



SMASH

Clave del proyecto: CIN2016A10093

CENTRO EDUCATIVO CRUZ AZUL CAMPUS C. AZUL HIDALGO

Autores: -Leslie Loreley Santiago Mejía

-Montserrat Monroy Roa

Asesor: -Jeanette Trujillo Islas

Disciplina: Ciencias de la salud

Tipo de investigación: Experimental

Lugar: Cruz Azul, Hidalgo.

Fecha: 15 de febrero de 2016.

ÍNDICE

RESUMEN.....	2
INTRODUCCIÓN:.....	4
SUSTENTO TEÓRICO:.....	5
OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS:	5
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA:	6
METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN:.....	7
RESULTADOS OBTENIDOS:	8
CONCLUSIONES, TEORIZACIONES, NUEVAS PROPUESTAS, PLANTEAMIENTO Y/O APORTACIONES:	9
FUENTES BIBLIOHEMEROGRÁFICAS Y/O DE INTERNET	10

RESUMEN

La mayor parte de los problemas entre las personas se originan a causa de la relación de sus emociones negativas. Nuestro propósito es hacer un cambio en el organismo de cualquiera que consuma nuestro producto; este producto contiene varios elementos que producen que los neurotransmisores influyan sobre el buen funcionamiento de los órganos y emociones de las personas.

Hay un elemento en el organismo de cada persona llamado “Dopamina”, es de vital importancia para la motivación física, participan en elevar el ánimo, aumentar las defensas del sistema inmune, así como la esperanza del tiempo de vida. Los niveles demasiado altos se asocian a la esquizofrenia, y pueden producir alucinaciones; los niveles bajos se asocian a descontrol y descoordinación muscular, se relaciona en la enfermedad de Parkinson, más típica de ancianos, sus síntomas son rigidez muscular, dificultad de movimientos voluntarios, movimiento lento, temblor constante, por otro lado también puede crear alteraciones de la personalidad, alucinaciones y pérdida del contacto con la realidad. Y bien, tomando en cuenta los puntos negativos de este planteamiento tenemos entendido que consumir cualquier producto en exceso es malo y totalmente dañino como ya se había mencionado.

SUMARY

Most of the problems between people arise because of the relationship of their negative emotions. Our purpose is to make a change in the body of anyone who uses our product; this product contains several elements that produce neurotransmitters that influence the functioning of organs and emotions of people.

There is an element in the body of the person called "dopamine", it is vitally important for physical reasons, participate in elevate mood, increase immune defenses and Hope lifetime. Too high levels are associated with schizophrenia, and can produce hallucinations; low levels are associated with uncontrolled and muscular incoordination, relates in Parkinson's disease, more typical of the elderly, their symptoms are muscle rigidity, difficulty in voluntary movements, slow moving, constant shaking other hand can create disturbances personality, hallucinations and loss of touch with reality. Well, considering the negative points of this approach we understand that consuming any product in excess is bad and entirely bad as had been mentioned

INTRODUCCIÓN:

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

Hemos notado que la mayor parte de los problemas entre las personas se originan a causa de la reacción de sus emociones negativas como: la ira, la furia, el desagrado, entre otras.

Hemos notado que con algunas frutas secas pueden calmar el nivel de enojo de las personas y eso lo queremos implantar en una barra para que las personas tengan una mejor relación entre ellas en esos momentos de descontrol emocional.

HIPÓTESIS: Con este producto la interacción entre las personas mejorara notablemente ya que se pretende hacer un cambio en el organismo de cualquiera que lo consuma.

JUSTIFICACIÓN:

Al hacer esta barra pretendemos que las personas estén más tranquilas siempre, ya que si están molestas hacen acciones que no son buenas para las otras personas que las rodean, entonces la barra ayuda a las personas a contenerse ante la adversidad.

En algún momento de nuestras vidas podemos sufrir trastornos nerviosos como estrés, insomnio, angustia o ansiedad, que minen nuestras actividades diarias. En esos casos podemos ayudarnos con tranquilizantes naturales, productos obtenidos de semillas, frutos, flores, hojas, corteza de plantas y hierbas que tienen la finalidad de controlar los problemas nerviosos sin ocasionar efectos indeseables. Aquí te presentamos los más usados.

SUSTENTO TEÓRICO:

Arándano: Los radicales libres disminuyen los niveles de dopamina en el cuerpo y los antioxidantes eliminan los radicales libres.

Nueces: Omega-3, omega-6, vitamina B6, vitamina E

Frutas y verduras: Por el alto contenido de antioxidantes, eliminan los radicales libres y bajan drásticamente los niveles de dopamina en el cuerpo.

La dopamina ayuda en el movimiento, memoria, recompensa agradable, comportamiento, atención, sueño, humor y aprendizaje.

OBJETIVOS GENERALES:

Con este producto se pretende que las personas se relacionen mejor en su entorno, haciendo que su nivel de furia, estrés u otro sentimiento negativo disminuya al paso del tiempo. Se pretende el mejor entendimiento, una buena comunicación, y como principal meta, que los usuarios que consuman este producto vean resultados por así decirlo “inmediatos”, ya que tenemos claro que cualquier producto que consumas no te dará resultados instantáneos.

ESPECÍFICOS:

- Mejorar los niveles de furia de las personas al consumir nuestra barra.
- Ayudar a manejar mejor las emociones.
- Promover el consumo de hábitos saludables.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA:

Las personas que sufren de depresión deberían evitar la cafeína

El alcohol limita la función neurotransmisora y crea una falsa sensación de seguridad de la que el usuario llega a depender

Comer alimentos que contengan cantidades significativas de aminoácidos, tirosina y finalidad. Estos son aminoácidos facilitan el desarrollo de la dopamina.

Arándano: Los radicales libres disminuyen los niveles de dopamina en el cuerpo y los antioxidantes eliminan los radicales libres.

Nueces: Omega-3, omega-6, vitamina B6, vitamina E

Frutas y verduras: Por el alto contenido de antioxidantes, eliminan los radicales libres y bajan drásticamente los niveles de dopamina en el cuerpo.

La dopamina ayuda en el movimiento, memoria, recompensa agradable, comportamiento, atención, sueño, humor y aprendizaje.

METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN:

Es de metodología experimental.

Los principios del método de la experimentación expuestos por Claude Bernard (1865) son:

1. El científico se somete a los hechos, a los cuales tiene que sacrificar la teoría por muy brillante que sea.
2. La investigación experimental se basa en el determinismo de los fenómenos, que se tendrán que repartir en las mismas condiciones hasta que entre ellos se puedan establecer relaciones constantes.
3. La ciencia es ajena a cuestiones epistemológicas, puesto que no se pueden comprobar experimentalmente.
4. Las hipótesis se contrastan decisivamente con las contrapruebas

Pasos para elaborar la barrita:

- Derretir el chocolate
- Añadir amaranto tostado con el ingrediente especial de la barra
- Vaciar en una charola y se extiende homogéneamente, hasta obtener un grosor aproximado de 1.5 cm.
- Dejar reposar 10 min.

Cortar las barras individuales y dejar secar por 30 min.

RESULTADOS OBTENIDOS:

Se aplicaron 80 cuestionarios en la población de cruz azul, bachillerato; ellos mostraron diferentes gustos por la barra que consumieron. De los cuales se hicieron las siguientes gráficas y se muestran los siguientes resultados:



CONCLUSIONES, TEORIZACIONES, NUEVAS PROPUESTAS, PLANTEAMIENTO Y/O APORTACIONES:

Como conclusiones esperamos que este producto de buenos resultados.

Es entendible que no todos los organismos funcionan de igual forma, eso ya lo tenemos claro pero queremos que haya resultados en cada una de las personas que pruebe nuestro producto. Ya sean resultados mínimos o ya un tanto notables.

FUENTES BIBLIOHEMEROGRÁFICAS Y/O DE INTERNET

LOS TRASTORNOS DEL ESTADO DE ÁNIMO - 10 de noviembre 2005 • Revista Digital Universitaria

Revisión Dopamina síntesis, liberación y receptores en el Sistema Nervioso Central.

Alimentos buenos, alimentos dañinos. México: Readers Digest. 1997

Enciclopedia planeta de la vida sana y natural recetario de la salud. Tomos 1, 2, 3, 4
Barcelona: planeta 1984