

Podemos manexar mellor a dieta, comendo coa man non dominante?

Traballo de Bioloxía e xeoloxía
IES Rosalía de Castro 3ºC

Noa Baameiro nº5

Paula Fernández nº13

Lidia Gómez nº18

Simón Martín nº22

INTRODUCCIÓN

Neste traballo de investigación imos a proponer a mellor maneira para manexar a dieta dunha persoa promedio.

Imos manexar mellor a dieta comendo coa man non dominante? Por que?

-Que necesitamos?

Unha persoa disposta a colaborar.

Comida.

Varios días de investigación.

PASOS

- 1) Preparar a comida (xa que logo imos comela coas respectivas mans)
- 2) Primeiro, comezamos a comer coa man dominante
- 3) Cronometramos canto tempo tardamos en rematar e canto tempo nos leva enchernos
- 4) Apuntamos os resultados para seguir coa investigación
- 5) Ao día seguinte, comemos a mesma cantidade de comida que o día anterior (pero esta vez coa man NON dominante)
- 6) Volvemos a cronometrar...
- 7) Anotamos os resultados nunha folla, para logo pasalo a limpo
- 8) Rematar o traballo de investigación ordeando os resultados e poñéndolle imaxes

VARIABLES

-Controladas: A comida, a mesma por día

-Independente: A man (dominante e non dominante)

-Dependente: O tempo, os kilogramos, a ansiedade edesexo por comer (fame)

DATOS E RESULTADOS TÉCNICOS E NUMÉRICOS

	Man Dominante	Man no dominante
TEMPO	21 sg	35 sg
FACILIDADE (DO 1 AO 10)	10	7'3

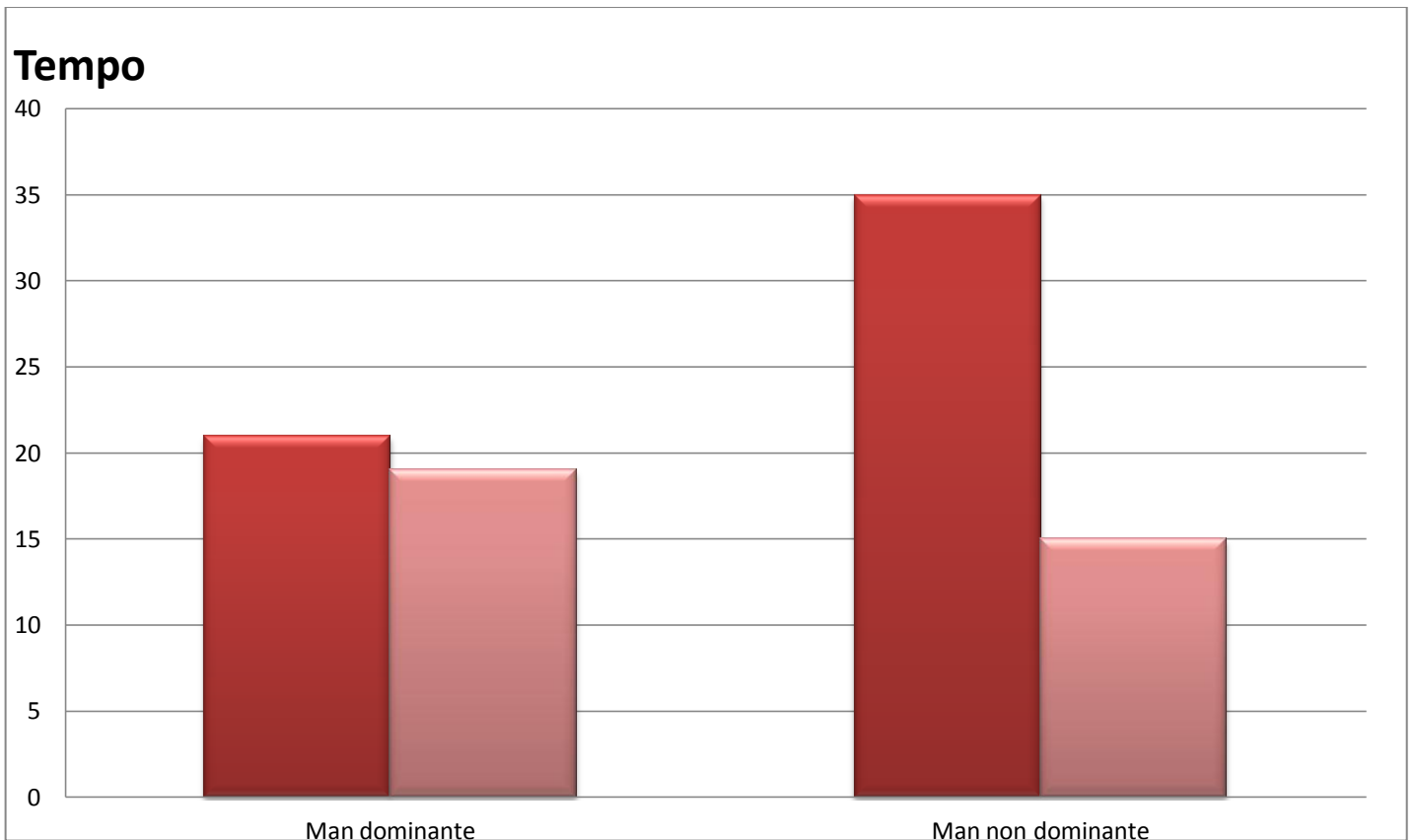
Canto tardaremos en comer dez palomitas coa man dominante?

E coa non dominante?

A facilidade coa man dominante é notable, só tardamos 21 segundos.

Mentres que coa man non dominante, tardamos 35 segundos, o que implica máis dun segundo máis. E coa man non dominante hai máis posibilidade de que se che caia algunha. (80%)

GRÁFICAS E IMAXES



A gráfica vermella mostra canto tempo tardamos en comer.

A gráfica rosa mostra cando nos saciamos ó comer con cada man.



Dúas persoas diestras comendo coa esquerda.

CONCLUSIÓNS

As nosas conclusións son que, ao tardar máis coa man non dominante, porque non estamos acostumbrados, a comida faise máis longa e cada vez temos menos ganas de comer, sacianos a fame. Cansámonos antes e como conclusión ingerimos menos cantidade de comida.