



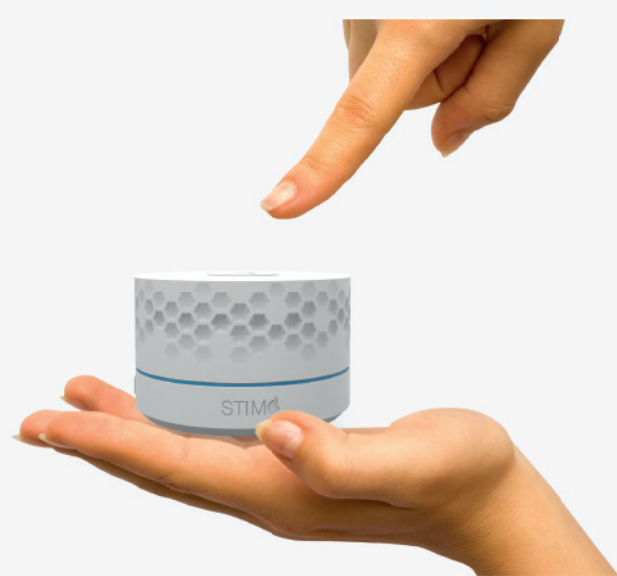
STIMO

DISPOSITIVO ANTI SEDENTARISMO

Las personas que trabajan delante de un ordenador pasan más de 56 horas semanales sentadas, realizando una actividad laboral totalmente sedentaria.

La Organización Mundial de la Salud afirma que cerca de 3,2 millones de personas mueren cada año por culpa del sedentarismo, convirtiéndose en el tercer factor de riesgo de muerte, solo superado por la hipertensión y el tabaco.

Trabajos cada vez más intelectuales en amplias jornadas laborales, convierten el sedentarismo en la sociedad occidental en un temido riesgo ocupacional.



Adquirir pequeños hábitos de movilidad durante la jornada laboral es suficiente para salir de las garras del sedentarismo, sin embargo, no resulta fácil aun siendo conscientes de sus graves consecuencias sobre la salud de cuerpo y mente.

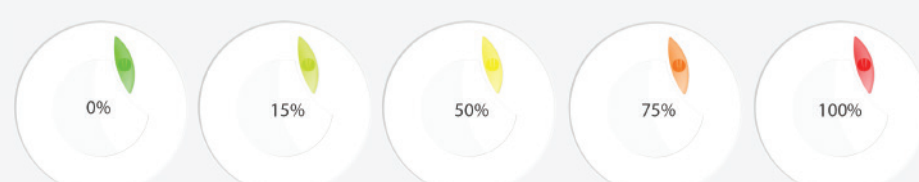
Para poner solución a esta situación se crea STIMO, un innovador producto que ayuda al trabajador sedentario a adquirir nuevos hábitos de movilidad saludables durante la jornada laboral.

Stimo utiliza un proceso de aprendizaje formado por tres bloques funcionales:

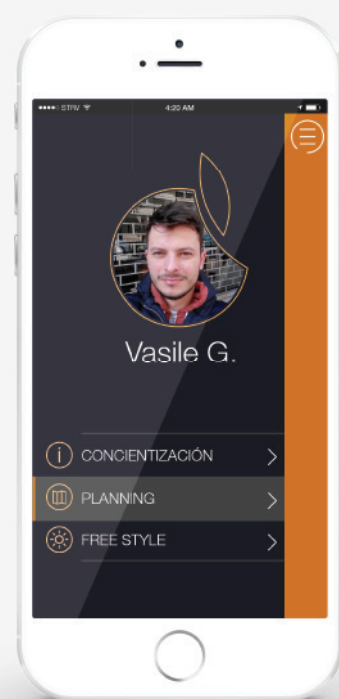
CONCIENTIZACIÓN

Concientiza al usuario de la necesidad del cambio informando sobre los daños que provoca el sedentarismo sobre la salud propia y de la comunidad laboral a la que pertenece.

Mediante una representación en escala cromática de la actitud sedentaria, STIMO hace visibles los daños que la mente ignora para estimular y motivar el cambio.



Representación en 5 pasos del Indicador de Actitud Sedentaria.



PLANIFICACIÓN

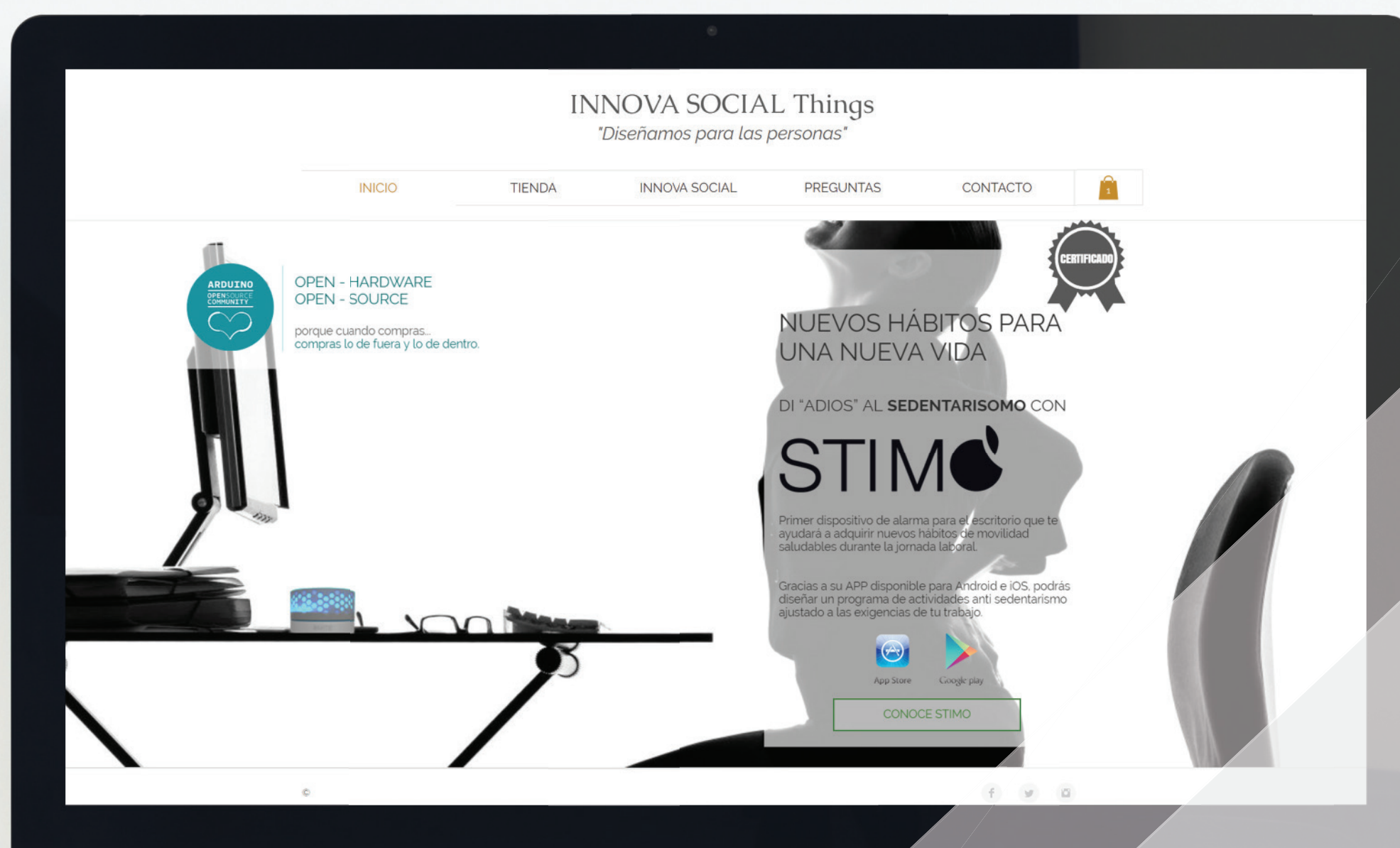
Utilizando la Aplicación para Smartphone como UI, el usuario puede diseñar un plan de nuevos hábitos de movilidad.

La sección de Planning de la App utiliza la distribución horaria de la jornada laboral para ubicar en el tiempo diferentes actividades compatibles con las exigencias y peculiaridades de cada trabajo.

ALARMA

Según establece en el Planning personal, STIMO-dispositivo electrónico- genera diferentes alarmas de luz para indicar el momento de ejecutar cada actividad.

Diferenciadas mediante color, STIMO establece tres categorías de actividad con diferente grado de agitación física y recreación mental.



HARDWARE MODULAR con tecnología ARDUINO

El diseño modular de hardware consigue alargar la vida útil de este componente al facilitar el reutilizo de partes integrantes (modulo Bluetooth, Arduino, Reloj, matriz LED, etc.) como componentes independientes y totalmente funcionales en proyectos DIY.