



## **B.eat, una plataforma online que te enseñará a comer sano**

LOCALIZACIÓN: Sevilla

DURACIÓN: 2:06

**RESUMEN:** B.eat es una plataforma web con la que sus creadores, dos emprendedores sevillanos, quieren ayudar a mejorar los hábitos alimenticios y enseñar a comer sano. Con solo introducir datos como edad, peso y actividad física, esta plataforma diseña de forma automática un menú sano para toda la semana con recetas habituales de la dieta mediterránea. B.eat, plataforma desarrollada por BalancEat, forma parte del Programa Minerva de emprendimiento tecnológico que impulsan Vodafone y la Junta de Andalucía.

**VTR:** ¿Sabemos elegir los alimentos que comemos para llevar una vida sana? Es el objetivo de la plataforma que han desarrollado estos emprendedores sevillanos. Antonio es ingeniero y Mari Carmen catedrática de Nutrición. Son hermanos y han unido sus conocimientos para enseñarnos a comer sano a través de esta aplicación web.

**ANTONIO G<sup>a</sup> PARRILLA**  
**CEO de B.eat**

*"Todos los datos para llevar una alimentación equilibrada está en el etiquetado nutricional pero... ¿Eso quién lo entiende? Y, aunque lo entiendas, son tantos datos, tanta información, que eso es imposible gestionarlo".*

**MARI CARMEN G<sup>a</sup> PARRILLA**  
**Nutricionista de B.eat**

*"Entonces se necesitan bases de datos que las recuperen y que vaya a permitir que el usuario sea consciente de lo que come".*

Es la misión de B.eat, ahora web y próximamente app. A través de los datos que introduce el usuario calcula las calorías que necesita diariamente, es decir, la cantidad de energía, y diseña de forma automática el menú de la semana.

**MARI CARMEN G<sup>a</sup> PARRILLA**  
**Nutricionista de B.eat**

*"Dividimos la cantidad de energía en cinco comidas al día que es lo más adecuado y se van seleccionando recetas habituales que consumimos normalmente".*

**ANTONIO G<sup>a</sup> PARRILLA**  
**CEO de B.eat**

*"Puede cambiar las recetas y los platos a su gusto y eso al final se transforma en un carrito de la compra. Actualmente, estamos llegando a acuerdos con supermercados para transferir ese carrito al supermercado y se pueda comprar en el supermercado online"*

El usuario también puede introducir lo que come y la plataforma le informará sobre lo saludable que es para que aprenda a diseñar sus propios menús equilibrados. Es lo que hacen en este taller, en la Facultad de Farmacia de la Universidad de Sevilla, para valorar científicamente la influencia de esta plataforma en la mejorar los hábitos alimenticios.

**MARI CARMEN G<sup>a</sup> PARRILLA**  
**Nutricionista de B.eat**

*"Si uno es consciente y uno sabe y uno aprende, se alimenta mejor"*

B.eat, que forma parte del Programa Minerva de emprendimiento tecnológico que impulsan Vodafone y la Junta de Andalucía, ha llegado también a la Universidad de Sevilla, integrando los menús de los comedores de los campus para extender a la comunidad universitaria estos hábitos saludables.