Deixa que la naturalesa et cuidi

ESCOLA PARE MANYANET

AUTORIA
Inés Lavanchy

TUTORIA
Xavier Garriga

MATÈRIA
Biologia i nutrició

IDEA INICIAL

Tant l'àmbit de les ciències, més en concret les malalties, com el de la bromatologia han estat sempre molt presents en el meu entorn i pel meu gust són dos temes molt importants avui en dia. És per això que he volgut barrejar-los, i d'aquesta manera respondre a la meva hipòtesi, que deia així: Els aliments serveixen per a curar malalties. Els meus objectius en aquest treball han estat els següents: realitzar una recerca el més acurada possible, per així poder realitzar unes dietes les quals tothom pugui entendre i utilitzar en un futur, i per altre banda demostrar que els aliments juguen un paper molt important a la nostra vida, tant com per poder curar-nos o sinó bé per intentar prevenir certes malalties.

PROCÉS D'ELABORACIÓ

El primer que vaig decidir va ser que fos un treball clar i ben organitzat. D'aquesta manera vaig voler tractar els tres temes principals d'una manera detallada, que vindrien a ser els aparells del cos humà, què és un aliment amb tots els seus subapartats corresponents i què és una malaltia, un cop acabats aquests punts podia decidir quines malalties volia tractar i estudiar-les més a fons. Al haver estudiat aquestes malalties ja podia començar a realitzar la part pràctica, aquesta consistia en una barreja de tot el que prèviament havia cercat, i així poder realitzar els meus resultats que són les diferents dietes segons les diferents malalties que havia escollit.

La metodologia del treball és senzilla, la part més complexa és el tema pràctic ja que vaig decidir que fos un llibre útil perquè la gent pogués consultar de manera fàcil els meus resultats. Com es pot observar segueix sempre unes pautes, començant amb una breu explicació sobre l'aparell, seguidament esmentant les tres malalties a estudiar i després una breu explicació sobre la malaltia a tractar, una possible dieta, i per acabar suplements i complements per a la nostra dieta.
Les meves fonts principals van ser un llibre anomenat "CÓMO CURAN LOS ALIMENTOS" i certes pàgines webs enfocades en la nutrició especialitzada, on explicaven tots els tipus de nutrients i totes les propietats dels aliments i també altres pàgines de ciència per poder cercar les malalties, els seus símptomes i tot el que necessitava saber d'elles.

CONCLUSIONS

Al haver finalitzat el meu treball m'he n'he adonat que poc a poc ens anem allunyant més de la naturalesa, m'agradaria que us quedéssiu amb aquesta frase, ja que moltes vegades menyspreem el que la naturalesa ens aporta o no li donem molta importància però ens pot ajudar i molt. Penseu que el meu treball no acaba aquí perquè jo ara hauria de comprovar que aquestes dietes funcionen i que poden curar o si més no ajudar a prevenir aquella malaltia. Per això no podria negar ni acceptar la meva hipòtesi.