



Benvenuto al Progetto **PROTEIN**

PROTEIN PeRsOnalized nutriTion for hEalthy livINg fornisce un supporto tecnologico per un piano nutrizionale personalizzato e all'attività fisica così da aiutare le persone a fare scelte più sane in base alle proprie esigenze e preferenze. Il supporto è sviluppato e fornito utilizzando le più recenti tecnologie dell'informazione e della comunicazione (ICT), come dispositivi indossabili e tecniche di machine learning (apprendimento automatico). Queste strategie sono adattate alle esigenze degli utenti dai ricercatori che valutano ciò che funziona meglio per l'utente stesso. Il team **PROTEIN** è un consorzio multidisciplinare di organizzazioni europee pubbliche e private che lavorano per promuovere la salute e il benessere.

Perché **PROTEIN**?

Una dieta malsana e la mancanza di attività fisica possono portare a gravi malattie croniche, tra cui diabete, obesità, ipertensione e alcuni tipi di cancro. Ci sono molte ragioni complesse per cui gli individui non seguono una dieta sana o un piano di esercizi, perciò sviluppare metodi per fornire un sostegno individualizzato e basato sull'evidenza per una vita più sana potrebbe essere un passo importante nel ridurre l'impatto delle malattie croniche in tutta l'Unione Europea.

I nuovi progressi nelle tecnologie ICT e la ricerca emergente in materia di nutrizione, attività fisica e prevenzione delle malattie offrono un'opportunità per l'innovazione nella promozione della salute e per una vita sana in tutta l'UE.

La ricerca scientifica e l'esperienza tecnica di **PROTEIN** saranno utilizzate per capire cosa guida un'alimentazione sana e un'attività fisica ottimale basata sui contesti personali, le preferenze e lo stato di salute delle persone.

Gli scienziati di **PROTEIN** quindi progetteranno un ecosistema innovativo per supportare le persone che desiderano intraprendere un'alimentazione più sana e abitudini nell'attività fisica



In definitiva, il progetto PROTEIN può aiutare



I consumatori a creare liste della spesa basate su piani nutrizionali personalizzati e modelli di consumo alimentare



I consumatori a fare scelte alimentari personalizzate nei ristoranti o attraverso ristoranti online



Le persone a preparare pasti sani a casa in base ad esigenze personalizzate, date le loro abitudini di attività fisica, il loro stato di salute o le preferenze alimentari individuali



Le persone che devono seguire un programma nutrizionale personalizzato o che sono sotto la supervisione di un nutrizionista, di un dietologo o di uno specialista dell'attività fisica, ad esempio persone che vivono con diabete e atleti ad alte prestazioni



I professionisti della salute come dietisti e kinesiologi, che forniscono assistenza alle persone che vivono con una malattia cronica e altre che possono richiedere speciali programmi di assistenza nutrizionale e attività fisica



I rivenditori e i fornitori di alimenti ad offrire esperienze alimentari personalizzate ai consumatori in base alle loro esigenze nutrizionali



I ricercatori nelle aree di nutrizione, attività fisica, prevenzione e gestione delle malattie croniche, e delle ICT



I policy makers che lavorano nel settore della nutrizione, dell'attività fisica e delle malattie croniche



I cittadini dell'Unione europea che condividono l'interesse a migliorare la loro salute e il loro benessere - per se stessi e le loro famiglie