



NUTRISENIOR

Aplicación Móvil para la Educación Alimentaria y la Prevención de la Desnutrición en Personas Mayores

DESCRIPCIÓN GENERAL DEL PROYECTO:

El proyecto consiste en el desarrollo de una aplicación móvil orientada a la educación alimentaria de personas mayores, basada en contenidos nutricionales y herramientas digitales adaptadas a este colectivo. La aplicación integra recursos didácticos, menús saludables y un sistema de valoración nutricional que permite ofrecer información y recomendaciones personalizadas al usuario. La propuesta combina tecnología y educación para facilitar el acceso a información fiable sobre alimentación y apoyar el mantenimiento del bienestar y la autonomía en la población sénior.

OBJETIVOS:

Objetivo general: Desarrollar una aplicación móvil de educación alimentaria para personas mayores, orientada a promover hábitos saludables, prevenir del riesgo de desnutrición y favorecer la autonomía y la calidad de vida.

Objetivos específicos:

- Diseñar una plataforma digital accesible, intuitiva y adaptada a las necesidades de la población mayor.
- Incorporar contenidos y herramientas de educación y valoración nutricional basados en la evidencia científica.
- Ofrecer propuestas de alimentación equilibrada adaptadas a las necesidades nutricionales de las personas mayores.
- Favorecer la alfabetización nutricional y digital, promoviendo la autogestión de la salud.
- Facilitar una herramienta útil aplicable en ámbitos sociosanitarios, educativos y de promoción de la salud.

RESULTADOS OBTENIDOS:

Se ha desarrollado una aplicación móvil accesible para personas mayores, compatible con iOS e integrada con contenidos de educación nutricional, recursos audiovisuales y herramientas de valoración nutricional personalizada. Entre sus principales logros destacan el diseño de una interfaz intuitiva e interactiva, con navegación simplificada, tipografía adaptada y soporte visual y auditivo, favoreciendo la autonomía digital de los usuarios sénior, así como la consolidación de un enfoque interdisciplinar que combina nutrición, educación y tecnología. La aplicación presenta una elevada capacidad de continuidad y escalabilidad debido a su bajo coste de mantenimiento, su infraestructura tecnológica ligera y el uso de soluciones digitales fácilmente actualizables. Puede ampliarse mediante nuevas funcionalidades, adaptación a otros sistemas operativos o incorporación de contenidos personalizados según perfiles de usuario o contextos institucionales. Además, puede aplicarse en centros sanitarios, residencias, asociaciones, universidad de la experiencia o programas de envejecimiento activo, entre otros, posicionándose como una herramienta innovadora, sostenible y alineada con los ODS y la Estrategia RIS3 2021-2027 de Castilla y León.

MIEMBROS DEL GRUPO

Cristina Petisco Rodríguez – cpetiscoro@upsa.es
Olga Arranz García – oarranzga@upsa.es
Ignacio Bartolomé Sánchez – ibartolomesa@upsa.es
Nerea Guillén Villoria – nguillenvi.inf@upsa.es

Investigadora Principal

Cristina Petisco Rodríguez – cpetiscoro@upsa.es