

Uniu-vos als assajos pilot HealthyW8 a Catalunya!

Ajuda'ns a donar forma al futur de la vida saludable

HealthyW8 és un projecte finançat per la UE que té com a objectiu ajudar les persones a prendre decisions d'estil de vida més saludables a través d'un enfocament personalitzat. El nostre sistema digital s'adapta a les teves necessitats, emocions i entorn, oferint recomanacions que s'ajustin al teu estil de vida. Ja sigui dieta, activitat física o benestar emocional, HealthyW8 és aquí per ajudar-te a viure de manera més saludable!

Estem duent a terme proves pilot a Catalunya, i busquem participants que ens ajudin a provar aquestes intervencions innovadores. El nostre objectiu és animar als vostres fills i a la unitat familiar a ser actius i prendre decisions més saludables, incorporant-les al dia a dia. **Uneix-te a nosaltres i descobreix com aquest sistema et pot ajudar a construir hàbits saludables mentre et diverteixes!**

Qui pot participar?

Els criteris d'elegibilitat dependran del tipus d'assaig que s'estigui realitzant i del grup objectiu. Per a aquesta prova, busquem:

- **Grup destinatari:** Nens (5-12 anys)
- **Criteris específics:** no patir diabetis crònica ni cap altra malaltia relacionada amb el metabolisme. Els pares han de tenir un *smart phone* per poder seguir les eines digitals.

Què implica la participació?

Com a participant, provaràs les aplicacions HealthyW8, que proporcionen recomanacions personalitzades d'estil de vida per a la dieta, l'activitat física i el benestar mental. Els teus comentaris seran crucials per ajudar-nos a avaluar l'eficàcia i la facilitat d'ús de l'aplicació, per garantir que s'ajusta a les teves necessitats i preferències.



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or HaDEA. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

- **Data d'inici:** Abril 2025
- **Durada de l'assaig:** 12 setmanes/3mesos
- **Ubicació:** Àrea Metropolitana de Barcelona, España
- **Tipus d'assaig:** Assaig clínic
- **Ús de dispositius portàtils:** Sí
- **Compromís:** qüestionaris varis (sociodemogràfics, sobre qualitat de vida, dieta, actituds); seguir l'eina digital i canalitzar el seguiment de les activitats suggerides pels infants; mostres de saliva, orina i femta.

Els infants rebran incentius per seguir les eines i les famílies rebran una compensació en forma d'aliments saludables com a mostra d'apreciació pel seu temps i esforç.

Per què unir-se?

- **Formar part d'una recerca d'avantguarda** dissenyada per millorar la salut i el benestar.
- **Rebre consells de salut** personalitzats i adaptats al teu estil de vida.
- Ajudar a donar forma al futur de **la vida saludable alhora que trobem mesures de prevenció de l'obesitat!**

Com aplicar

Per unir-te a aquesta emocionant prova o aprendre més, contacta amb:

- **Persona de contacte:** Zein KALLAS
- **Institució:** Centre de Recerca en Economia i Desenvolupament Agroalimentari CREDA
- **Ubicació:** Castelldefels, Barcelona
- **Correu electrònic/Fon:** Zein.kallas@upc.edu

Preparat per començar?



Funded by
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or HaDEA. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.