



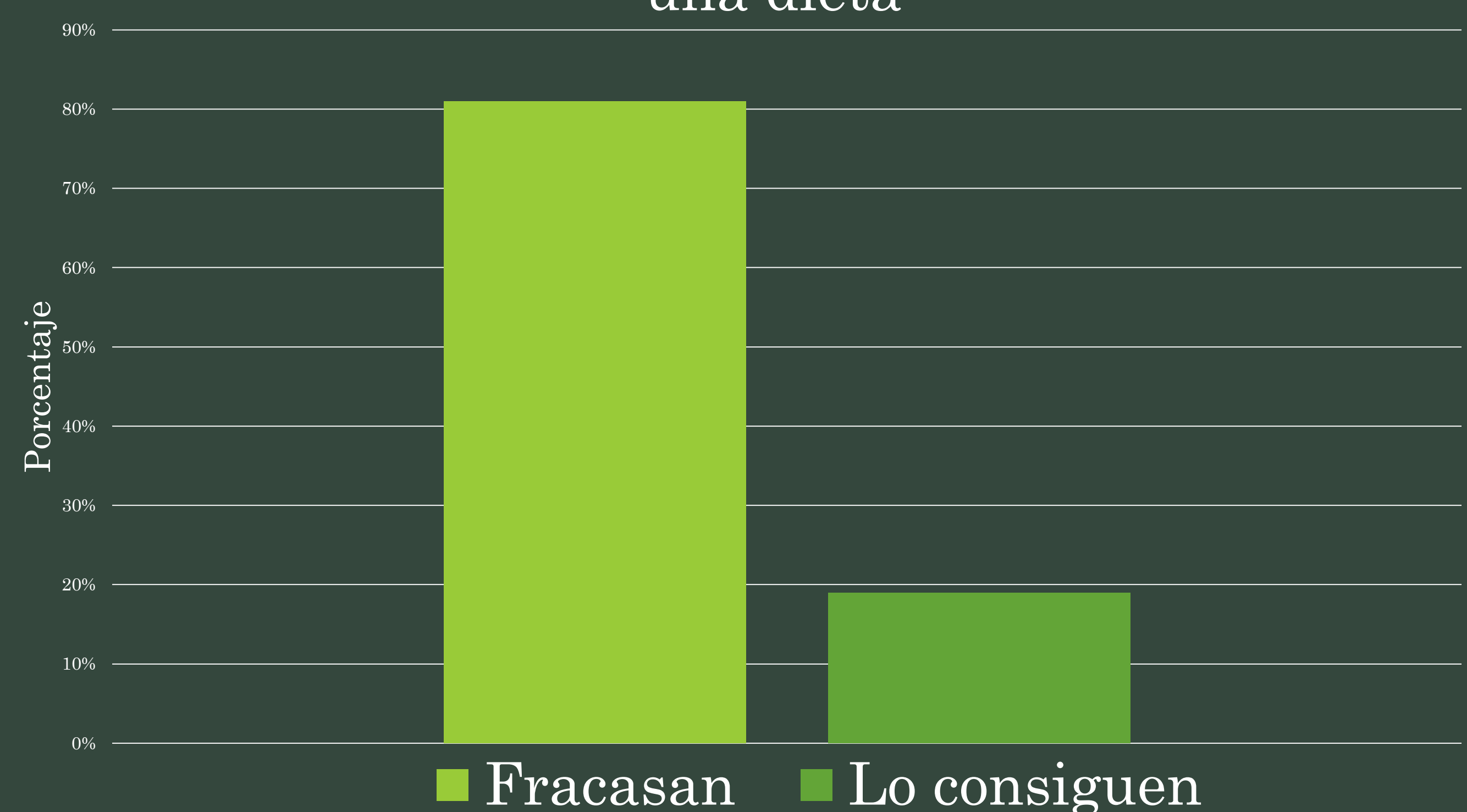
# Sistema de recomendación nutricional

Autor: Jesús Carro Tomé

Antonio Jesús Canepa Oneto

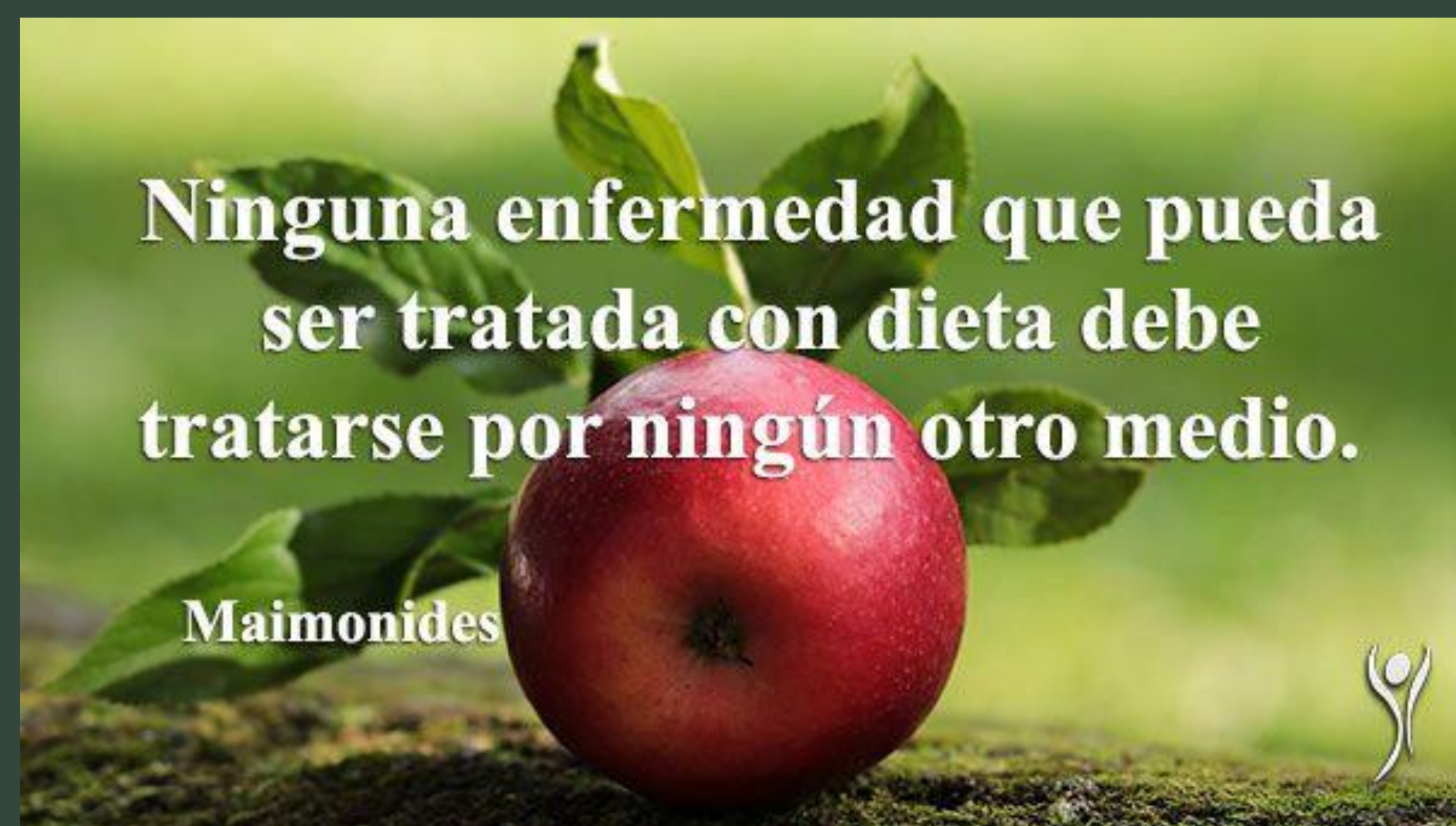
Una de cada cinco muertes en el mundo es causada por la mala alimentación, debido a que el desconocimiento del valor nutricional y su significado, favorece la obesidad y las diferentes patologías que derivan de ello. **HealthApp** es una aplicación de escritorio, que inculca un hábito saludable, en vez de proponer una dieta estricta. Su finalidad, se basa en que usuarios sin conocimientos nutricionales, aprendan un nuevo estilo de vida y unos hábitos alimenticios adecuados, a través del autoaprendizaje y de la alimentación saludable.

El 81% de los españoles fracasa al hacer una dieta



## ANÁLISIS DE DATOS Y ALGORITMOS DE RECOMENDACIÓN PARA LA PERSONALIZACIÓN DE LOS RESULTADOS

A través del lenguaje de programación: Python y las diversas librerías que este provee, se logra un análisis y tratamiento detallado de los datos. Creando así una aplicación innovadora y mejorando las fórmulas existentes para el seguimiento nutricional, al combinarlas con las nuevas tecnologías y la automatización informática.



## OBJETIVOS

Los objetivos del proyecto son:

- Lograr una aplicación ergonómica, que permita al usuario habitar un nuevo estilo de vida mediante una alimentación saludable.
- Crear un método de enseñanza que evite que el usuario desista o abandone su dieta.
- Innovar en la planificación dietética a través de las nuevas tecnologías.

## RESULTADOS

Aplicación portable totalmente funcional, con un sistema de recomendación único, basado en las necesidades del usuario, las de cada momento del día y las características de la comida. Además del innovador cálculo de la tasa metabólica basal, que se reajusta con el uso del programa para una mayor precisión.

## CONCLUSIONES

Apoyándonos en los diferentes estudios examinados a lo largo del proyecto, se llega a la conclusión de que la dietoterapia es vital para mantener una buena calidad de vida y prevenir enfermedades relacionadas. El desconocimiento de la población sobre una buena alimentación es alarmante, lo que ha provocado un auge en la prevalencia de estas enfermedades. Las nuevas tecnologías representan un buen método para la educación y enseñanza, y son cada vez más usadas en los sistemas educativos. De esta manera, **HealthApp** fusiona la dietoterapia y la educación a través de plataformas multimedia, permitiendo mejorar considerablemente la calidad de vida de los usuarios y mejorando su adherencia terapéutica.

## BIBLIOGRAFÍA

El Mundo: <https://www.elmundo.es/salud/2014/02/12/52fb7d5022601d7f228b4570.html>  
Revista Chingua: <https://revistachingua.com/la-importancia-de-la-buena-alimentacion-y-actitud-saludable/>  
Publico: <https://www.publico.es/sociedad/alimentacion-mala-alimentacion-mata-mundo-personas-tabaco.html>  
CompetenciasBásicasCórdoba: <https://competenciasbasicascordoba.webnode.es/aprender-a-aprender/>

