

*Ander Mazás, Iker González,  
Unai Ibañez y Yera Moral*

## **Título**

EcoSalut: Cuidando de lo que comes.

## **Problema medioambiental que se propone solucionar**

Vivimos en una sociedad en la que, de cara al ecosistema nos comportamos muy mal, nos hemos convertido en seres muy dependientes, porque dependemos mucho de la comida rápida y de las importaciones y exportaciones de alimentos, lo que deja una huella de carbono muy elevada y esto perjudica a su vez al medio ambiente. Por este motivo es por el que queremos diseñar una Waplicación que te ofrezca recetas que cuiden el medio ambiente y locales los cuales vendan productos de emisión de carbono neutro.

Comer comida basura también puede dar lugar a crear malos hábitos alimenticios, tanto físicos como mentales.

Otra causa es la falta de tiempo de las personas, el trabajo, los horarios apretados, etc.

Por último, Las redes sociales proporcionan información que puede llegar a ser totalmente falsa sobre la alimentación saludable.

Resumiendo, el objetivo de esta aplicación es contribuir a un planeta limpio y de ayudar a la gente de cara a su alimentación.

## **Objetivos del caso práctico y su aplicación en la sociedad**

Nuestra aplicación tiene dos objetivos: el principal que la gente ayude al ecosistema con su alimentación y como objetivo secundario que la gente se alimente de una manera sana.

## **Descripción de la propuesta**

Es decir, vivimos en una sociedad en la que nos hemos convertido en dependientes de cara a una alimentación rápida, porque hemos ido perdiendo capacidad y hemos intentado mantenernos en una dieta saludable equilibrada y variada. No nos importa la calidad si no es la cantidad, el objetivo de hincharnos sin parar y no tener hambre.

Lo que esta sociedad quiere, lo quiere enseguida, la pereza de leer un libro, un artículo divulgativo, los queremos imaginar rápido y no ver vídeos. La gente no quiere que pase el

tiempo cocinando, prefiere comprar algo y en el momento de comer poner cinco minutos en el microondas y listo.

Comer comida basura también puede dar lugar a hachas para crear malos hábitos alimenticios, como la enfermedad mental, que esta sociedad tiene muy malos hábitos, lo que se traduce en depresión, hiperactividad, problemas de sueño, ansiedad, falta de concentración y alteraciones en la memoria.

Otro mal hábito es comer en la calle o en los bares, esto lo hace mucha gente y es muy malo para nuestra salud, este hábito es muy importante cambiarlo para comer mejor.

También es la falta de tiempo de las personas, el trabajo, los horarios apretados, ver a las familias, la pereza. A los adultos, sobre todo, lo que les pasa es eso y no pueden comer sano o hacer comida sana; también intentamos arreglarlo, comidas rápidas, fáciles y sanas, o al menos restaurantes sanos.

En Arco buscan mucho algunas dietas para adelgazar muy ascuas, pero lógicamente estas no son ciertas. Las dietas para adelgazar no son rápidas y la gente no lo entiende. También, estos malos mitos pueden provocar problemas.

Las redes sociales proporcionan información totalmente falsa sobre alimentación saludable, se dice que tomar zumo de limón o de pomelo en ayunas quema las grasas del cuerpo, lo cual es totalmente falso.

El objetivo de muchas personas es matar el hambre, el aburrimiento, el cansancio o el estrés. Se olvida con demasiada facilidad que la alimentación es fundamental para el correcto funcionamiento del organismo y así darse cuenta de un gran número de enfermedades.

Cardiovasculares, diabetes, osteoporosis, hipertensión, hipercolesterolemia y muchas otras proceden del exceso o fallo de determinados nutrientes.