

Associado, é com grande entusiasmo que anunciamos o lançamento do TecNews, o informativo de tecnologia da AMBEP. Este canal foi criado especialmente para manter nossos Associados atualizados sobre as últimas tendências, inovações e avanços no mundo da tecnologia e aplicativos, assim como, alertar também sobre possíveis golpes.

O objetivo da AMBEP é, com este informativo, fornecer informações e recursos valiosos que ajude na sua jornada tecnológica, facilitando-a. Fique atento ao seu e-mail e aos nossos canais de comunicação para se atualizar tecnologicamente através do nosso TecNews. Estamos felizes e ansiosos para saber o que vocês acharão de mais esta iniciativa da AMBEP para você.



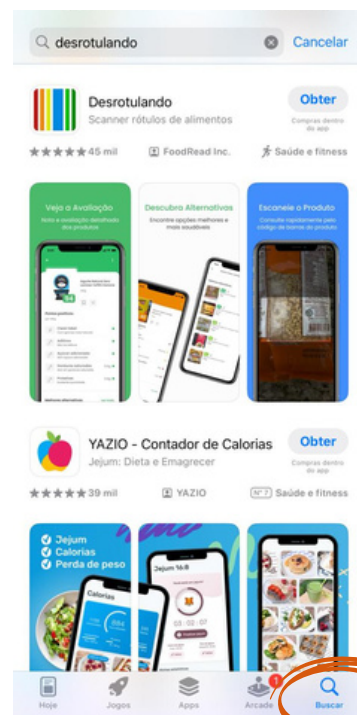
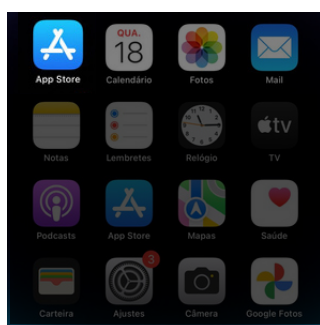
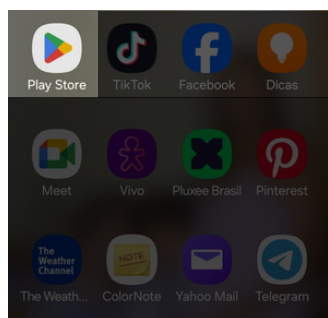
## Dica de app: Desrotulando

O Desrotulando é um aplicativo de nutrição que ajuda você a fazer escolhas mais saudáveis na hora de comprar alimentos. Ele é bem fácil de usar e a AMBEP vai trazer o passo a passo de como ele funciona. Vamos lá?

### Passo 1: Baixar e Instalar o Aplicativo

Primeiro, você precisa baixar o Desrotulando no seu celular. Se você usa um celular Android, vá na Google Play Store. Se o seu celular for da Apple (o da maçazinha),

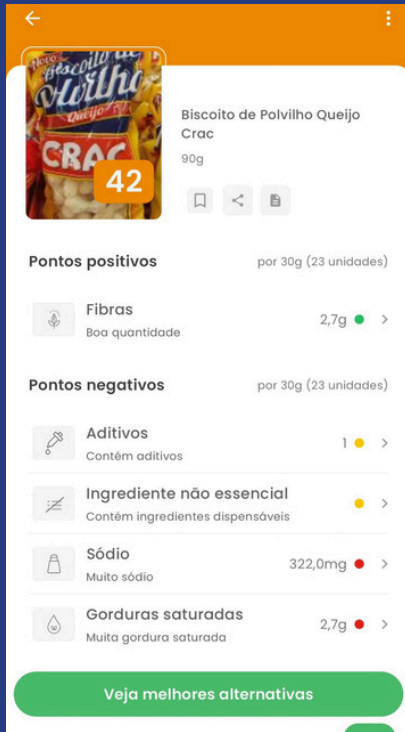
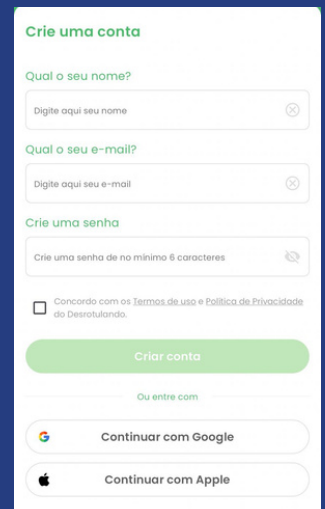
Vá até a lupinha e procure por “Desrotulando” e clique em “Instalar”. É rapidinho!



## Passo 2: Fazer o Cadastro

Depois de instalar, abra o aplicativo. A primeira coisa que ele vai pedir é que você faça um cadastro. Isso é importante para salvar suas preferências e ajudar você a encontrar os alimentos que mais combinam com sua dieta. Você pode se cadastrar usando seu e-mail ou uma conta do Google ou Facebook.

Agora que você já está cadastrado, vamos ver como usar o aplicativo:



## Passo 3: Como Usar o Desrotulando

**Escaneando o Código de Barras:** A função mais legal do Desrotulando é a de escanear o código de barras dos produtos. Quando você estiver no supermercado, é só abrir o aplicativo e clicar no ícone de escanear (parece um código de barras). Aponte a câmera do celular para o código de barras do produto e o aplicativo vai mostrar uma avaliação nutricional daquele alimentontes dos produtos, especialmente se você tiver alguma alergia alimentar.

## Passo 4: Dicas de Uso

Ø **Verifique Sempre os Detalhes:** Mesmo com a avaliação do aplicativo, é bom sempre olhar a lista de ingredientes dos produtos, especialmente se você tiver alguma alergia alimentar.

Ø **Faça Comparações:** Você pode usar o Desrotulando para comparar produtos. Por exemplo, se está em dúvida entre dois tipos de pão integral, use o aplicativo para ver qual é mais saudável.

O mais importante é usar o Desrotulando como uma ferramenta para melhorar sua alimentação. Ele não substitui a orientação de um nutricionista, mas é um excelente aliado para quem quer fazer escolhas mais conscientes na hora de comer.

O Desrotulando é uma ferramenta poderosa que vai ajudar muito na escolha de alimentos mais saudáveis! Esperamos que vocês tenham gostado desta dica.

Ø **Entendendo a Avaliação Nutricional:** Quando o aplicativo escaneia o produto, ele te mostra uma avaliação que vai de "A" (muito bom) a "E" (não recomendado). Além disso, o Desrotulando também explica os pontos positivos e negativos do alimento, como a quantidade de açúcar, sal, gordura, entre outros.

Ø **Buscar Produtos:** Se você quer saber sobre um produto específico, mas não tem o código de barras, pode usar a barra de pesquisa. Basta digitar o nome do produto e o Desrotulando mostra todas as informações nutricionais disponíveis.

**Filtros e Preferências:** No aplicativo, você pode ajustar as preferências de acordo com a sua dieta. Por exemplo, se você é vegetariano, vegano ou tem alguma restrição alimentar, pode ativar esses filtros para que o Desrotulando mostre apenas produtos que atendam a essas necessidades.