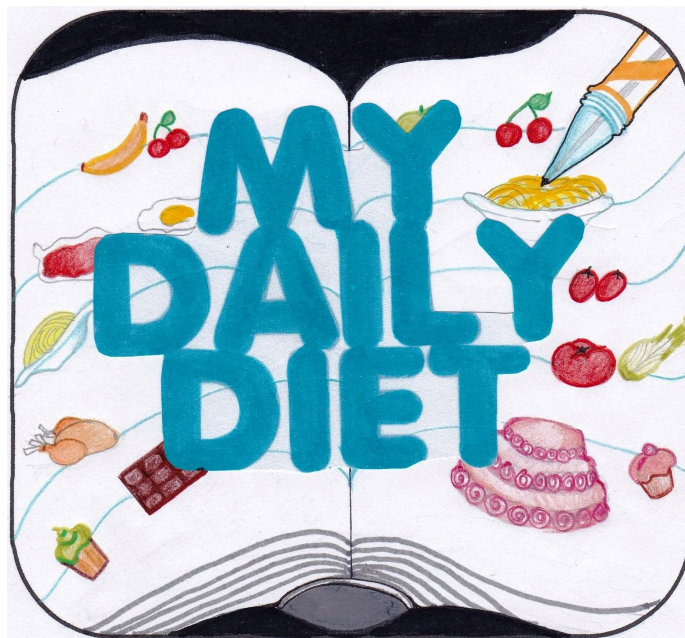




Istituto: IIS Barletti

Scuola: Blaise Pascal

Indirizzo: Scientifico Tradizionale

Città: Ovada

Provincia: Alessandria

Regione: Piemonte

Alunne: Donati Marta Francesca;
Zafferri Sveva

Classe: III B

Docente: Ottonello Marisa



MY DAILY DIET

(la mia dieta quotidiana)



Il progetto “My Daily Diet (la mia dieta quotidiana)” consiste in un’applicazione interattiva a scopo informativo.

Attraverso un semplice gioco per dispositivi elettronici, vengono messi a disposizione valori energetici e nutrizionali di qualsiasi alimento, oltre ad esporre eventuali benefici e/o disagi trasmessi da determinate sostanze all’organismo.

Il fine è quello di rendere gli utenti maggiormente consapevoli della propria alimentazione, nonché di come essa influisca sulla salute e sullo stile di vita.

L’applicazione si divide in due parti:

- PARTE INTERATTIVA**
- PARTE INFORMATIVA**



PARTE INTERATTIVA

Consiste in una sorta di gioco in cui si selezionano gli alimenti che si vogliono analizzare nel passo successivo.

Prevede l'esistenza di una vasta lista, suddivisa per categorie, da cui poter scegliere cibi e bevande da utilizzare. Si hanno poi a disposizione quattro piatti, rispettivamente per colazione, merenda, pranzo e cena.

Si procede nei seguenti passaggi:

- si selezionano gli alimenti dalla lista;
- si trascinano gli alimenti selezionati nel piatto più adatto alle proprie abitudini giornaliere;
- si clicca su ciascun piatto per passare alla parte informativa.

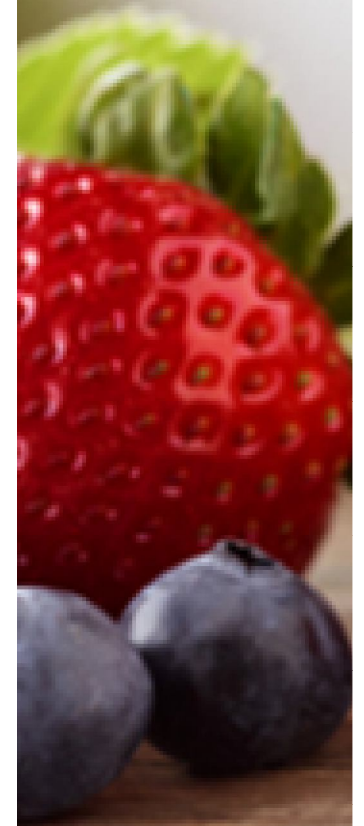


PARTE INFORMATIVA

Gli alimenti di ciascun piatto vengono analizzati singolarmente, riportando valori energetici e nutrizionali su una tabella ed indicando come le principali sostanze contenute agiscano sull'organismo.

Se gli alimenti sono sani e adatti al pasto in cui sono stati precedentemente collocati, l'immagine sarà cerchiata in verde; viceversa, se i cibi non sono salutarî o adeguati al pasto, verranno cerchiati in rosso.

In conclusione si espongono il bilancio energetico di ciascun piatto e quello complessivo della giornata, indicando se i valori rientrano in parametri standard adeguati ad un'alimentazione sana.



ESEMPIO:

LISTA ALIMENTI



— Latte —	Caffé



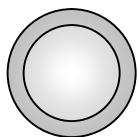
COLAZIONE

MERENDA

PRANZO

CENA





COLAZIONE

BILANCIO ENERGETICO COMPLESSIVO



LATTE



Valori nutrizionali ed energetici

- Come agiscono nell'organismo le sostanze contenute nel latte?



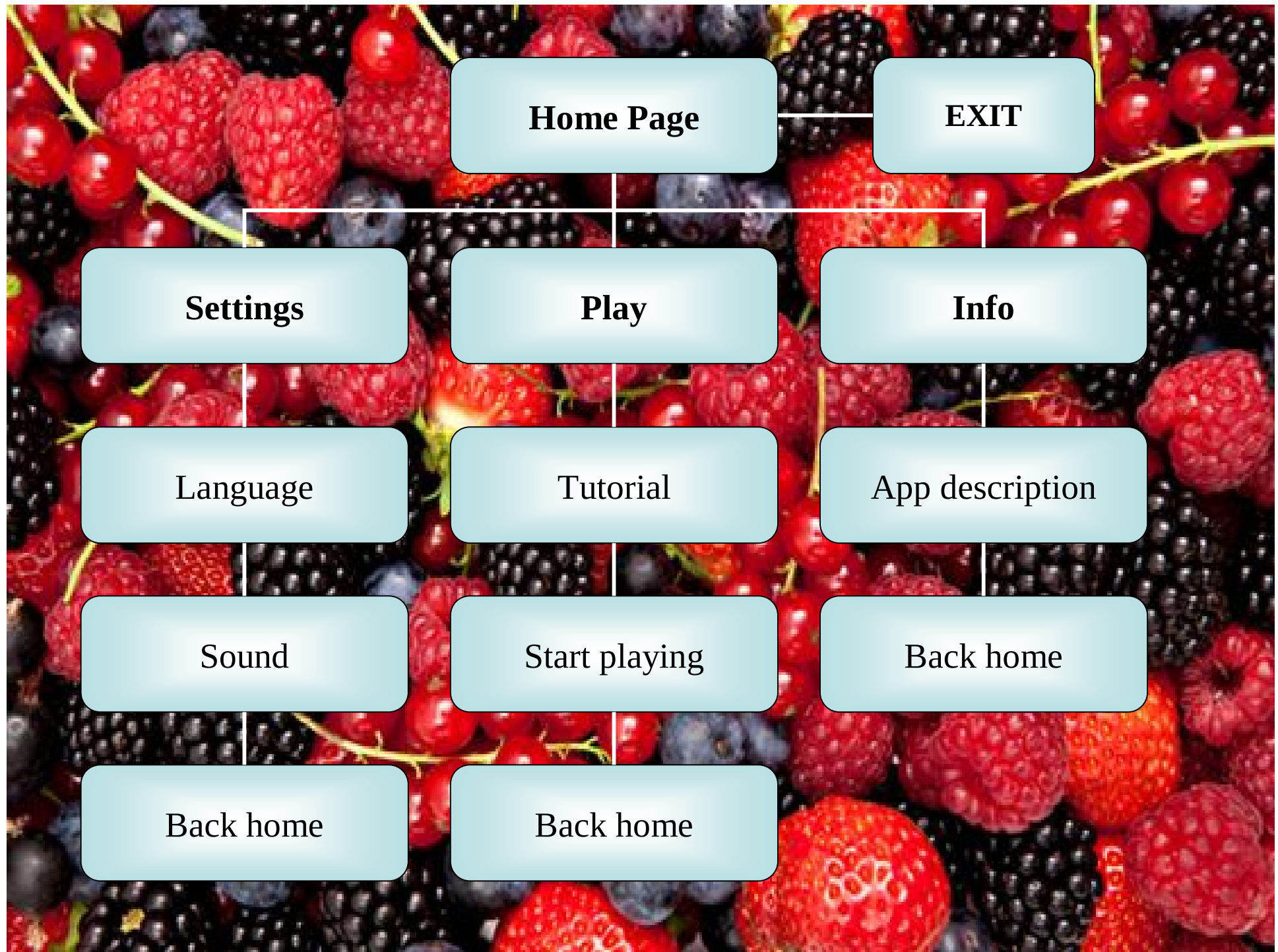
CAFFÉ

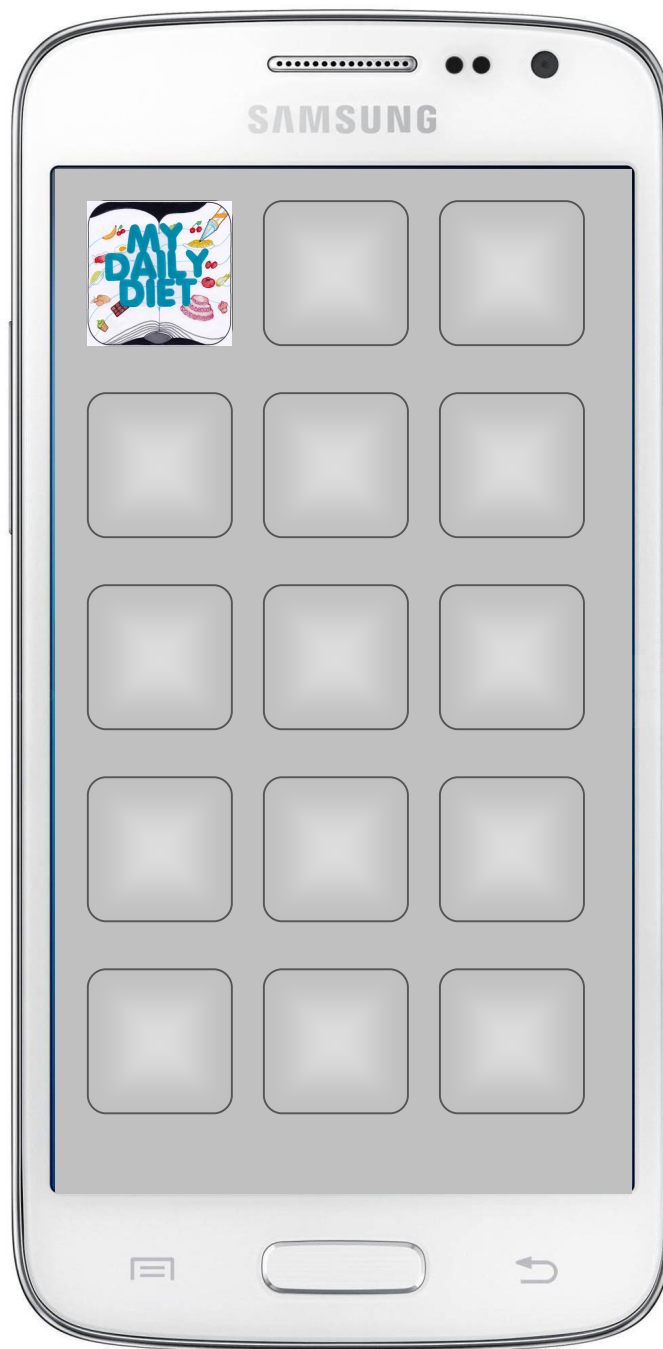


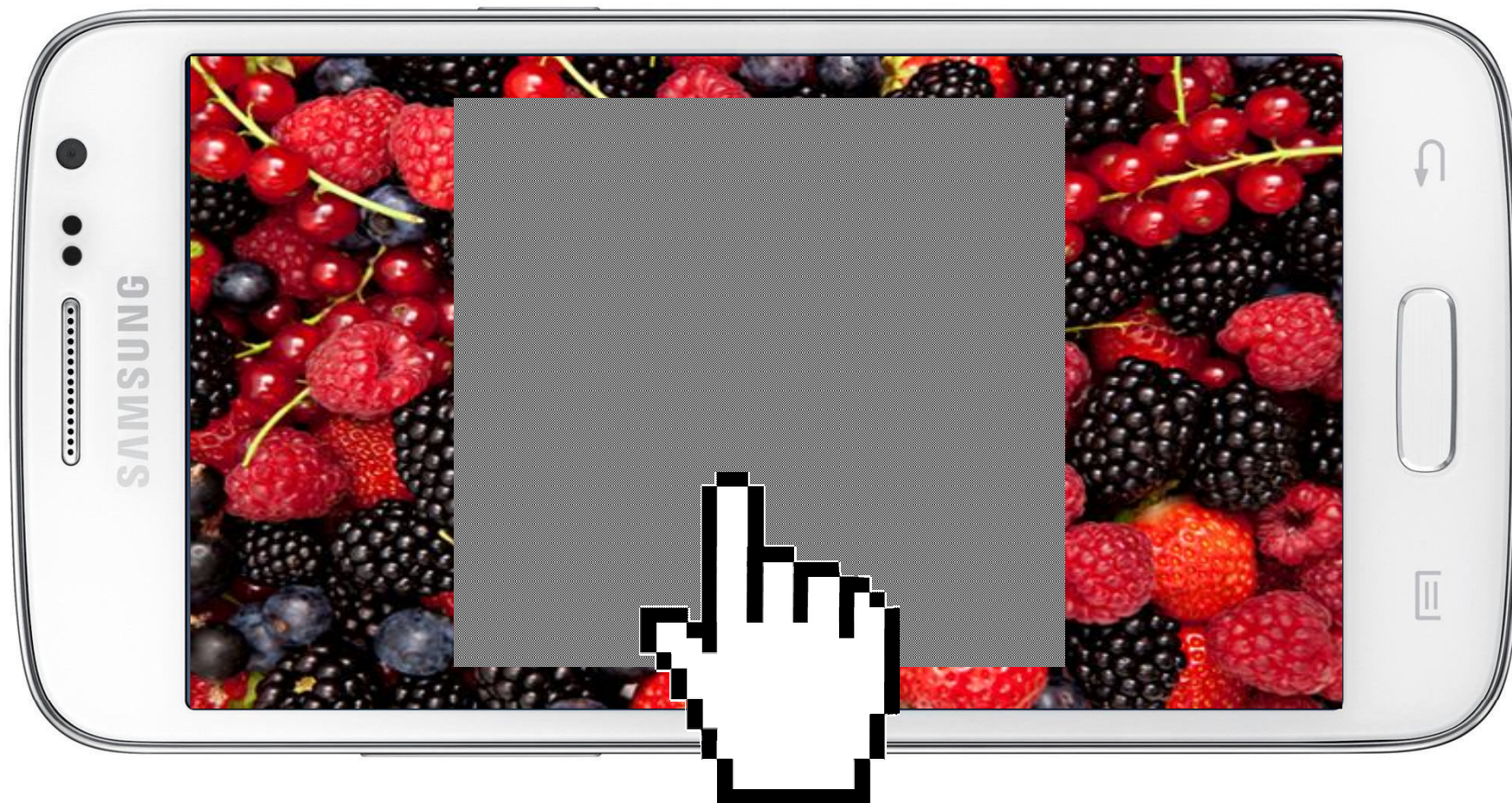
Valori nutrizionali ed energetici

- Come agiscono nell'organismo le sostanze contenute nel caffè?





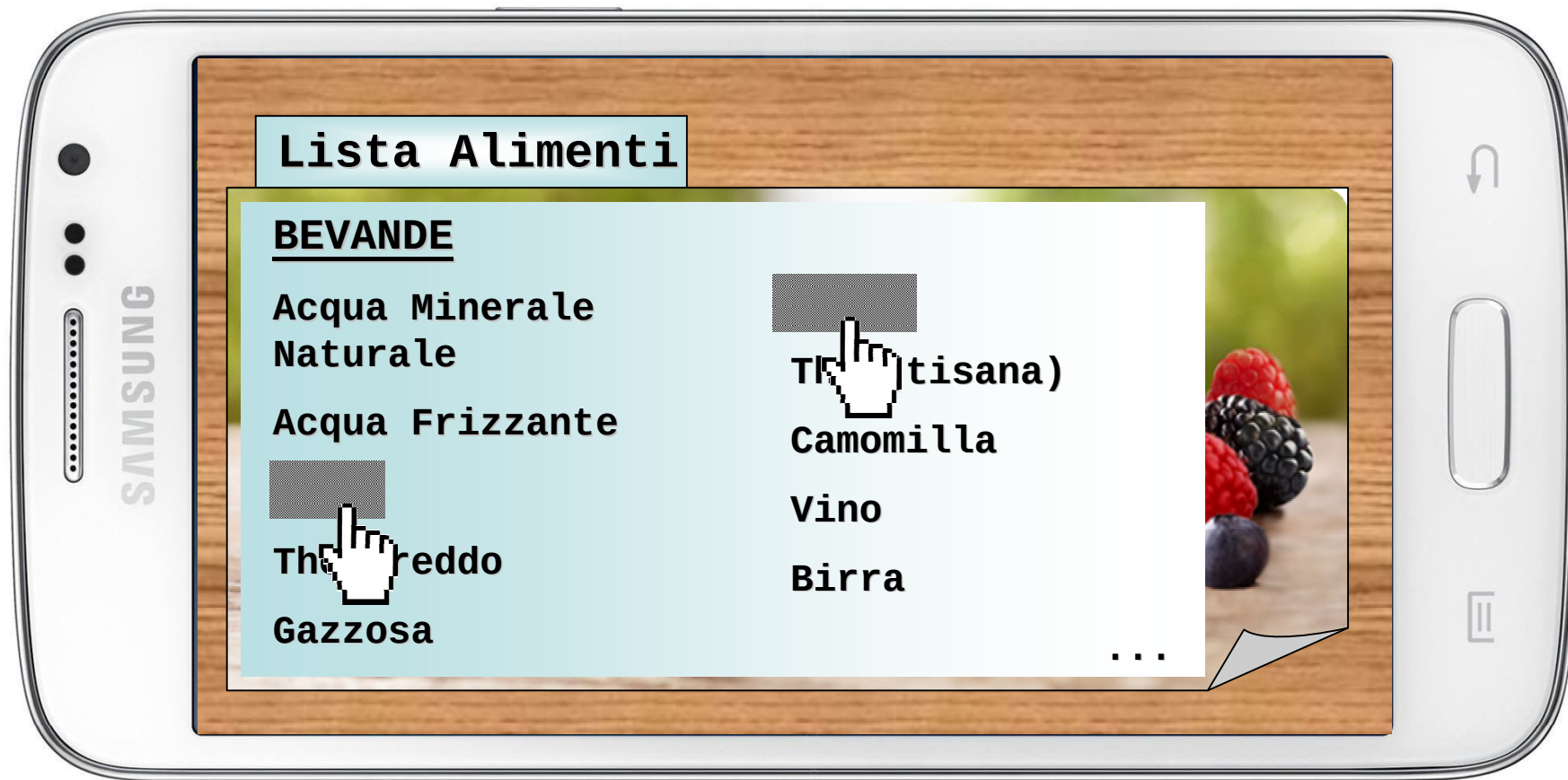




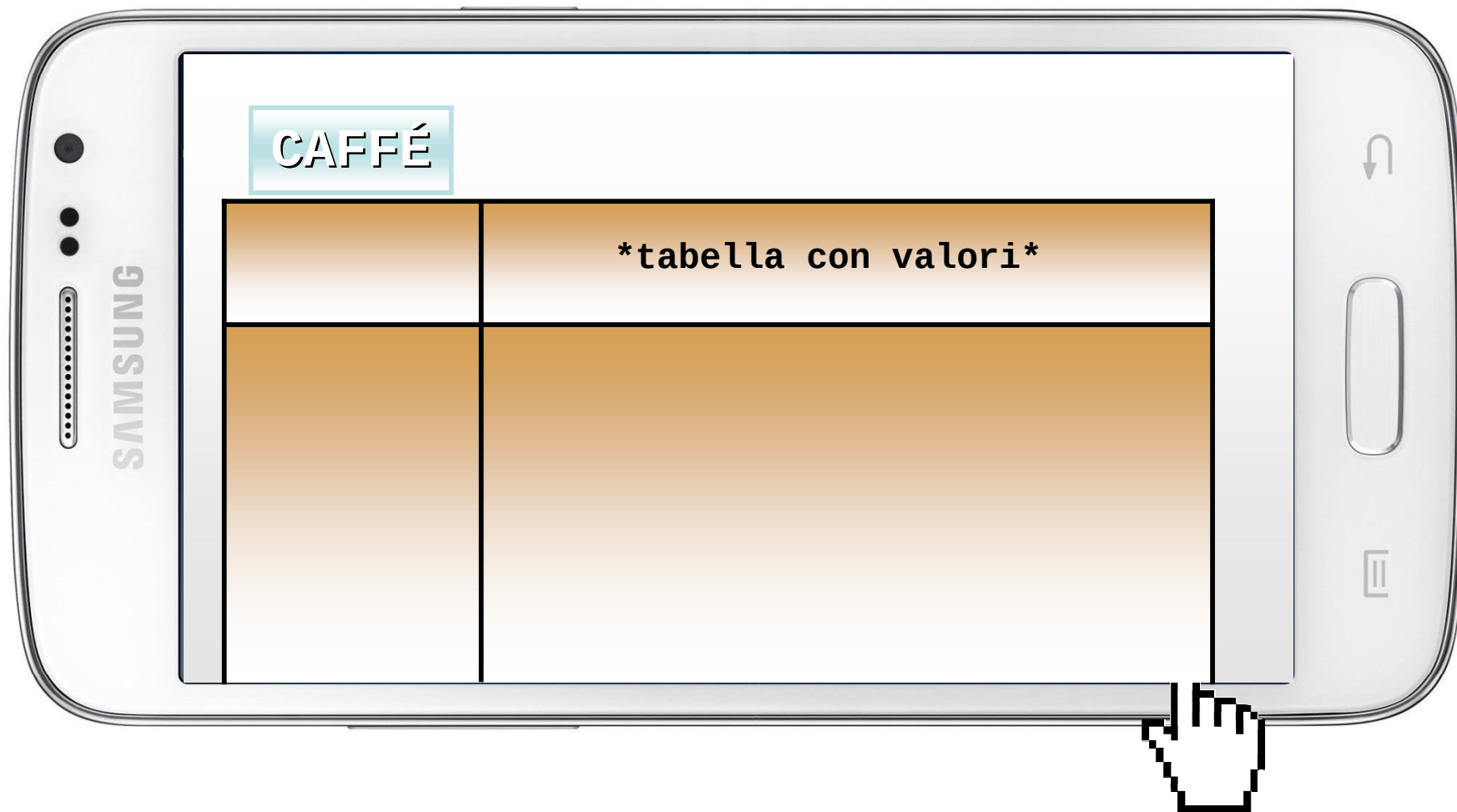


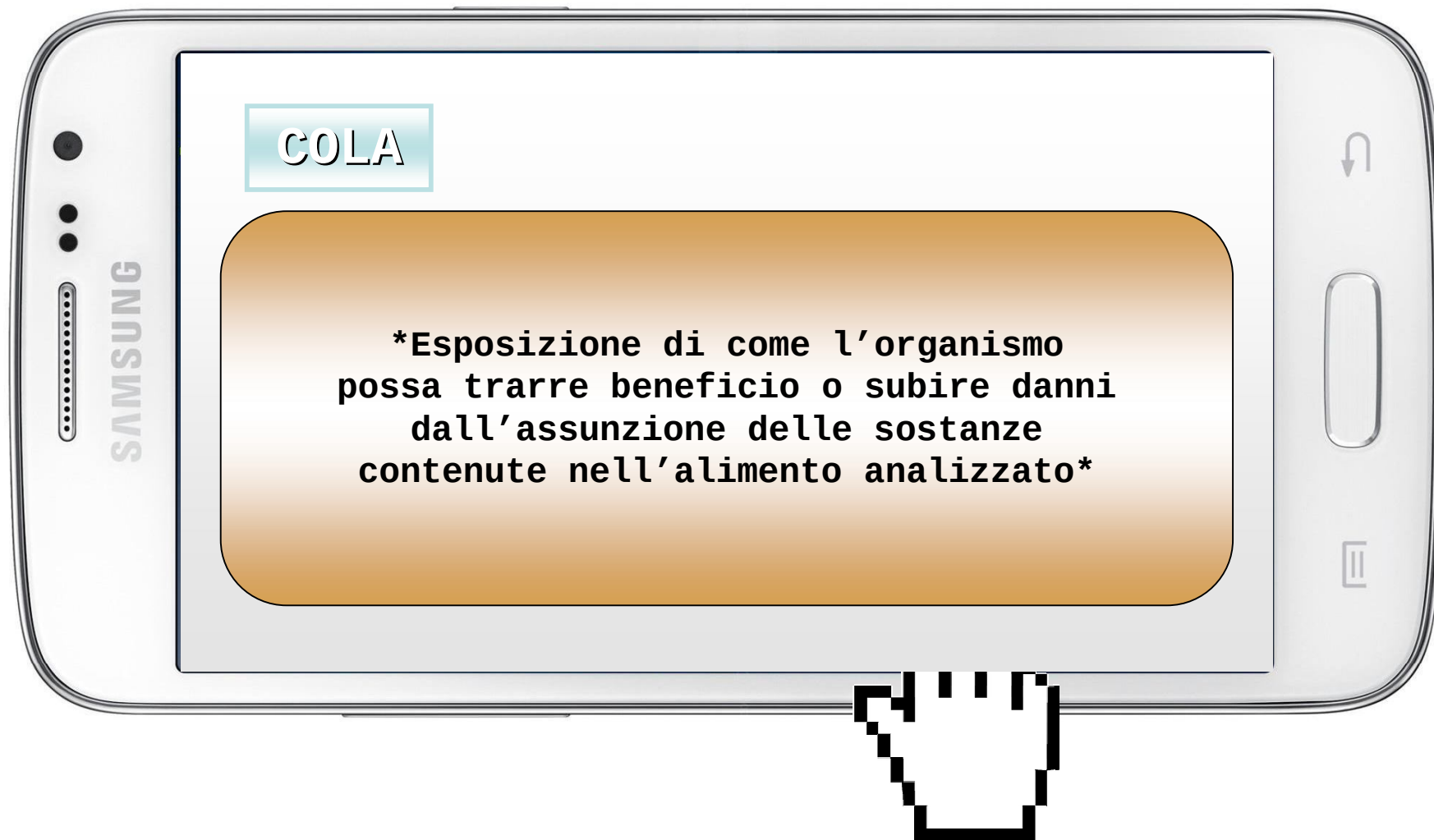












Link utili per la realizzazione dell'app:

<http://www.valori-alimenti.com/>

<http://www.superdi.it/pagina.php?cod=755>

http://nut.entecra.it/646/tabelle_di_composizione_degli_alimenti.html

<http://www.dossier.net/utilities/tabelle-nutrizionali-alimenti/tabelle-carboidrati.html>



Progetto a cura di:

Marta Francesca Donati

Sveva Zafferri