

São Paulo Tech School - SPTech

Larissa Dantas Ribeiro – RA 01221147

1 ADSB

# SWEET RECIPE

Projeto de Pesquisa e Inovação

Maio / 2022

**Sumário**

**Introdução**

Tem-se conhecimento que, desde os primórdios da espécie humana, desenvolvemos soluções para suprir nossas demandas, necessidades e desejos. Com isso, os seres humanos obtiveram êxito em diversas invenções, desde as mais complexas às mais simples, como por exemplo, na elaboração de receitas para prover diversas opções de alimentos para as pessoas, incrementando elementos a culinária.

Além disso, o ato de cozinhar traz aos seres humanos benefícios até mesmo psicológicos, trazendo bem estar, alívio do estresse, proporciona satisfação, desenvolve amor e propicia momentos de união e leveza quando feita em cooperação com outra pessoa.

Sendo assim, a culinária desenvolve um papel importante no dia a dia das pessoas, trazendo a elas benefícios e momentos importantes.

**Escopo**

A tecnologia veio para trazer inovações em todas as áreas das vidas das pessoas, e a culinária não ficou de fora.

Após o período da pandemia de 2019, os seres humanos se conectaram ainda mais a internet e começaram a passar ainda mais tempo em casa, com suas famílias. O contexto familiar nas casas levou muitas pessoas a arriscar inovar nas receitas culinárias, se tornando um hobbie, fazendo uso de receitas online em sites para cozinhar para seus familiares. Esse fato se estendeu ao pós-pandemia, no qual os indivíduos continuaram cozinhando para seus familiares e amigos.

Com isso, a criação de um web site que contenha diversas receitas simplificadas para que atendam as necessidades dos usuários é relevante e importante para a sociedade.

**Objetivo**

O web site tem como objetivo levar às pessoas, de forma simplificada e eficiente, diversos tipos de receitas, por períodos do ano, feriados, eventos e tendências, para que todos os usuários possam pôr em prática as instruções e cozinhar qualquer tipo de receita com êxito.

**Justificativa**

Segundo o Journal of Positive Psychology “a prática diária de uma atividade criativa fácil – como cozinhar ou preparar bolos, pães ou tortas – pode elevar nossa felicidade e nos deixar mais entusiasmados com nossos planos futuros.” O estímulo da criatividade e a sensação de bem-estar podem ser feitos a partir do preparo de uma refeição para um amigo, um familiar ou uma pessoa que admiramos. Isso cultiva dentro do ser humano sentimentos que melhoram sua saúde mental e estreita laços com outras pessoas, que são essenciais nos nossos dias.

Dessa forma, é notória a importância do acesso a uma plataforma que disponibilize preparos de pratos de fácil entendimento e que atenda às procuras dos usuários.

**Premissas e Restrições**

* Disponibilização de rede wifi;
* Acesso a um computador;
* Acesso a um projetor de imagem;

**Referências**

https://www.amesuamente.org/post/estudo-mostra-que-cozinhar-faz-bem-%C3%A0-sua-sa%C3%BAde-mental