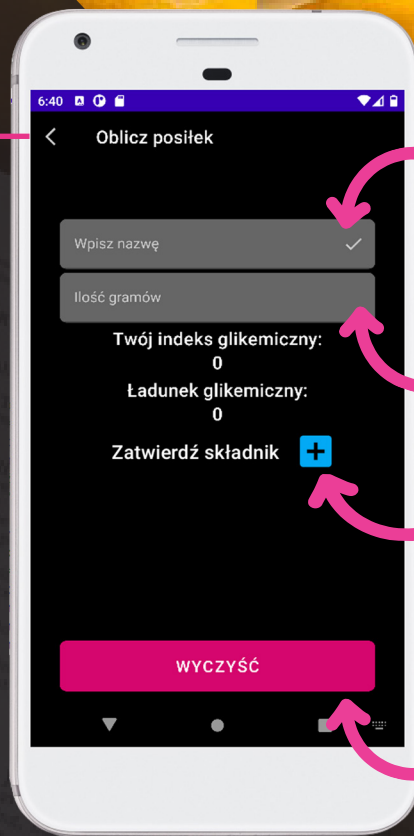
- pozwala szybko obliczyć indeks i ładunek glikemiczny całego posiłku
- umożliwia dodanie własnych posiłków i zapisanie ich na swoim koncie, do wykorzystania w przyszłości
- zawiera bazę produktów popularnych na polskim rynku
- oblicza wartości uwzględniając porcje użytkownika
- natychmiast pokazuje, czy wynik jest wysoki, średni czy niski
- pozwala na łatwą modyfikację wielkości porcji lub wymianę produktów w posiłku, jeśli wynik obliczeń jest niezadowolający
- posiada czytelny interfejs przyjazny Seniorom

Zobacz, jakie to proste:



szybko oblicz bez logowania

zaloguj żeby obliczyć i zapisać swój posiłek

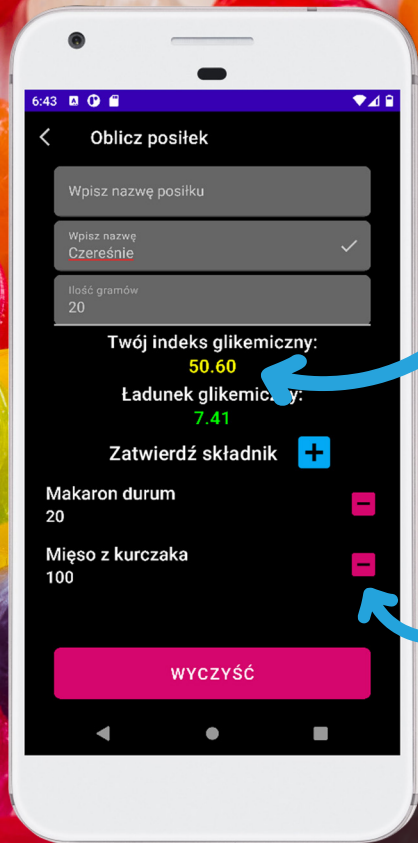


zaczynj wpisywać pierwszy składnik i wybierz go z listy podpowiedzi

wpisz ilość gramów, jakiej chcesz użyć

zatwierdź dodając produkt do posiłku, następnie powrót do wybrania kolejnego składnika

jeśli się pomylisz, tapnij przycisk „wyczyść”

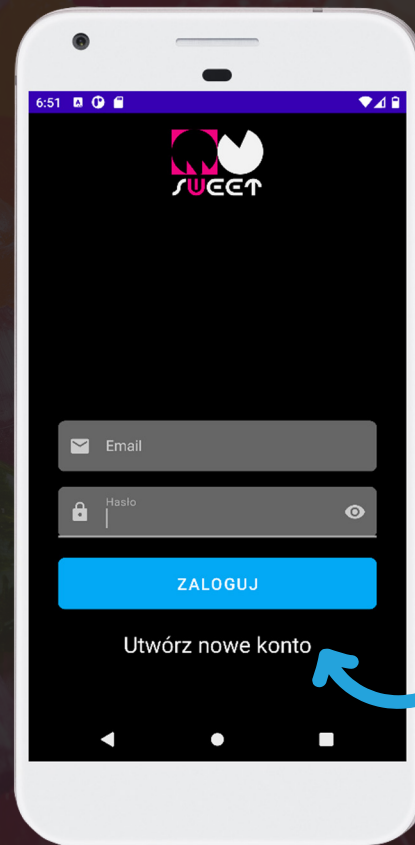


Zobacz, że po dodaniu kolejnych składników do posiłku, pojawia się indeks i ładunek glikemiczny całej potrawy.

kolor wyniku pozwala szybko ocenić, czy wartości są wysokie, średnie czy niskie

jeśli wynik obliczeń nie jest zadowalający, możesz łatwo usuwać składniki żeby zastąpić je innymi lub zmienić ich ilość

Z każdą zmianą obliczenia są ponawiane, więc widzisz natychmiast, czy wynik jest właściwy.

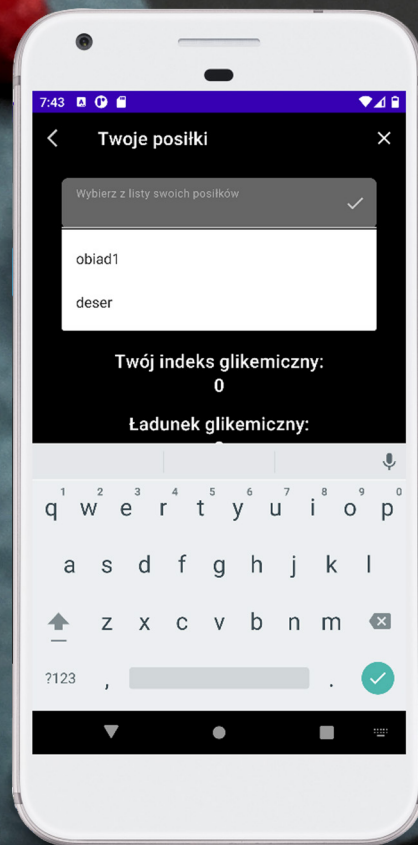


Logowanie umożliwia zapisywanie obliczonych posiłków oraz ich przeglądanie, dzięki czemu nie musisz za każdym razem obliczać dań, które często spożywasz.

za pierwszym logowaniem należy utworzyć nowe konto wypełniając odpowiednie pola krótkiego formularza



Po zalogowaniu możesz zapisywać swoje posiłki. Wpisz nazwę dania, po czym, jak poprzednio, wybierz z listy składniki, ilość gramów, następnie zatwierdź i zapisz posiłek.



Teraz możesz już wybrać swój posiłek z listy i szybko sprawdzić jego wartości.