

Dieta Chetogenica Classica Pro

Versione 1.5

Creata da Carlo Lombardo

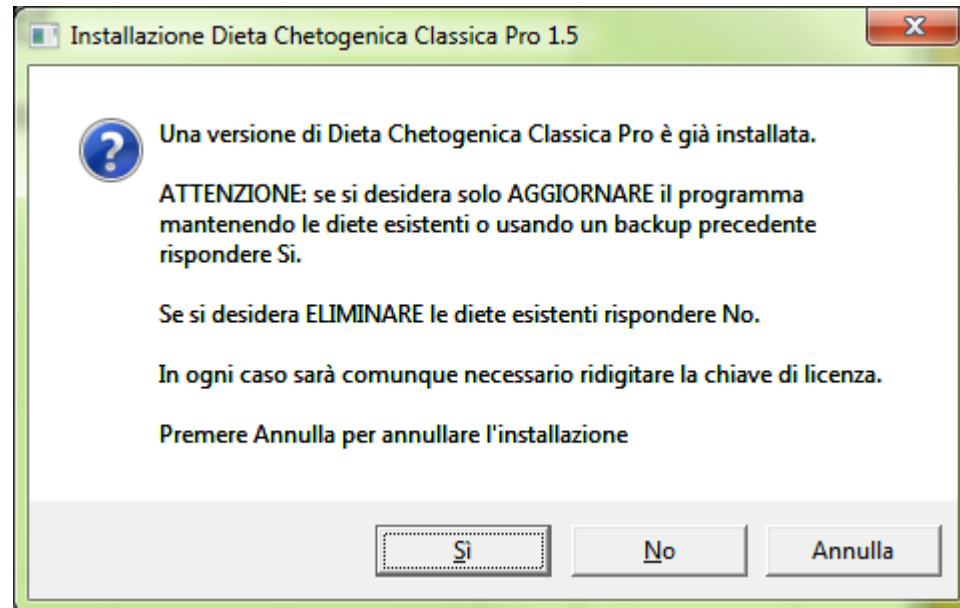
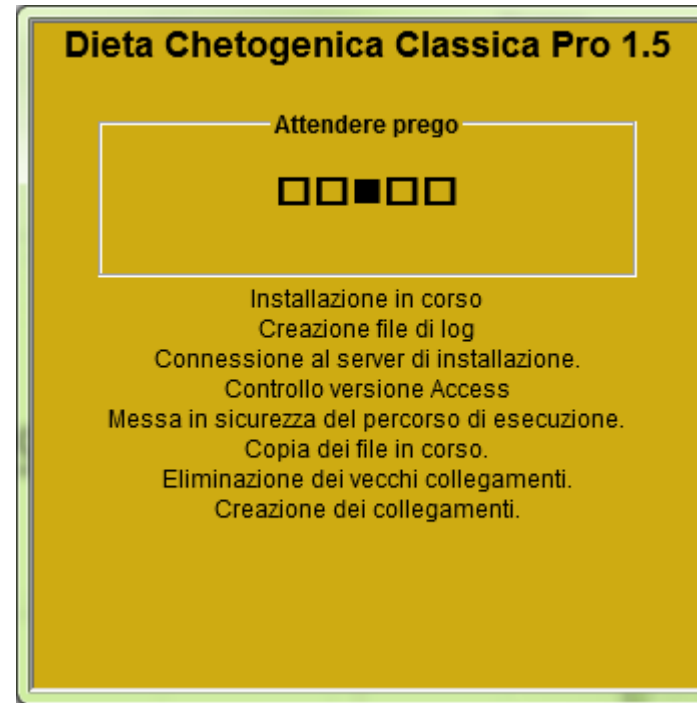
Disponibile solo su spmsf.unipv.it/ketopro

Installazione

Scaricate il file setup_ketopro_x_x.exe ed eseguitelo con privilegi amministrativi.

Dovrebbe apparire una finestra come quella in alto dove appaiono informazioni inerenti all'installazione (potrebbe dare errore ma l'installazione continua lo stesso)

Se è già presente una installazione del software vi verrà chiesto se aggiornare o eliminare le diete presenti.



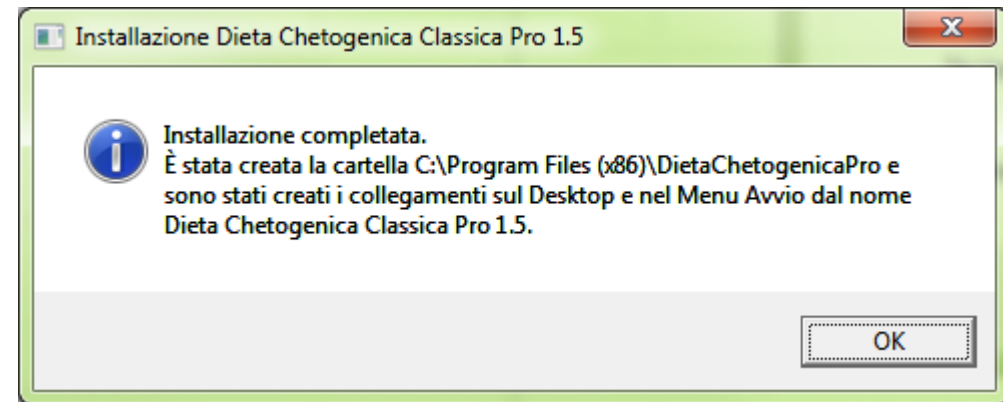
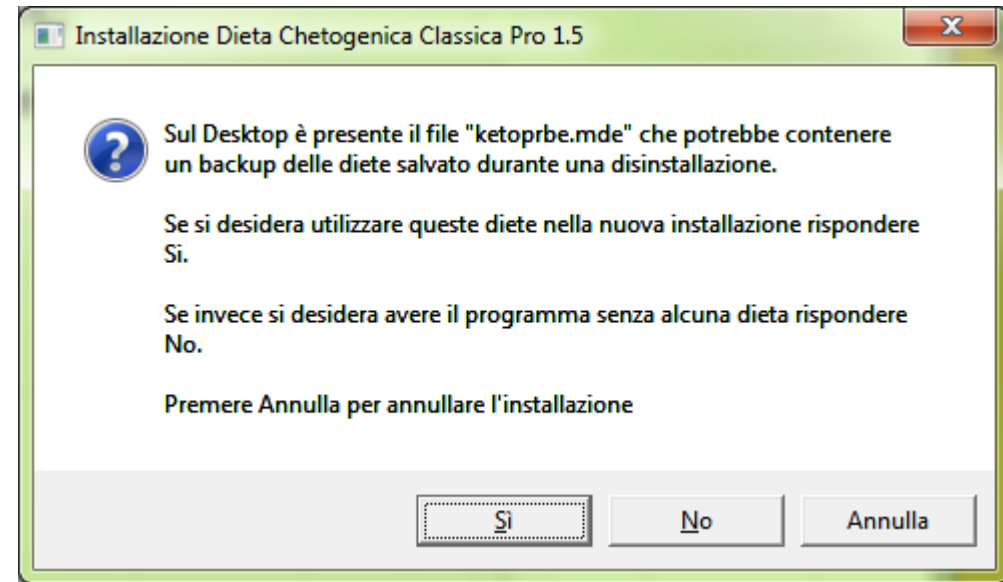
Ripristino da un backup

Se sul desktop è presente un file di backup delle diete di una precedente disinstallazione vi verrà chiesto se utilizzarlo per la nuova installazione.

Se non avete Microsoft Access installato vi verrà chiesto di scaricare il software Access Runtime per permettere l'esecuzione del software.

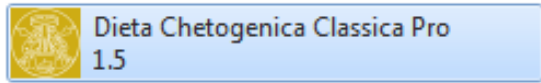
In questo caso installate Access Runtime e proseguite con l'installazione.

A questo punto avete installato il software Dieta Chetogenica Classica Pro



Primo avvio

Sul Desktop e nel menu di Avvio trovate il collegamento per aprire il software.



Al primo avvio, se non state aggiornando il software, vi verranno chieste email e chiave di licenza.

Inseritele e premete Conferma.

Se non foste collegati ad Internet il software vi proporrà di attivare la licenza tramite telefono.

Se la licenza è valida apparirà un messaggio come questo in basso.

Attivazione licenza

Dieta Chetogenica Classica Pro

L'uso di questo software è possibile solamente inserendo il proprio indirizzo email e la chiave di licenza fornita dal Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana dell'Università di Pavia.
Per informazioni:
Tel.: 0382 98 7842 / 7869 - Email: ambulatorio.chetogenica@unipv.it

Email

Chiave di licenza

Conferma

Dieta Chetogenica Classica Pro

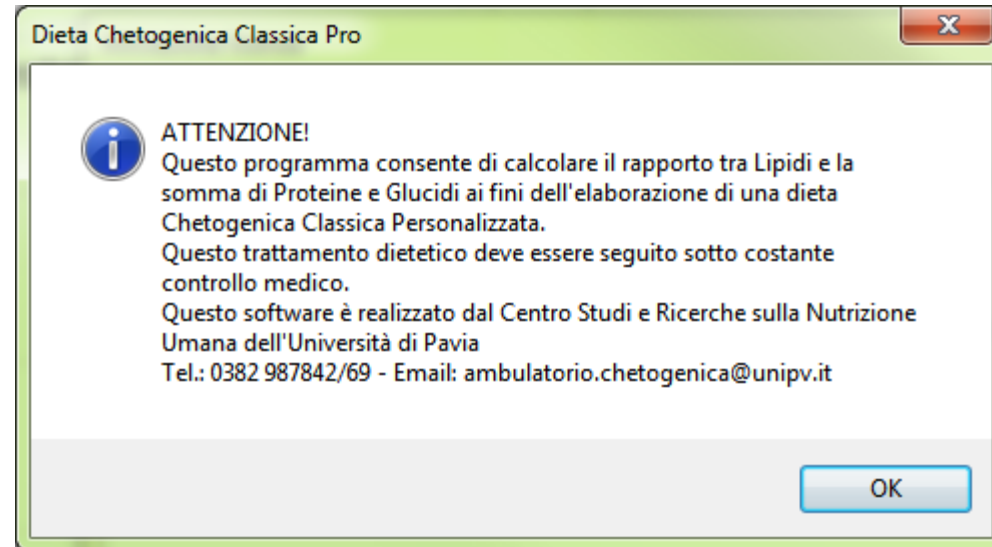
Chiave di licenza valida.
Ha installato il software su 1 computer.
Le rimangono 99 installazioni su 100 disponibili.
La licenza è valida dal 14 dicembre 2015 al 14 dicembre 2019.

OK

Avvertenze

Al primo avvio vi verrà mostrato anche questo avviso contenente prescrizioni mediche e contatti.

Potete riaprire questa finestra dal tasto Avvertenze del software



La finestra principale Parte A

Ecco come si presenta il software.

La parte A serve a creare e/o selezionare:

- le diete
- le settimane di cui è composta la dieta
- I giorni della settimana
- I pasti del giorno

La parte sinistra con sfondo azzurro indica lo stato attuale, a seguire ci sono i tasti per modificare o eliminare

La parte destra serve per cercare o aggiungere le voci e a seguire i tasti per aggiungere, duplicare, copiare, incollare, stampare o esportare ogni voce

Dieta Chetogenica Classica Pro
Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana
Direttore Prof.ssa Anna Tagliabue
Via Bassi 21, 27100 Pavia (PV)
Vers. 1.51

A

Nome dieta: Dieta di esempio 1
Settimana num.: 1
Giorno: Mercoledì
Pasto: Colazione

B

	Proteine	Lipidi	Glucidi	Energia	Rapporto	Tipo di calcolo
Riferimento pasto	54,76	55,09	138,70	1270	0,28:1	PLG ► ER
Effettivo pasto	54,76	55,09	138,70	1237	0,28:1	

C

Alimento	Q.tà	Prot.	Lipidi	Glucidi	Energ.	Magg.
Pompelmo giallo o rosa	18,66	0,1	0,0	1,2	4,9	Gluc.
Gorgonzola	174,76	33,2	48,9	0,0	573,2	Lip.
Sarago	81,35	12,2	3,6	0,8	83,8	Prot.
Uva passa	176,45	3,4	1,1	127,0	499,4	Gluc.
Basilico fresco	190	5,9	1,5	9,7	76,0	Gluc.

Suggerimento: Modifica le opzioni del programma
Realizzato da Carlo Lombardo per il Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana dell'Università degli Studi di Pavia

La finestra principale

Parte B

La parte B serve ad impostare i valori di riferimento di ogni singolo pasto e li confronta con i valori effettivi calcolati dagli alimenti scelti.

Il calcolo dei valori di riferimento può avvenire in 6 modi diversi attraverso il menu Tipo di calcolo

Le due faccine indicano la corrispondenza di Energia (a sinistra) e Rapporto (a destra) tra Riferimento ed Effettivo*.

Le faccine hanno tre stati:

 Rosso: differenza maggiore del 10%

 Giallo: differenza tra 10% e 5%

 Verde: differenza minore del 5%

Dieta Chetogenica Classica Pro

Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana

Direttore Prof.ssa Anna Tagliabue
Via Bassi 21, 27100 Pavia (PV)

Vers. 1.51

A

Nome dieta: Dieta di esempio 1
Settimana num.: 1
Giorno: Mercoledì
Pasto: Colazione

B

	Proteine	Lipidi	Glucidi	Energia	Rapporto	Tipo di calcolo
Riferimento pasto	54,76	55,09	138,70	1270	0,28:1	PLG ► ER
Effettivo pasto	54,76	55,09	138,70	1237	0,28:1	

C

Alimento	Q.tà	Prot.	Lipidi	Glucidi	Energ.	Magg.
Pompelmo giallo o rosa	18,66	0,1	0,0	1,2	4,9	Gluc.
Gorgonzola	174,76	33,2	48,9	0,0	573,2	Lip.
Sarago	81,35	12,2	3,6	0,8	83,8	Prot.
Uva passa	176,45	3,4	1,1	127,0	499,4	Gluc.
Basilico fresco	190	5,9	1,5	9,7	76,0	Gluc.

Suggerimento: Modifica le opzioni del programma

Realizzato da Carlo Lombardo per il Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana dell'Università degli Studi di Pavia

Totale giornalieri:
Proteine: 70,11 g
Lipidi: 57,54 g
Glucidi: 226,9 g
Energia: 1651 Kcal
Rapporto: 0,19:1

Opzioni
Avvertenze
Database Alimenti

*: inserendo gli stessi valori del pasto nel riferimento potrebbero esserci delle lievi differenze dovute agli arrotondamenti

La finestra principale Parte C (1/2)

La parte C serve ad inserire, eliminare e modificare gli alimenti del pasto selezionato.

L'Alimento si può selezionare in due modi:

- scegliendolo dal menu a tendina;
- scrivendo parte del nome.

Ad esempio, scrivendo «latte» si avranno risultati come:

Cioccolato al LATTE
Fiocchi di LATTE Jocca
Fior di LATTE
Formaggio LATTEria (veneto)
LATTE di capra
LATTE di mandorle
LATTE di pecora
LATTE di soja
LATTE intero
LATTE parzialmente scremato
LATTE scremato
LATTEria
latte

La parola cercata è in carattere maiuscolo nell'elenco.

Dieta Chetogenica Classica Pro

Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana
Direttore Prof.ssa Anna Tagliabue
Via Bassi 21, 27100 Pavia (PV)

Vers. 1.51

A

Nome dieta: Dieta di esempio 1
Settimana num.: 1
Giorno: Mercoledì
Pasto: Colazione

B

Riferimento pasto: Proteine 54,76 Lipidi 55,09 Glucidi 138,70 Energia 1270 Rapporto 0,28:1
Effettivo pasto: Proteine 54,76 Lipidi 55,09 Glucidi 138,70 Energia 1237 Rapporto 0,28:1

C

Alimento	Q.tà	Prot.	Lipidi	Glucidi	Energ.	Magg.
Pompelmo giallo o rosa	18,66	0,1	0,0	1,2	4,9	Gluc.
Gorgonzola	174,76	33,2	48,9	0,0	573,2	Lip.
Sarago	81,35	12,2	3,6	0,8	83,8	Prot.
Uva passa	176,45	3,4	1,1	127,0	499,4	Gluc.
Basilico fresco	190	5,9	1,5	9,7	76,0	Gluc.

Totali giornalieri: Proteine: 70,11 g, Lipidi: 57,54 g, Glucidi: 226,9 g, Energia: 1651 Kcal, Rapporto: 0,19:1

Opzioni
Avvertenze
Database Alimenti

Suggerimento: Modifica le opzioni del programma
Realizzato da Carlo Lombardo per il Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana dell'Università degli Studi di Pavia

La finestra principale Parte C (2/2)

Le quantità di Proteine, Lipidi e Glucidi è espressa in grammi mentre l'Energia in Kcal.

La colonna **Magg.** indica quale nutriente è presente in maggior quantità nell'alimento selezionato.

Lo sfondo dei nutrienti è di colore diverso per un più rapido riferimento.

Lo sfondo del campo **Magg.** cambia colore in base al nutriente indicato.

Per eliminare un alimento dal pasto premere il tasto **Elimina**, vi verrà chiesta conferma dell'operazione.

Per modificare l'alimento nel database alimenti premere il tasto **Modifica**.

Dieta Chetogenica Classica Pro

Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana
Direttore Prof.ssa Anna Tagliabue
Via Bassi 21, 27100 Pavia (PV)

Vers. 1.51

A

Nome dieta: Dieta di esempio 1
Settimana num.: 1
Giorno: Mercoledì
Pasto: Colazione

B

Riferimento pasto: Proteine 54,76 Lipidi 55,09 Glucidi 138,70 Energia 1270 Rapporto 0,28:1
Effettivo pasto: Proteine 54,76 Lipidi 55,09 Glucidi 138,70 Energia 1237 Rapporto 0,28:1

C

Alimento	Q.tà	Prot.	Lipidi	Glucidi	Energ.	Magg.
Pompelmo giallo o rosa	18,66	0,1	0,0	1,2	4,9	Gluc.
Gorgonzola	174,76	33,2	48,9	0,0	573,2	Lip.
Sarago	81,35	12,2	3,6	0,8	83,8	Prot.
Uva passa	176,45	3,4	1,1	127,0	499,4	Gluc.
Basilico fresco	190	5,9	1,5	9,7	76,0	Gluc.

Totali giornalieri: Proteine: 70,11 g, Lipidi: 57,54 g, Glucidi: 226,9 g, Energia: 1651 Kcal, Rapporto: 0,19:1

Opzioni, Avvertenze, Database Alimenti

Suggerimento: Modifica le opzioni del programma
Realizzato da Carlo Lombardo per il Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana dell'Università degli Studi di Pavia

Parte D

La parte D serve a riassumere i nutrienti, l'energia e il rapporto.

Si può scegliere con il menu a tendina se visualizzare i **Totali giornalieri** o le **Medie settimanali**.

Dieta Chetogenica Classica Pro

Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana

Direttore Prof.ssa Anna Tagliabue
Via Bassi 21, 27100 Pavia (PV)

Vers. 1.51

Nome dieta: Dieta di esempio 1

Settimana num.: 1

Giorno: Mercoledì

Pasto: Colazione

Riferimento pasto: Proteine 54,76 Lipidi 55,09 Glucidi 138,70 Energia 1270 Rapporto 0,28:1

Effettivo pasto: Proteine 54,76 Lipidi 55,09 Glucidi 138,70 Energia 1237 Rapporto 0,28:1

Alimento

	Q.tà	Prot.	Lipidi	Glucidi	Energ.	Magg.
Pompelmo giallo o rosa	18,66	0,1	0,0	1,2	4,9	Gluc.
Gorgonzola	174,76	33,2	48,9	0,0	573,2	Lip.
Sarago	81,35	12,2	3,6	0,8	83,8	Prot.
Uva passa	176,45	3,4	1,1	127,0	499,4	Gluc.
Basilico fresco	190	5,9	1,5	9,7	76,0	Gluc.

Suggerimento: Modifica le opzioni del programma

Realizzato da Carlo Lombardo per il Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana dell'Università degli Studi di Pavia

Opzioni

Avvertenze

Database Alimenti

Totali giornalieri

- Proteine: 70,11 g
- Lipidi: 57,54 g
- Glucidi: 226,9 g
- Energia: 1651 Kcal
- Rapporto: 0,19:1

D

E

Parte E

La parte E contiene i tasti:

- **Opzioni:** invio segnalazioni, gestione licenza, percorso di salvataggio diete, intestazioni, ecc.
- **Avvertenze:** già citate all'inizio
- **Database Alimenti:** il database contenente tutti gli alimenti disponibili
- **Esci:** per chiudere il programma

Dieta Chetogenica Classica Pro

Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana

Direttore Prof.ssa Anna Tagliabue
Via Bassi 21, 27100 Pavia (PV)

Vers. 1.51

Nome dieta: Dieta di esempio 1

Settimana num.: 1

Giorno: Mercoledì

Pasto: Colazione

Riferimento pasto: Proteine 54,76 Lipidi 55,09 Glucidi 138,70 Energia 1270 Rapporto 0,28:1

Effettivo pasto: Proteine 54,76 Lipidi 55,09 Glucidi 138,70 Energia 1237 Rapporto 0,28:1

Alimento

	Q.tà	Prot.	Lipidi	Glucidi	Energ.	Magg.
Pompelmo giallo o rosa	18,66	0,1	0,0	1,2	4,9	Gluc.
Gorgonzola	174,76	33,2	48,9	0,0	573,2	Lip.
Sarago	81,35	12,2	3,6	0,8	83,8	Prot.
Uva passa	176,45	3,4	1,1	127,0	499,4	Gluc.
Basilico fresco	190	5,9	1,5	9,7	76,0	Gluc.

Totali giornalieri: Proteine: 70,11 g Lipidi: 57,54 g Glucidi: 226,9 g Energia: 1651 Kcal Rapporto: 0,19:1

Opzioni

Avvertenze

Database Alimenti

Suggerimento: Modifica le opzioni del programma

Realizzato da Carlo Lombardo per il Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana dell'Università degli Studi di Pavia

D

E

Barra dei suggerimenti

Passando il mouse su un tasto o su parti specifiche della finestra la parte bassa della finestra principale visualizza i relativi suggerimenti o descrizioni

Dieta Chetogenica Classica Pro

Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana
Direttore Prof.ssa Anna Tagliabue
Via Bassi 21, 27100 Pavia (PV)

Vers. 1.51

Nome dieta Dieta di esempio 1 **Cerca/Agg.** **Aggiungi**

Settimana num. 1 **Cerca/Agg.** **Aggiungi**

Giorno Mercoledì **Cerca/Agg.** **Aggiungi**

Pasto Colazione **Cerca/Agg.** **Aggiungi**

Riferimento pasto Proteine 54,76 Lipidi 55,09 Glucidi 138,70 Energia 1270 Rapporto 0,28:1 Tipo di calcolo PLG ► ER

Effettivo pasto Proteine 54,76 Lipidi 55,09 Glucidi 138,70 Energia 1237 Rapporto 0,28:1

Alimento Q.tà Prot. Lipidi Glucidi Energ. Magg.

Pompelmo giallo o rosa	18,66	0,1	0,0	1,2	4,9	Gluc.
Gorgonzola	174,76	33,2	48,9	0,0	573,2	Lip.
Sarago	81,35	12,2	3,6	0,8	83,8	Prot.
Uva passa	176,45	3,4	1,1	127,0	499,4	Gluc.
Basilico fresco	190	5,9	1,5	9,7	76,0	Gluc.

Totali giornalieri

Proteine: 70,11 g
Lipidi: 57,54 g
Glucidi: 226,9 g
Energia: 1651 Kcal
Rapporto: 0,19:1

Suggerimento: Modifica le opzioni del programma

Realizzato da Carlo Lombardo per il Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana dell'Università degli Studi di Pavia

Opzioni
Avvertenze
Database Alimenti

Database Alimenti

Il database alimenti permette di vedere, modificare, eliminare gli alimenti presenti nel programma ed aggiungerne di nuovi.

La funzione **Cerca** è come quella della finestra principale, l'unica differenza è il tasto **Reimposta filtro** che permette di annullare la ricerca fatta e ritornare all'elenco completo.

In alcuni nutrienti si possono trovare dei valori **-1** e **-9** che corrispondono a «tracce» e «sconosciuto» e vengono segnati automaticamente con sfondo nero.

ATTENZIONE! Le modifiche agli alimenti, compresa l'eliminazione tramite il tasto **Elimina**, si applicano all'alimento nel database e a tutte le diete che lo contengono.

Per aggiungere un alimento cliccare su **Aggiungi alimento**, per chiudere la finestra cliccare sul tasto **Esci**.

Il tasto **Più dettagli** apre la finestra con i dettagli dell'alimento su cui ci si trova (il Database Alimenti Dettagliato)

Database Alimenti

Cerca

Reimposta filtro

Legenda: -1 = tracce, -9 = sconosciuto

Valori per 100g

Alimento	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (Kcal)	
Acciughe	16,80	2,60	1,50	96	
Aceto	0,40	0,00	0,60	4	
Aceto balsamico	0,49	0,00	17,03	88	
Aglio	0,90	0,60	8,40	41	
Agnello	20,00	2,20	0,30	101	
Agnello coratella	15,70	4,70	-9,00	105	
Agretti	1,80	0,20	2,20	17	
Albicocche	0,40	0,10	6,80	28	
Alici sotto sale	25,00	3,10	-9,00	128	
Alici sott'olio	25,90	11,30	0,20	206	
Amarene	0,80	0,00	10,20	41	
Amaretti	8,90	22,60	68,50	496	

Più dettagli

Aggiungi alimento

Database Alimenti dettagliato

La finestra dettagliata del database alimenti è come il database alimenti tranne per due differenze:

- Contiene tutti i micronutrienti modificabili
- Visualizza un alimento alla volta

In entrambe le maschere potete usare la rotellina del mouse per scorrere l'elenco; usatela con cautela, potreste trovarvi a modificare un alimento al posto di un altro con un colpo di rotellina involontario.

Il tasto Esci riporta alla finestra principale del programma

Database Alimenti

Database Alimenti dettagliato

Cerca

Reimposta filtro

Legenda: -1 = tracce, -9 = sconosciuto

Valori per 100g

Alimento	Proteine (g)	Lipidi (g)	Glucidi (g)	Energia (Kcal)	
Acciughe	16,80	2,60	1,50	96	
Proteine animali (g)	16,80	Colesterolo (mg)	164,00	Ferro (mg)	2,80
Proteine vegetali (g)	0,00	Glucidi amido (g)	0,00	Zinco (mg)	1,40
Lipidi animali (g)	2,60	Glucidi solubili (g)	0,00	Rame (mg)	-9,00
Lipidi vegetali (g)	0,00	Alcool (g)	0,00	Tiamina (mg)	0,06
Acidi grassi saturi (g)	0,68	Fibra totale (g)	0,00	Riboflavina (mg)	0,26
Acidi grassi monoinsaturi (g)	0,33	Calcio (mg)	148,00	Niacina (mg)	14,00
Acidi grassi polinsaturi (g)	0,90	Fosforo (mg)	196,00	Vitamina A (mcg)	32,00
Acidi grassi P/S (g)	1,32	Potassio (mg)	278,00	Vitamina C (mg)	-9,00
		Sodio (mg)	104,00	Acqua (g)	76,50

Meno dettagli

Aggiungi alimento

Opzioni

La finestra di Opzioni consente di svolgere alcune operazioni e di vedere le informazioni sulla licenza.

Il tasto **Svuota diete** serve a cancellare, previo consenso, tutte le diete presenti nel programma.

Il tasto **Rimuovi licenza** serve a rimuovere la licenza in uso per poterla utilizzare su un altro PC o per sostituirla con una nuova (ad esempio per passare da DEMO a licenza a pagamento).

La cartella di salvataggio delle diete esportate è di solito Diets sul Desktop ma può essere cambiata tramite il tasto **Sfoglia...**

Intestazione, sottotitolo e indirizzo possono essere modificati per rispecchiare la propria attività.

Per salvare le impostazioni premere **Salva** per ripristinarle premere **Reset**

Opzioni

Opzioni

Segnalazioni Svuota diete Rimuovi licenza

Licenza valida dal ... al ...

Email associata: ...

Chiave di licenza associata: ...

Cartella di salvataggio diete esportate

D:\... \Desktop\Diets Sfoglia...

Questi campi appariranno nell'intestazione del programma, delle stampe e dei file esportati

Intestazione Centro Studi e Ricerche sulla Nutrizione Umana

Sottotitolo Direttore Prof.ssa Anna Tagliabue

Indirizzo Via Bassi 21, 27100 Pavia (PV)

Reset Salva

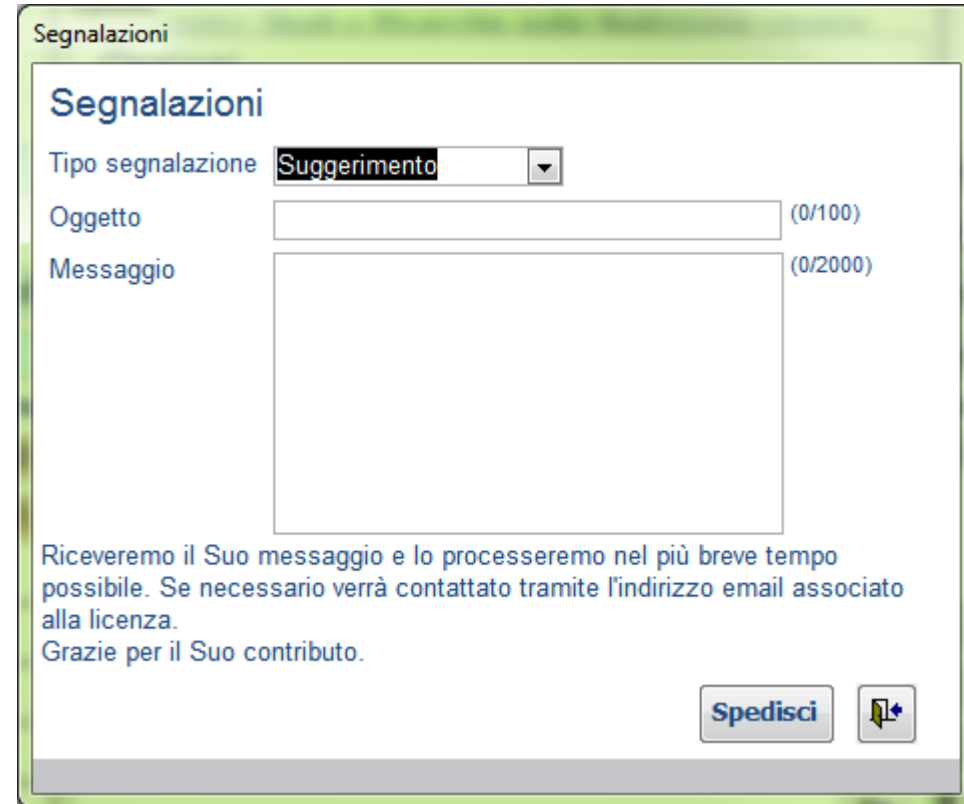
Invio Segnalazioni

Siete invitati ad usare questa funzione per inviare suggerimenti, segnalazione guasti o (si spera mai) reclami.

Le segnalazioni ci aiuteranno a migliorare il prodotto nelle versioni successive.

Per inviare le segnalazioni si ricorda che bisogna essere connessi ad Internet.

Una volta inseriti **Oggetto** e **Messaggio** premere il tasto **Spedisci**. Se il messaggio verrà inviato apparirà una finestra di conferma ricezione.



The screenshot shows a web form titled 'Segnalazioni' (Reports) with a green header. The form contains the following elements:

- Tipo segnalazione** (Report type): A dropdown menu with 'Suggerimento' (Suggestion) selected.
- Oggetto** (Subject): A text input field with a character count '(0/100)' to its right.
- Messaggio** (Message): A large text area with a character count '(0/2000)' to its right.
- Instructions:** A paragraph of text stating: 'Riceveremo il Suo messaggio e lo processeremo nel più breve tempo possibile. Se necessario verrà contattato tramite l'indirizzo email associato alla licenza. Grazie per il Suo contributo.'
- Buttons:** A 'Spedisci' (Send) button and a button with a bell icon and a plus sign.

Aggiornamenti

- Qualora venga creata una nuova versione sarà il software a chiedere all'utente se scaricarla o no.
- Potrebbe capitare anche che vi arrivi una email di notifica dell'esistenza di una nuova versione.
- Potete anche controllare sul sito quale sia la versione attuale e confrontarla con la vostra versione, visibile in alto a destra della finestra principale.