

## LA IDEA

Nuestro proyecto parte al darnos cuenta de que consumimos mucha más carne roja, alimentos de origen animal y ultraprocesados de los que deberíamos. Investigando, hemos encontrado algunos datos sorprendentes que confirman nuestra preocupación por el daño que causan estas enormes industrias tanto en nuestro cuerpo como en el medio ambiente.

Según **Greenpeace**, la ganadería es una de las industrias más contaminantes debido a que es un producto que consume todo el mundo y la producción es enorme. Es la responsable del 14,5% de las emisiones globales de gases de efecto invernadero, tantas como emiten todos los coches, trenes, barcos y aviones juntos. Además, un artículo del periódico **“El Confidencial”** afirma que un estudio francés ha determinado que el aumento en la ingesta de comida ultraprocesada se asocia con una mayor incidencia del riesgo de todas las causas de muerte.

Viendo estos alarmantes datos, hemos pensado que mucha gente no sabe cómo llevar una dieta equilibrada y sana, además que tenemos vidas muy ajetreadas y no encontramos tiempo para pararnos a pensar en eso. Por eso, hemos decidido desarrollar una aplicación de móvil llamada **“Stayfit”**, una aplicación que diseñará dietas personalizadas para el consumidor.

El cliente deberá introducir su peso, altura, edad, alergias y la actividad física que realiza regularmente, para que la aplicación le asocie una dieta con todo tipo de alimentos. Estos alimentos serán aquellos que se encuentren en cualquier supermercado y disponibles para personas con poco poder adquisitivo. Además, hemos intentado reducir el consumo de la carne roja y hemos eliminado por completo alimentos ultraprocesados.



