

FitDietBox se presenta como solución para el teletrabajo

Teletrabajar, en muchos casos, implica añadir una comida adicional, tiempo para cocinar, pensar en qué comer, comprar más productos de lo previsto

La pandemia del COVID-19 ha revolucionado por completo los sistemas sociales y económicos tal y como se conocían hasta el momento. El teletrabajo ha adquirido un protagonismo primordial como solución para mantener en funcionamiento la actividad laboral.

El teletrabajo ha supuesto, en muchos sectores laborales, una solución al problema de la presencialidad en el lugar de trabajo. No obstante, el hecho de poder realizar el trabajo desde el hogar obliga encontrar una conciliación entre deporte y alimentación. Teletrabajar, en muchos casos, implica añadir una comida adicional, tiempo para cocinar, pensar en qué comer, comprar más productos de lo previsto.

FitDietBox, startup de comida fitness a domicilio, es la solución a este problema. Garantiza un plan de comidas semanales para compaginar teletrabajo, deporte y alimentación.

“Mantener una alimentación sana, saludable y equilibrada y trabajar desde casa es un objetivo realista, no hay excusa para no hacerlo”, explica Ricard Tello, CEO de FitDietBox. Además, añade que “olvídate de cocinar, nosotros lo hacemos por ti mientras tú logras tu objetivo”.

Según un estudio de la empresa Ranstad, compañía de recursos humanos especializada en trabajo temporal, sobre el teletrabajo en España destaca que 4.405.320 españoles disponen de la opción de teletrabajo, lo que supone el 22,3% del total de población ocupada.

En cuanto al perfil profesional, el 49,8% corresponde a técnicos y profesionales científicos e intelectuales (2.194.300), seguidos con una importante diferencia de contables, administrativos y otros empleados de oficina, que suponen el 20% del total de profesionales que pueden optar a esta modalidad de trabajo (890.930).

Respecto a las Comunidades Autónomas las que tienen un mayor número de trabajadores con la posibilidad de teletrabajar y se sitúan por encima de la media nacional son la Comunidad de Madrid, con el 28% del total de trabajadores de toda España con opción a teletrabajar, seguida de Catalunya con el 25,1%, Euskadi 24,5%, Navarra 23% y Asturias 22,4%.

Ante estas estadísticas, FitDietBox ofrece un plan nutricional, preparado por su equipo de cocina y nutricionista, con el fin de ayudar a conciliar teletrabajo y alimentación saludable. “Trabajamos con productos frescos, naturales y de proximidad para elaborar recetas culinarias acorde con una nutrición

equilibrada", afirma Ricard Tello.

Además, FitDietBox garantiza una alimentación sana y equilibrada la cual aporta la proporción adecuada de macronutrientes (hidratos de carbono, proteínas y grasas), micronutrientes (vitaminas, minerales y antioxidantes) y fibra, en función de las características personales: edad, sexo, altura, actividad física, estilo de vida y otras condiciones como puede ser, por ejemplo, padecer una patología.

Llevar una nutrición adecuada mediante un equipo de profesionales, juntamente con el auge del teletrabajo, se ha convertido en una necesidad cada vez más demanda. FitDietBox es sinónimo de éxito, "sólo tienes que probarlo".

Datos de contacto:

EDEON MARKETING SL

Comunicación · Diseño · Marketing

931929647

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Nacional](#) [Nutrición](#) [Marketing](#) [Sociedad](#) [E-Commerce](#) [Restauración](#) [Otros deportes](#) [Recursos humanos](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>