

IL PROGETTO

App per cibo ed emozioni L'idea della dottoressa

di Marco Quaglini
PAVIA

Cibo e emozioni in una app. Fondazione Varenna ha presentato in Expo Gate «FeelEat», una app pensata per aiutare a capire il legame tra il cibo e i nostri stati d'animo. Sviluppata da Cristina Crocamo, dottoranda presso il dipartimento di sanità pubblica, medicina sperimentale e forense dell'Università di Pavia, la applicazione è stata selezionata attraverso il concorso «Food and Mood». Tutto il progetto è

stato realizzato da Fondazione Varenna, con il patrocinio di Expo Milano. Il legame tra cibo ed emozioni, stati d'animo e sentimenti è sempre stato molto profondo e lo è ancora di più nella società contemporanea. Basti pensare a quanto le abitudini alimentari siano condizionate da stereotipi, credenze, mode e passa parola. La app FeelEat spiega in modo semplice e intuitivo i legami tra i vari alimenti e i cambiamenti nel benessere emotivo e psicologico. «Ho trovato un concorso della fondazione Varenna che era interessante perché riguardava la connessione tra salute mentale e psicologica. Così ho sviluppato un app tra cibo e benessere psicologico per legare ciò che mangi a cosa provi - commenta Cristina Crocamo - Ma la valutazione non è solo dovuta al gusto del cibo, ma

“**CRISTINA CROCAMO**
Per il benessere psicologico famoso è il cioccolato, ma la valutazione dipende anche dal vissuto personale di ogni individuo

anche al vissuto personale». Se le informazioni sono prese alle principali fonti scientifiche internazionali, i contenuti sono resi in modo efficace utilizzando forme e colori accattivanti, pop up e pulsanti interattivi. Realizzata in italiano, inglese e francese, la app FeelEat resterà disponibile su smartphone, tablet e pc anche dopo l'Esposizione Universale, senza aver bisogno di essere aggiornata perché si aggior-

nerà automaticamente. Lo scopo fondamentale di Fondazione Varenna è il sostegno alle persone affette da disagio mentale ed alle loro famiglie, soprattutto per quanto riguarda le patologie depressive. Con la app FeelEat, realizzata con il patrocinio di Expo Milano 2015, Fondazione Varenna ha deciso di coniugare la sua esperienza nell'ambito della salute pubblica con gli strumenti più attuali della tecnologia digitale. «Per il benessere psicologico famoso è il cioccolato attraverso una base scientifica - aggiunge Crocamo - è una app in cui parte informativa, sono illustrati diversi alimenti e da questi si dice cosa possono produrre a livello psicologico». Aprendo FeelEat c'è un menù con serie alimenti da selezionare: vedo un cibo e poi leggo a cosa corrisponde.



Cristina Crocamo che mostra la App sul suo smartphone

