



**“DESARROLLO DE DISEÑO DE UN SITIO WEB ENTORNO DEL CUAL SE PUEDE CONSTITUIR UNA COMUNIDAD VIRTUAL PARA PROMOVER UNA MEJOR CALIDAD DE VIDA ENFOCADA A LA SALUD EN EL ADULTO JOVEN SEDENTARIO POR MEDIO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y NUTRICIÓN”**

**FRANCISCO ANTONIO CERDA AMARO  
INGENIERO COMERCIAL MENCIÓN ADMINISTRACIÓN**

**RESUMEN**

Este proyecto está basado en diseñar un sitio para posteriormente implementar una comunidad virtual destinado a promover una mejor calidad de vida enfocada a la salud en el adulto joven sedentario por medio de la actividad física y la nutrición y donde existirá una constante retroalimentación entre esta y los usuarios.

Este sitio otorgará tres áreas de consulta como lo son Temáticas, Centros de Actividad Física y Esparcimiento y la principal que es Especialistas. En temáticas se pueden realizar consultas en forma de texto, galerías de imágenes, o a través de un vídeo alusivo sobre temas que se irán abordando como planes de entrenamiento, nutrición, beneficios de la actividad física entre otras.

En centros de actividad física y esparcimiento se entregarán recomendaciones sobre centros de actividad física y esparcimiento, como lo pueden ser gimnasios, complejos deportivos, Country Clubs, etc. En su área principal y aquí radica el valor de este sitio es su consulta virtual con Especialistas como Psicólogos deportivos, nutricionistas, etc., donde por

medio de foros de discusión y entrevistas On-line todo a través de la red el usuario se convertirá en un paciente virtual por así decirlo y donde ellos les entregaran información, consejos y el usuario podrán contarles sus experiencias, estilos de vida, expectativas, u otro tipo de consulta que será confidencial de acuerdo al ítem del profesional que solicito, y lo mas importante es que se realizara un seguimiento por parte del o los profesionales de sus pacientes virtuales para determinar la evolución de estos y otorgarles una mejor calidad de vida.