# MyNutri - Assistência Nutricional

Alex Sandro Maita Junior (1), Caio de Oliveira Mian (2), Jonathan Santos da Silva (3), José Lucas Ferreira Gonçalves (4) , Renan Gonzalez Baratella (5) , Vitor Gabriel Vilar Silva (6), Orientador(a): Profª Ms. Viviane Gerardi. (1)RA 00339513, (2)RA 00338976, (3)RA 00338887, (4)RA 00339401, (5)RA 00339400, (6)RA 00339553.

# RESUMO

O “MyNutri” tem como principal objetivo, auxiliar jovens e adultos a terem uma alimentação saudável, onde poderão ter contato com nutricionistas e acesso a variados tipos de cardápios recomendados pelos mesmos de acordo com a doença informada. O projeto visa contribuir com a diminuição de casos como doenças causadas por uma alimentação irregular que se possa agravar sendo prejudicial a saúde e bem estar das pessoas, onde poderão por meio de um aplicativo, conscientizarem dos riscos que uma alimentação não regular possa vir a ser prejudicial a saúde.

**Palavras-chave:** saúde, nutrição, alimentação.

# Introdução

Dados apesentados pela pesquisa feita em 20 Jan. 2022 pelo PEBMED[1], portal focado em atualizações sobre a área da medicina para médicos, aponta levantamento feito no Brasil em que foi apresentado aumento de 26,61% por casos de diabetes com base nos últimos dez anos, com este aumento o país ocupou a sexta posição em ranking mundial, sendo previsto chegar a mais de 600 milhões de pacientes com diabetes em 2030 e a 784 milhões em 2045. Este número apresentado estima-se que os maiores casos, são de faixa etária de idade entre 20 e 79 anos, onde grande maioria dos pacientes são de renda média baixa e ao menos se quer sabem da presença da condição. Especialistas alertam que a alta incidência de diabetes no Brasil está diretamente relacionada à obesidade causada, muitas vezes, por alimentação de baixa qualidade somada ao sedentarismo[1].

A plataforma web einstem.br[2], levanta a questão da importância da alimentação para o controle da dislipidemia (Elevação do nivel de colesterol total). Mesmo o colesterol sendo de grande importância para o organismo, grande elevação pode resultar graves doenças cardiovasculares.

Dada a problemática citada, justifica-se a criação do projeto “MyNutri”, se tratando de uma aplicação onde o usuário terá acesso a diversos cardápios alimentares de acordo com a doença informada, para assim evitar problemas agravantes e que contribuirão com a melhora de sua saúde, também será disponibilizado ao usuário, melhores informações sobre a doença em que se foi diagnosticado. O "MyNutri" visa, junto a parceria com nutricionistas e pesquisas feitas por plataformas de saúde, auxiliar pessoas com doenças agravantes causadas por exemplo a má alimentação, visando contribuir com a saúde e bem estar das pessoas trazendo facilidade de acesso a materiais exclusivos e propõem a idéia futura de contato com profissionais que possam auxiliá-los em tempo real.

1. **Materiais e Métodos ou Metodologias**

Para o desenvolvimento da plataforma “MyNutri”, foram necessários ferramentas como: Code::Blocks ( IDE com compilador utilizada para por em prática a idealização e desenvolvimento do projeto para a linguagem de programação[3]). Linguagem de programação C (Linguagem utilizada para codificar o desenvolvimento do projeto[3]). Figma: Software que nos permite a criação de protótipos interativos, multi plataformas para apresentação[4].

Como metodologia para a idealização do projeto em si, no processo criativo utilizamos o design thinking [5], que consiste num refinamento de idéias, que vai além da necessidade de criar um produto ou serviço, é composto por um processo que aprimora as idéias e as estruturas, esse processo é feito em cinco fases, que são:

• Imersão (Insights)

• Ideação

• Prototipação

• Realização

1. **Desenvolvimento**

O “MyNutri” se trata de um aplicativo que visa auxiliar o usuário de acordo com as informações pessoais dadas sobre seu atual estado de saúde, disponibiliza-lo a princípio um cardápio recomendado por nutricionistas, para que o usuário tenha conhecimento da alimentação mais apropriada de acordo com sua saúde.

Ao entrar na aplicação o usuário terá de responder um passo a passo de perguntas, tais como nome, idade, doença diagnosticada, etc. De acordo com as respostas será lhe apresentado uma tela onde terão informações complementares sobre a doença, quais melhores formas de não se agravar em riscos maiores, e uma série de cardápios alimentares recomendados por nutricionistas que ajudam no combate a certa doença, os cardápios e informações mudam a cada tipo de doença informada.

Caso o usuário deseje somente acessar a informações sobre certas doenças para informação complementar ou de certa forma evitar tal doença, será possivel acessar um menu onde poderá pesquisar tal doença na qual deseja mais informações.

Figura 1 - Lista de Doenças a ser consultado pelo usuário

Fundo preto com letras brancas

Descrição gerada automaticamente

Para o desenvolvimento da aplicação, foi utilizado a IDE Code::Bloks com a linguagem C, utilizando conceitos e aprendizados adquiridos pelas matérias Algoritimo e Lógica de Programação e Paradigmas de Linguagens de Programação, foram essenciais para ser criado o raciocínio lógico do programa e qual a melhor estrutura de programação a ser utilizada para que fosse excutado um código limpo e com possibilidade de manutenções mais ágeis, executando um projeto funcional e agradável ao usuário.

Utilizando a plataforma Figma, foi desenvolvido uma apresentação de protótipos, para ter uma base de quais informações seriam necessárias a serem recebidas e de forma geral a parte que ficaria disponivel para o usuário.

Com o google forms disponibilizamos um questionário para termos opiniões diversas sobre a idéia apresentada no nosso projeto. Apresentados nas figuras a seguir.

Figura 2-Imagem Ilustrativa- GoogleForms-Total de respostas do formulário.

Uma imagem contendo Texto

Descrição gerada automaticamente

Pergunta1: O "MyNutri" lhe propõem uma melhor experiência em alimentações saudáveis de acordo com sua doença diagnosticada pelo médico. ou seja, caso você estiver com por exemplo diabetes tipo 1, você poderá ter acesso ao melhor tipo de cardápio para sua alimentação. Esta plataforma seria de seu interesse?

Gráfico, Gráfico de bolhas

Descrição gerada automaticamente

Figura 3 - Grafico 1 - 1º Pergunta

Gráfico, Gráfico de pizza

Descrição gerada automaticamentePergunta 2 - Em uma escala onde '0' seja insatisfeito a '5' onde seja muito satisfeito,  qual seu nível de satisfação com a nossa proposta ?

Figura 4 – Grafico 2 - Resposta 2

# Considerações finais

Destinado a pacientes com problemas de saúde ou pessoas que querem um cuidado a mais, o “MyNutri” tem como objetivo, auxiliar essas pessoas a terem uma alimentação saudável onde possa evitar problemas agravantes.

Com a problemática apresentada, o “MyNutri” propõe muitas idéias quem possam ser desenvolvidas para agregar de forma positiva grande parte de pessoas que desejam iniciar um cuidado melhor pra sua saúde e bem estar. Ao longo de desenvolvimentos futuros do projeto, o aplicativo propõe a inclusão de profissionais de nutrição, para que o usuário possa ter o contato direto com os mesmos, além de poder desfrutar de videos relacionados a bem estar, alimentação, e exercícios indicados para manter a saúde.

1. **Referências**

**[1]** PEBMED [pagina web] **Casos de diabetes aumentam revela levantamento** [acesso em 27 abril 2022] Disponivel em:https://pebmed.com.br/casos-de-diabetes-no-brasil-aumentam-2661-em-dez-anos-revela-levantamento/

**[2]** EINSTEIN [pagina web] **Importância da alimentacão para controle da displidemia** [acesso em 27 abril 2022] Disponivel em: https://www.einstein.br/noticias/noticia/importancia-alimentacao-para-controle-dislipidemia

**[3]** INTELLECTUALE TECNOLOGIA E TREINAMENTO [pagina web] **Instalacao code Blocks** [acesso em 28 Abril 2022] Disponivel em: http://linguagemc.com.br/tutorial-para-instalacao-do-code-blocks/

**[4]** Figma [programa web] **Software para criacao de prototipos** [acesso em 1 maio 2022]. Disponivel em: https://www.figma.com/

**[5]** SEBRAE [homepage na internet]. **Entenda o conceito de design thinking e como aplicá-lo a negócios** [acesso em 06 nov 2021]. Disponível em: https://www.sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/a rtigos/design-thinking-inovacao-pela-criacao-devalor-para-ocliente,c06e9889ce11a410VgnVCM1000003b7 4010aRCRD