






ÁMBITOS DE ESTUDIO DEL PROYECTO CUIDAT-E

Diseño y validación de una interfaz para el registro de datos de salud por pacientes aplicando IA

El propósito de este documento es facilitar un mayor detalle sobre los ámbitos de estudio e informar a las personas voluntarias sobre las diferentes opciones que tienen para participar (una o las que consideren).

	<p>1. Cuchara inteligente</p> <p><i>Hábitos nutricionales y propuestas alternativas saludables y atractivas</i></p> <p>Con esta aplicación registrarás tus hábitos nutricionales y dietéticos.</p> <p>La aplicación te ofrecerá información sobre la composición de nutrientes que tienen los alimentos comunes, los platos preparados y también los alimentos procesados, creará balances diarios de calorías y nutrientes, te realizará recomendaciones para conseguir una dieta equilibrada.</p> <p>Además, la aplicación te propondrá dietas y menús equilibrados, saludables y adaptados a tus necesidades y avisará de interacciones entre alimentos y medicamentos si se le facilitas datos de medicación o si autorizas se consulte en tu historial médico.</p>
	<p>2. Contamos contigo</p> <p><i>Actividad física, movilidad y ejercicio y propuestas de alternativas saludables y atractivas</i></p> <p>Podrás introducir en la herramienta tus datos de actividad física, movilidad y ejercicio, tipo, duración, intensidad, momento, además de otros datos relevantes que se consideren.</p> <p>La aplicación te informará de tu gasto calórico y extraerá pautas de actividad física y movilidad. En función de estos datos la aplicación te propondrá retos para mantener tu motivación y te facilitará pautas de entrenamiento según tus necesidades.</p>
	<p>3. Sonrisa saludable</p> <p><i>Estado de ánimo, afrontamiento positivo de retos y dificultades de la vida, superación del estrés, los sentimientos de pertenencia, utilidad y plenitud, el descanso, el sueño y la organización del tiempo</i></p> <p>Podrás registrar tu estado de ánimo, sentimientos, rutinas de descanso y sueño y otros datos relacionados con tus vivencias personales. La aplicación te facilitará tácticas para ser optimista, consejos para afrontar de una manera saludable el estrés, automotivación, relajación, meditación, etc.</p> <p>Además, la solución contará con vídeos de motivación, un apartado de asesoramiento emocional y te ofrecerá una estimación de resultados a un determinado plazo para superar situaciones de tristeza, hastío o estrés prolongado.</p>
	<p>4. Tabaco, alcohol y otras adicciones.</p> <p><i>Consumo de sustancias adictivas, práctica de apuestas, dependencia de móviles y otros Tics, videojuegos, otras adicciones</i></p> <p>Con esta solución podrás registrar los datos relacionados con tus adicciones: consumos y prácticas, cantidades y en qué momento del día las consumes o realizas, entre otros aspectos. La herramienta extraerá pautas de comportamiento y te facilitará información general relacionada con tus adicciones y su impacto a corto, medio y largo plazo.</p> <p>Asimismo, la aplicación te propondrá retos individuales y colectivos y, además, pondrá a tu disposición vídeos de motivación, asesoramiento y tácticas para la recuperación del control.</p>
	<p>5. Mejor en compañía</p> <p><i>Situaciones de soledad no deseada, aislamiento social y experiencias de alienación, para su superación y mejora en el ámbito de las relaciones interpersonales, lúdicas, afectivas y de contacto social</i></p> <p>Podrás registrar información sobre convivencia, parentesco, persona cuidadora, actividades sociales y la herramienta te devolverá información general, como pueden ser tácticas de socialización y empatía o estrategias de promoción del contacto social y recursos disponibles.</p> <p>Además, te propondrá actividades y retos individuales y colectivos. Te facilitará vídeos, juegos y otras experiencias mixtas (virtuales y presenciales) para hacer más fácil el contacto con otras personas.</p>