

LIFE – Balance Calculador

Ana Beatriz Gomes da Rocha¹, Ana Beatriz Nascimento Borges de Oliveira¹, Ranimy Lara Lovatti¹, Ana Carolina Neves Amorim¹, Bruna Luiza Alochio Domingos Ricardo¹, Jessica Souza de Jesus Carvalho¹, Leiliane Ribeiro¹, Paula Cristina Sandis Loureiro¹, Thayne Conceição da Cruz¹, Mary Zanadreja dos Santos Gambarini Coelho².

¹ – Graduandos de Enfermagem da Faculdade Multivix Cariacica.

² – Mestre – Docente da Faculdade Multivix Cariacica.

RESUMO

O objetivo deste programa de software é monitorar o consumo de proteínas e sais minerais, fornecendo orientação para uma alimentação equilibrada. Isso não apenas visa prevenir doenças crônicas, como diabetes e osteoporose, mas também busca auxiliar as pessoas no seu cotidiano, indicando quais alimentos e quantidades são necessários para atingir uma ingestão de cálcio adequada. Essas condições de saúde, incluindo a osteoporose, são responsáveis por um aumento nos custos com saúde e períodos de internação hospitalar mais longos. Portanto, o aplicativo tem como objetivo ajudar as pessoas a fazerem escolhas alimentares mais saudáveis e reduzir o risco de doenças relacionadas à alimentação inadequada. Ter um programa de software que monitora o consumo de proteínas e sais minerais é de suma importância para proporcionar uma alimentação adequada e prevenir doenças como a osteoporose, contribuindo para a saúde óssea e bem-estar geral. A prevenção desde a infância, visitas regulares ao médico e o acesso a tratamentos apropriados são fatores essenciais para combater a osteoporose, uma doença comum que afeta uma parcela considerável da população. Portanto, esse programa busca fornecer informações e orientações valiosas para ajudar as pessoas a cuidarem de sua saúde por meio da alimentação equilibrada.

Palavra-Chave: Osteoporose, Alimentação, Saúde