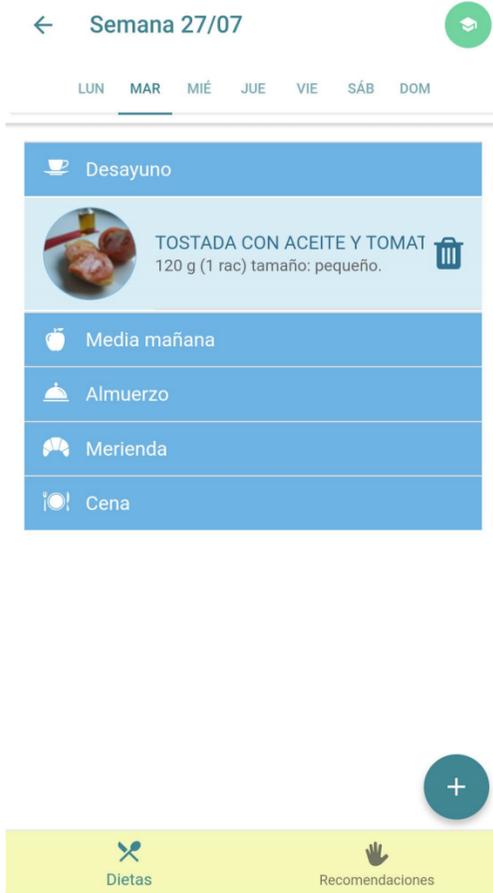
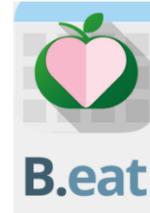


## ¿Qué es SAIBi educa?



SAIBi educa es un **Proyecto de Innovación (PIN-0050-2018)** financiado por la Consejería de Salud y Familia. Participan profesionales de la Universidad de Sevilla (Área de Nutrición y Bromatología), de distintos Centros de Salud de Sevilla (Bellavista, Los Bermejales, Esperanza Macarena y Puerta Este Dr. Pedro Vallina), de la UGC Salud Pública Sevilla área promoción de la salud y la Empresa Balanceat Tecnologías Avanzadas en Nutrición SL.

Hemos desarrollado una **app de nutrición**, SAIBi educa, para mejorar los hábitos alimenticios de la población. Pretendemos que sea una herramienta de educación nutricional que de apoyo al Consejo Dietético en Atención Primaria. Dada la situación actual que vivimos esta app cobra más importancia si cabe, convirtiéndose no sólo en un apoyo sino en una alternativa para llegar a un mayor número de personas, ya que incluye **consejo dietético completamente personalizado** y adaptado a cada persona.



## ¿Qué nos ofrece SAIBi educa?

Consiste en un **planificador de menús personalizado**. Nos permite decirle a la app lo que hemos comido cada día. ¿Y cómo? Pues porque tiene una base de datos de más de 1000 productos y más de 300 recetas de la gastronomía andaluza. De cada plato indica los alérgenos, la receta, los ingredientes y la información nutricional. Una vez que le decimos lo que hemos comido **realiza la evaluación personalizada de nuestra dieta**. Evalúa el consumo de proteínas, grasas, carbohidratos, azúcares y fibra. Además, y muy importante, nos dice cómo mejorar nuestra dieta a través de mensajes personalizados.

## ¿Qué pedimos a cambio?

Pretendemos evaluar si la app es eficaz para mejorar los hábitos alimenticios. Para ello, **os vamos a pedir que registréis las comidas de al menos tres días a la semana en la app**. Además, **os pedimos que rellenéis 5 cuestionarios muy sencillos**, como el cuestionario de adherencia a la dieta mediterránea, entre otros. Sólo os lo vamos a pedir en 4 ocasiones. Estos cuestionarios se cumplimentan mediante Google Forms, por lo que es totalmente online. ¡Los datos que obtengamos son muy importantes para el proyecto! Todos los datos serán tratados de acuerdo a la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales. El estudio comienza el **15 de septiembre** y tiene una duración de 3 meses. En el momento del inicio nos pondremos en contacto para que se rellene los cuestionarios, darle acceso a la app y que así pueda descargarla y empezar a utilizarla.

Para participar contáctanos en [salbieduca@us.es](mailto:salbieduca@us.es)

IP: Dra. Ana Belén Cerezo López  
Prof. Contratada Doctora  
Área de Nutrición y Bromatología  
Facultad de Farmacia  
Universidad de Sevilla



### Equilibrio de hoy

