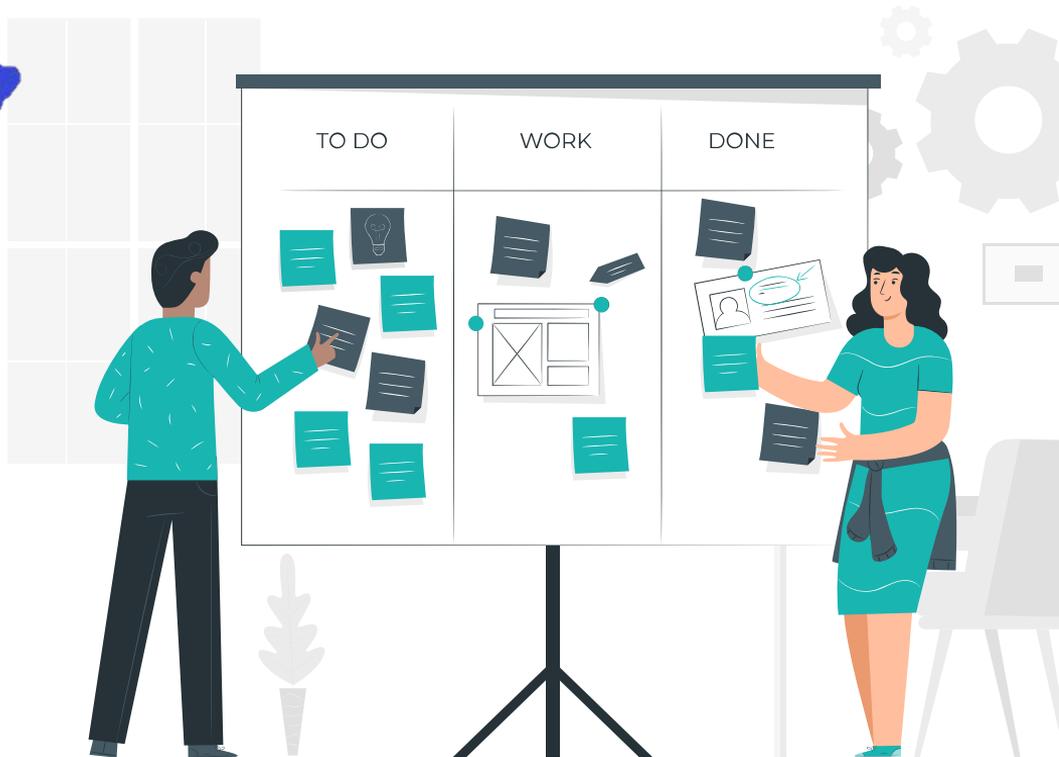


CADA
DÍA
CUENTA

LATAM HACKATHON
SOLUCIONES PARA EL COVID-19



Material Viernes



Matriz CSD – Certezas, Suposiciones & Dudas

¿Cuales son tus Certezas?

- Los seres humanos deben alimentarse todos los días
- La dieta alimenticia de los seres debe componerse de: Proteína, energía, Minerales, Vitaminas, Agua y Fibra.
- Cuando el ser humano o animal esta sedentario la energía se acumula y se vuelve grasa maligna en el cuerpo
- En situaciones de encierro los seres humanos requieren anti estresantes o alimentos que mermen la agresividad.
- Igualmente la situación de encierro en el ser humano causa ansiedad y aumenta el consumo de alimentos y por lo tanto es más propenso a la obesidad y las enfermedades que ello conlleva
- Los alimentos integrales elaborados con fibras naturales o poco procesados llevan a una digestión más lenta, pero más saludable.
- Los vegetales y productos de origen animal contienen Proteína, energía, Minerales, Vitaminas, Agua y Fibra. Unos en mayor proporción que otros
- Dependiendo de cada región así hay diferentes preparaciones y gustos por los alimentos
- Una familia moderna o en la zona Urbana básicamente se compone de 3 a 4 personas y en la zona rural es de 5 personas
- Existen diversos métodos de conservación de los alimentos: utilización de frío, el cocimiento, ahumado, secado, salado, empacado al vacío. Esto dependiendo del producto y la comodidad de los hogares.
- En la zona Rural se utiliza la cocción, el ahumado, el secado y sobre todo el salado
- En la zona Urbana se utiliza el Frío, seguido del secado y la cocción
- Que es mucho mejor utilizar alimentos que requieran pocos procesos de conservación y tengan una vida más larga
- La dieta diaria debe de estar compuesta de vegetales de diversos colores
- Se deben de incluir en las compras plantas medicinales para prevenir posibles enfermedades y no tener que salir de la casa.
- Debemos mantener el sistema inmunológico bien y preparado para los ataques de enfermedades



Matriz CSD – Certezas, Suposiciones & Dudas

¿Cuales son tus Suposiciones?

- Los gustos de los latinoamericanos son similares pero se diferencian por nombres de los alimentos, igual para los europeos y los asiáticos.
- Los gustos por los alimentos dependen de la edad de las personas y la influencia de los medios de comunicación.
- Las viviendas urbanas poseen poco espacio para la siembra de los alimentos
- Entre la siembra y la cosecha mínimo se tarda 2 meses en las de ciclo corto
- Un ser humano requiere diariamente un consumo de aproximadamente 1500 gramos de alimento fresco
- Un ser humano requiere un consumo de líquido dependiendo del sexo aproximadamente: Hombre mínimo 1 litro, mujer mínimo 750 mililitros
- Las viviendas poseen por lo menos alacena o espacio para la conservación de alimentos secos; sistema de congelación o refrigeración; elemento para calentar los alimentos; dentro de la dieta diaria se consume la sal y tienen agua potable
- Debemos tener por lo menos dos sistemas de conservación por si la electricidad falla
- Los productos ricos en vitamina C mantienen fortalecido el sistema inmunológico
- Al incluir en los alimentos recetas saludables, las personas las elaboraran
- Las plantas medicinales secas conservan sus poderes curativos

Matriz CSD – Certezas, Suposiciones & Dudas

Las dudas

- Las necesidades en cantidades aproximadas de productos por humano
- Cuales son los gustos alimenticios en de cada región
- Composición de la familia promedio por país por grupos etarios.
- Contenidos nutricionales por cada alimento
- Nicho de mercado que pensamos trabajar
- Las personas están dispuestas a consumir los alimentos que pretendemos entregar
- ¿Qué incentivos tienen las personas para adquirir nuestros productos?
- Cuáles son las formas de pagar que tendrán las personas
- En qué condiciones podrían comprar y los canales de comercialización
- ¿Cómo podemos hacer que la gente se integre a esto?
- ¿La gente está dispuesta?

04. Postulación final

Capacitar a la gente para diseñar dietas y que utilizando 2 ó 3 métodos de conservación sencilla y al alcance de ellos puedan almacenar alimentos libres de conservantes químicos y que les provean Energía, Proteína, Vitaminas, minerales y Fibra suficientes sin provocar aumento de peso.

