

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

FACULTAD DE ARQUITECTURA, DISEÑO Y ARTES

CARRERA DE DISEÑO PROFESIONAL CON MENCIÓN EN DISEÑO GRÁFICO Y COMUNICACIÓN VISUAL



DISERTACIÓN PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE DISEÑADOR PROFESIONAL
CON MENCIÓN EN DISEÑO GRÁFICO Y COMUNICACIÓN VISUAL

TÍTULO DE DISERTACIÓN:

Diseño de material gráfico de apoyo de enseñanza-aprendizaje para fomentar
los buenos hábitos alimenticios en las familias de los niños de
4 a 5 años de la Unidad Educativa El Tomasito.

NOMBRE

Gonzalo Alejandro Rivas Jarrin

DIRECTORA

Dis. Soraya Quelal

Quito, 2021



Índice

Introducción

Prólogo

Descripción del caso

Aspectos externos2

La nutrición global2

La nutrición en Ecuador2

La nutrición infantil3

Factores del mal estado6

nutricional del país6

Aspectos internos.....8

Antecedentes de la organización8

Problemática8

Necesidad.....9

Caracterización del público objetivo9

Problema gráfico

Descripción de las piezas gráficas13

Piezas gráficas existentes del caso13

Tipología local17

Tipología regional19

Tipología internacional21

Presentación del problema gráfico.....24

Objetivos gráficos.....24

Requerimientos del proyecto gráfico25

Solución gráfica

Generación de la Idea (concepto)27

Técnicas y construcción de conceptos.....28

Primer concepto30

Segundo concepto.....31

Tercer concepto.....32

Validación de las propuestas de conceptos.....33

Concepto de diseño33

Exploración de la forma33

Valor de la propuesta.....36

Validación del estilo gráfico.....36

Estructura del proyecto gráfico.....36

Ideas gráficas iniciales37

Justificaciones de diseño40

Validación propuesta inicial.....40

Prototipo gráfico.....41

Estructura final del proyecto gráfico41

Estilo gráfico final42

Detalle gráfico.....48

Costos del proyecto.....53

Validación desde el diseño56

Validación con el comitente.....58

Validación con el usuario61

Conclusiones.....67

Recomendaciones68

Bibliografía69

Anexos.....72

Figuras

| | | |
|--|--|--|
| Figura 1 Factores de mal nutrición.....7 | Figura 12 Boceto de la idea de La hueca de la salud31 | Figura 25 Pasos de la receta del desayuno45 |
| Figura 2 Mapa de stakeholders.....9 | Figura 13 Bocetos de la idea de Influencer de la sazón.....32 | Figura 26 Cromática de las piezas gráficas.....46 |
| Figura 3 Flash card- Healty eating.....13 | Figura 14 Exploración gráfica de Influencer de la sazón.....33 | Figura 27 Tipografías de los productos gráficos.....46 |
| Figura 4 Post para Facebook de cuidamos alimentación.....15 | Figura 15 Exploración gráfica de La hueca de la salud.....34 | Figura 28 Fotografía e ilustraciones.....47 |
| Figura 5 Cuidamos nuestra alimentación.....17 | Figura 16 Exploración gráfica de Mi gimnasio de sabores.....35 | Figura 29 Páginas del recetario.....48 |
| Figura 6 Mi plato, un arcoíris divertido de sabores.....19 | Figura 17 Estructura del recetario interactivo.....36 | Figura 30 Video de receta de BanacakeS.....49 |
| Figura 7 El recetario mágico.....21 | Figura 18 Primeros personajes37 | Figura 31 Página de influencer del sazón50 |
| Figura 8 Mapa de los datos del proyecto27 | Figura 19 Prototipo del recetario.....38 | Figura 32 Publicaciones de Facebook.....51 |
| Figura 9 Bocetos de la técnica de Volcado Visual de Datos.....28 | Figura 20 Segundo prototipo del recetario.....39 | Figura 33 Stickers y Filtro Fotográfico52 |
| Figura 10 Técnica de Asociaciones forzadas29 | Figura 21 Esquema gráfico de la estructura final del proyecto.....41 | Figura 34 Validación final desde el diseño56 |
| Figura 11 Boceta de la idea de Mi gimnasio de sabores.....30 | Figura 22 Personaje de influencer de la cena42 | Figura 35 Validación con el comitente58 |
| | Figura 23 Personaje de almuerzos y desayunos.....43 | Figura 36 Validación con los usuarios.....61 |
| | Figura 24 Retícula de recetario y publicación de Facebook.....44 | Figura 37 Validación de las recetas.....65 |

Tablas

Tabla 1

Prevalencia de la desnutrición en niños de 0 a 5 años a nivel nacional por sexo.....3

Tabla 2

Prevalencia de sobrepeso a nivel nacional.....4

Tabla 3

Prevalencia de obesidad a nivel nacional.....5

Tabla 4

Fichas de perfil de padres.....10

Tabla 5

Fichas de perfil de niños.....11

Tabla 6

Mapa de necesidades y requerimientos del proyecto...25

Tabla 7

Fichas de costos del proyecto.....53

Tabla 8

Fichas de costos de videos de las recetas de desayuno y almuerzo.....54

Tabla 9

Ficha de costos del video de la cena, valor total del recetario y del proyecto de TFC.....55

Tabla 10

Ficha de validación final desde el diseño.....57

Tabla 11

Ficha de validación final con Cristina Pineiros.....59

Tabla 12

Ficha de validación final con la Directora del Tomasito.....60

Tabla 13

Formulario de validación parte 1.....62

Tabla 14

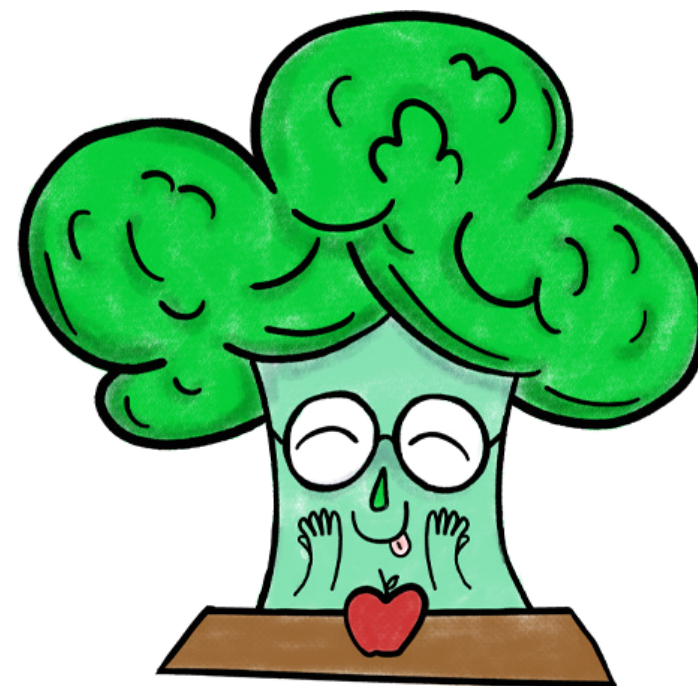
Formulario de validación parte 2.....63

Tabla 15

Formulario de validación parte 3.....64

Tabla 16

Ficha de observación.....66



Introducción

Las enfermedades a causa de la mala nutrición han incrementado cada año, afectando a todo el mundo y los niños no son la excepción, nuestro país se ha visto caracterizado de tener grandes conflictos al momento de hablar de conductas adecuadas saludables. La influencia de los medios publicitarios, las tendencias de consumo de los ecuatorianos y la cultura gastronómica son factores que están perjudicando en ciertos casos a las familias ecuatorianas a tener malos hábitos alimenticios y estos han aumentado por consecuencia de la pandemia mundial por el Covid-19. Todas estas malas tendencias alimenticias que existen en los hogares, los niños las aprenden, por este motivo, es de gran importancia que exista un constante trabajo desde casa en fomentar y forjar hábitos alimenticios adecuados, y hay diversas formas de comer sano y delicioso, las cuales rompen con la rutina de las texturas y los sabores conocidos, siendo una oportunidad perfecta para probar cosas nuevas y divertirse en la cocina.

Por este motivo, es de gran importancia motivar a los padres a trabajar con los niños estas buenas tendencias alimenticias de manera divertida y dinámica para motivar tanto a los niños como a los padres, de esta forma se plantearon 3 objetivos que nos permitirán cumplir con la finalidad del proyecto:

Delimitar las principales necesidades alimenticias y de aprendizaje de buenos hábitos alimenticios en las familias de los niños de 4 a 5 años del Tomasito por medio de investigación.

Desarrollar un producto editorial interactivo y de aprendizaje que fomente tendencias alimenticias saludables y la participación de la familia en el proceso de la alimentación.

Demostrar mediante una prueba con el público objetivo y con expertos en el tema, que el producto editorial cumple con los criterios de diseño enfocado para los padres y los niños, al lugar y contexto social al que se dirigen, si se ajusta al medio de comunicación para el que fue pensado y si se encamina a las necesidades del usuario.

Prólogo

Justificación social

En el Ecuador, existen graves problemas de salud que están muy relacionados con la mala nutrición, de este modo es muy complicado que se cumpla el Eje Social, objetivo N.º 6, “Garantizar el derecho a la salud integral, gratuita y de calidad.” en la política 6.4 nos comenta, “Combatir toda forma de malnutrición, con énfasis en la DCI,” por otro lado en el apartado de Lineamientos Territoriales en la política 6.4, menciona “Promover una alimentación sana y nutritiva, potenciando la producción local, con un enfoque de seguridad alimentaria,” y en la sección de Metas al 2025 en el apartado de 6.4.1 “Reducir 6 puntos porcentuales la Desnutrición Crónica Infantil en menores de 2 años.” (Plan de creación de oportuninas, 2021 pág. 66, 67 y 68).

Las políticas presentadas con anterioridad, demuestran la importancia de tener una buena alimentación para evitar enfermedades relacionadas con la nutrición, por lo que el proyecto aspira al cumplimiento de las metas y objetivos, desde la perspectiva del diseño gráfico, otorgando un material de aprendizaje gráfico que ayude a prevenir la mala nutrición.

Justificación personal

Crear un material para fomentar y reforzar los buenos hábitos alimenticios para las familias de los niños de 4 a 5 años del Tomasito, es un proyecto que puede ayudar a los niños y niñas a mejorar su estilo de vida desde casa, muchas veces pensamos que para estar sanos debemos comer solo vegetales y dejar a un lado lo demás, pero la realidad es que debemos comer de todo pero con equilibrio, de este modo podemos disfrutar de la increíble experiencia de comer y a su vez prevenir el desarrollo de enfermedades en esta época tan complicada donde la salud es tan frágil gracias a la enfermedad del Covid-19. Desde otra perspectiva, este proyecto me da la oportunidad de mejorar y desarrollar habilidades de investigación, conceptualización y poner en práctica los conocimientos adquiridos en la academia para lograr un producto de diseño gráfico de calidad y a su vez funcional que aporte conocimientos al público al que se dirige.

Agradecimiento

Agradezco a mis familiares y amigos por siempre apoyarme, escucharme y creer en mí en toda esta fase de mí vida, también agradezco a mis profesores y tutores por toda la ayuda que me han brindado durante este proyecto y en mí etapa universitaria.

Descripción del caso



Aspectos externos

La nutrición global

Alrededor del mundo varias personas padecen de problemas causados por una mala nutrición, La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) en su informe del Panorama de Seguridad Alimentaria y Nutricional 2019, nos informa datos de gran preocupación acerca de que el mundo se encuentra lejos de cumplir los objetivos nutricionales globales y vencer enfermedades como el sobrepeso, la obesidad, anemia, entre otras enfermedades causadas por la falta de un estilo saludable de alimentación. Todos los años las cifras de personas que sufren estas enfermedades van en ascenso afectando tanto a niños como a los adultos, también existen cifras alarmantes de problemas de bajo peso de bebés al nacer, retraso en el crecimiento y la reducción de la talla de los niños menores a 5 años, el hambre no ha sido la excepción y ha ido en aumento por lo que ningún país está libre de padecer estos problemas de alimentación (FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF, 2019, pág. 256).

La nutrición en Ecuador

Como se menciona en el punto anterior, ningún país está exento de sufrir estas enfermedades nutricionales y Ecuador no es la

excepción, el estado nutricional del país se ha visto caracterizado por contar en diversos casos de un exceso de macro y micronutrientes y también existen caso de una carencia de macro y micro nutrientes, estas características se encuentran muy presentes en algunas etapas del curso de vida de ciertos individuos del país, varios de estos problemas se crean debido a diversos factores como son sociales, políticos, culturales, económicos y también de malas conductas de alimentación y sedentarismo, las cuales evocan los diferentes conflictos alimenticios como la malnutrición por un abuso de alimentos.

Esta nace al existir un desequilibrio en la alimentación en la cual se ingieren en mayor medida más calorías de las que se gastan, dejando como resultado enfermedades como el sobrepeso y la obesidad que en Ecuador, el 8,5% los infantes menores a 5 años poseen estas clases de enfermedades, los adolescentes representan al 18,8%, mientras que en los adultos es de un 40,6% y en las personas de la tercera edad representan un 39,5% de la población ecuatoriana según nos mencionan las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABA, 2018) del Ecuador.

Por otro lado, las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABA, 2018) del Ecuador, nos presenta información extra con relación de diversas enfermedades causadas por mala tendencias alimenticias que han sufrido algunos ecuatorianos como son la Hiperlipidemia, este padecimiento causa que aumenten a niveles alarmantes los niveles de colesterol, esta enfermedad es una de las más comunes en personas adultas.

En el área de la niñez, una de las enfermedades más recurrentes en los niños es la desnutrición aguda, la desnutrición global y la desnutrición crónica, estos conflictos de salud se forman por tener una mala alimentación, por ingerir alimentos de mala calidad o por un alto exceso de consumo de alimentos, creando diversas consecuencias como dificultad para aprender, generación de enfermedades cardiovasculares, ganar o perder el peso, problemas en el crecimiento de la talla de los niños menores a 5 años.

Todos estos tipos de enfermedades relacionadas con una mala nutrición que presentan los ecuatorianos, son un tema gran importancia y preocupación debido a que según nos presenta el boletín técnico del registro estadístico de defunciones generales del Ecuador 2019, las principales causas de muerte en la población ecuatoriana del año 2019 se debe a la enfermedad de la Isquemia del corazón, esta es una enfermedad relacionada con personas que no tiene hábitos alimenticios saludables y ha causado el fallecimiento de 8,779 de ciudadanos ecuatorianos, siendo una de las enfermedades que afectan en gran medida a los adultos y adultos mayores (INEC, 2019).

Según el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC), nos informa sobre las 10 principales causas de muerte en el país, en la cual en el listado se logra evidenciar que la segunda causa de muerte es la enfermedad de la Diabetes mellitus, es otra enfermedad que se genera por tener un inadecuado estilo de alimentación y equivalen al 4.890, en tercera posición encontramos enfermedades Cerebrovasculares y corresponden al 4,557 y en quinta posición entran las enfermedades

Hipertensivas, estas equivalen al 3.246 de un total de 73.431 de muertes en el años 2019 son las enfermedades crónicas no trasmisibles son de las principales enfermedades que afectan al país, (INEC, 2019), como se logra apreciar las enfermedades relacionadas a una mala nutrición es un grave problema recurrente en el país que afecta tanto a niños como a adultos generando no solo problemas de salud, sino llegando hasta causar la muerte.

La nutrición infantil

Al enfocarnos en el estado nutrición infantil de Ecuador, las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABA, 2018) del Ecuador, nos presenta información de que los niños no están libres de padecer estas enfermedades de nutrición, Si nos enfocamos en enfermedades causadas por un déficit de macro y micronutrientes, existen casos de desnutrición crónica, la cual es de un 25,2% en menores de 5 años, en desnutrición aguda es de un 2,3% en menores de 5 años y en desnutrición global es de un 6,4 en menores de 5 años como se logra evidenciar con más detalle en la tabla 1.

Tabla 1

Prevalencia de la desnutrición en niños de 0 a 5 años a nivel nacional por sexo

| | Desnutrición crónica Retardo en talla (%) | Desnutrición aguda Emaciación (%) | Desnutrición global Bajo peso (%) |
|-----------|--|--------------------------------------|--------------------------------------|
| Nacional | 25,3 | 2,3 | 6,4 |
| Femenino | 24,3 | 1,8 | 5,6 |
| Masculino | 25,8 | 2,9 | 7,1 |

Nota. Recuperado el 28 de febrero del 2020 de: Ministerio de Salud Pública del Ecuador y Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2018). Documento Técnico de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABA) del Ecuador (pp.23).

Si nos enfocamos en enfermedades causadas por un exceso de macro y micronutrientes, encontramos enfermedades como el sobrepeso que presentan una prevalencia de 6,2% en niños de edad preescolar y en edad escolar de un 19,0% (ver tabla 2), por otra parte, la obesidad presentan una prevalencia de 2,3% en edad preescolar y un 10,9% en edad escolar (ver tabla 3).

Tabla 2

Prevalencia de sobrepeso a nivel nacional.

| Grupos de edad (años) | Escala nacional (%) | Población femenina (%) | Población masculina (%) |
|-----------------------|---------------------|------------------------|-------------------------|
| 0 – 60 meses | 6,2 | 6,0 | 6,4 |
| 5 – 11 | 19,0 | 18,1 | 19,8 |
| 12 – 19 | 18,8 | 21,7 | 16,1 |
| >19 a 59 | 40,6 | 37,9 | 43,4 |
| >60 | 39,5 | 39,2 | 40,0 |

Nota. Recuperado el 28 de febrero del 2020 de: Ministerio de Salud Pública del Ecuador y Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2018). Documento Técnico de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABA) del Ecuador (pp.28).

Tabla 3*Prevalencia de obesidad a nivel nacional.*

| Grupos de edad (años) | Escala nacional (%) | Población femenina (%) | Población masculina (%) |
|-----------------------|---------------------|------------------------|-------------------------|
| 0 – 60 meses | 2,3 | 2,0 | 2,6 |
| 5 – 11 | 10,9 | 9,0 | 12,7 |
| 12 – 19 | 7,1 | 7,1 | 7,2 |
| >19 a 59 | 22,2 | 27,6 | 16,6 |
| >60 | 19,5 | 26,2 | 11,6 |

Nota. Recuperado el 28 de febrero del 2020 de: Ministerio de Salud Pública del Ecuador y Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2018). Documento Técnico de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABA) del Ecuador (pp.28).

El sobrepeso y la obesidad es un problema muy marcado en la población ecuatoriana y en los niños del país, es alarmante conocer que 35 de 100 niños en el país de entre los 5 a 11 años de edad padecen este tipo de enfermedades según nos informa La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición – ENSANUT 2018. Por lo que es evidente que desde una edad muy temprana algunos niños ecuatorianos ya están expuestos a padecer estos conflictos por no tener un adecuado estilo de alimentación saludable, pudiendo desarrollar enfermedades cardiovasculares, diabetes, entre otras enfermedades relacionadas malos hábitos alimenticios o tendencias sedentarias (ENSANUT, 2019, diapositiva 20).

Factores del mal estado nutricional del país

Alrededor del mundo, muchos países se encuentran en etapas de transición alimenticia nutricional y Ecuador es uno de ellos, teniendo drásticas variaciones en el tiempo dedicado a la actividad física y el consumo de alimentos desde 1960, desde esa época existía mayor posibilidad de consumir harinas procesadas, grasas, aceites, azúcares refinados, entre otros productos que logran aumentar la posibilidad de que la gente adquiera malos hábitos alimenticios y sufran de enfermedades causadas por una inadecuada alimentación.

Por lo que gracias a ENSANUT-ECU 2012, se logra conocer que existe una prevalencia en los ecuatorianos de tener mayores tendencias al consumo incorrecto de proteínas de un 6,4%. Si nos enfocamos en el consumo de grasa el 6% de la población las consumen excesivamente, siendo Quito donde hay más abuso en el consumo de grasa. Este tipo de tendencias alimenticias son preocupantes debido a que los niños aprenden de observar a sus padres todo lo que comen, lo que compran, etc. Por lo que es preocupante encontrar que de entre los 10 a 19 años son los principales consumidores de alimentos ultra procesados, según nos mencionan las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABA, 2018) del Ecuador.

Estas costumbres alimenticias también se logran reflejar en la cultura gastronómica ecuatoriana, según Revista Cubana de Alimentación y Nutrición nos comenta que la comida típica ecuatoriana de todas las regiones

del país en su mayoría son platos que tienen una desproporción de grasas y proteínas a las que son usualmente recomendadas para un consumo saludable, siendo así que los platos típicos ecuatorianos son platillos considerados densos (López y Flórez, 2018).

Por otro lado, ENSANUT-ECU 2012 nos presenta que los niños poseen una tendencia de que el 21% de los niños de entre 5 a 10 años pasan su tiempo frente al televisor o a jugar videojuegos más de dos horas al día. Este es un factor de gran importancia porque se logra notar las tendencias sedentarias de los niños y lo fácilmente que están expuestos a publicidad sobre alimentos chatarra por estar a diario en el televisor.

El poder de la publicidad de influir es muy fuerte en los niños y causa que todo lo que ven en televisión les parezca más atractiva y debido a su capacidad de retener la información de lo que ven, ellos se sienten con más ganas de consumir estos tipos de alimentos, si a este tipo de tendencias alimenticias le sumamos la falta de actividades saludables, se crean un gran problema en los hábitos alimenticios de los niños, según nos comenta la Revista española de comunicación en salud (Reyes, Gonzales y Tellez, 2018).

Otro factor de gran importancia es la enfermedad mundial del Covid-19, las personas en todo el mundo pasaron a estar en una cuarentena para evitar la propagación del virus, impactando drásticamente en los estilos de vida de los ecuatorianos y de la gente en todo el mundo. Este virus ha traído grandes cambios a diferentes hábitos de la comunidad y la alimentación no es una excepción, generando

en algunos casos el desarrollo de malos hábitos alimenticios (Muscogiuri, 2020).

Para resumir toda esta información se presenta una pequeña infografía de los aspectos más importantes de los factores externos que fomentan a malos hábitos alimenticios y a una mala nutrición.

Aspectos externos

Factores de Mal nutrición

Figura 1
Factores de mal nutrición

A NIVEL MUNDIAL

La (FAO) nos comenta que las enfermedades relacionadas a malos hábitos alimenticios son cada vez más frecuentes en todos los países del mundo, siendo un problema global que está lejos de ser erradicado.

LA NUTRICIÓN EN ECUADOR

Se caracteriza por contar en diversos casos de un exceso de macro y micro-nutrientes, y también existen casos de una carencia de macro y micro nutrientes, causando varias enfermedades como anemia, desnutrición, sobrepeso, entre otras enfermedades que afectan tanto a niños como adultos.

ISQUEMIA DEL CORAZÓN

Es una enfermedad en los vasos sanguíneos limitando la irrigación sanguínea en el corazón, esta enfermedad fue la principal causa de muerte en el 2019 en el país relacionada con malos hábitos alimenticios.

INFLUENCIA DE LA PUBLICIDAD

Según un estudio de la OCU (Organización de Consumidores y Usuarios), los niños ven diversos comerciales los cuales un 48% son de comida como postres, gaseosas, comida chatarra entre otros alimentos que en su mayoría no son saludables (Mariné, 2011).

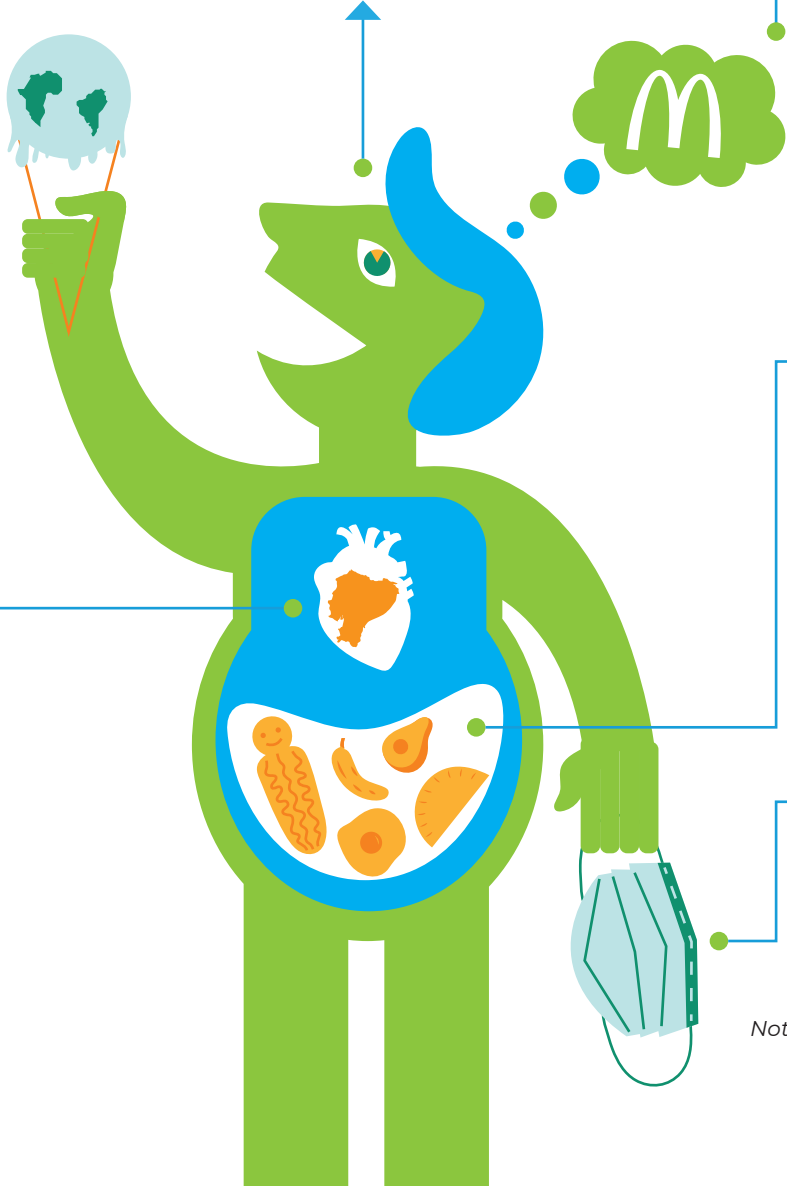
CULTURA GASTRONÓMICA

El 29% de los ciudadanos ecuatorianos tiene tendencias hacia el abuso de consumir grasas.

COVID-19

El virus del Covid-19 ha cambiado radicalmente el estilo de vida y alimentación de todo el mundo, causando que en ciertos hogares se generen malos hábitos alimenticios por causas emocionales, sociales, económicas, etc.

Nota. Infografía que presenta los datos relacionados con la mala nutrición.



Aspectos internos

Antecedentes de la organización

El presente proyecto tendrá lugar en la Unidad Educativa Tomas Moro, específicamente en El Tomasito con los niños de 4 a 5 años, esta institución educativa nace en 1990 por un grupo de educadores que buscaban construir una escuela donde los estudiantes logren satisfacer sus necesidades de aprendizaje, un año después de esta idea nace el nivel inicial al cual se lo nombra como El Tomasito. Su misión es potenciar el autodesarrollo de las personas consientes de sí mismos que sean responsables, que tengan compromiso y sean trabajadores honestos.

Por otro lado, su visión es la de convertirse en una institución con gran pertinencia, sostenibilidad y que sea socialmente apreciada por la comunidad. Sus valores más destacables son la responsabilidad, la consciencia, compromiso y trabajo honesto. La institución está ubicada actualmente en la provincia de Pichincha en la ciudad de Quito, específicamente en la Calle Carlos Arcos y Calle E15E, entre De los Guayacanes y, De las Nueces, Quito 170514 (Tomás Moro, 2020).

En el Tomasito las materias son llamadas ámbitos y se trabajan por destrezas, las cuales son un listado de actividades que se desarrollan en cada una de las unidades, en las cuales se encuentra presente la de promover hábitos alimenticios saludables, hábitos de vida saludables y hábitos de cuidado del entorno.

Ellos manejan dos unidades específicas, la primera es ¿Quiénes somos?, en esta unidad buscan que los estudiantes descubran quienes son como individuos y como parte de una institución, se desarrolla mucho la autonomía, la independencia y el cuidado que tienen los niños de ellos mismos, en esta unidad tocan los temas de la buena alimentación y de un buen estilo de vida.

La segunda unidad se llama ¿Cómo compartimos el planeta?, aquí se profundizan más los temas de las necesidades de los seres vivos, el ciclo de vida de los seres vivos y sobre los aportes o beneficios que su entorno les otorga, por lo que se buscan que en estas dos unidades siempre estén presentes temas de una buena salud, un ejemplo son las clases donde se les imparte inglés, la profesora enseña los nombres de las frutas en inglés y también explica la importancia de consumir estos alimentos porque son sanos y buenos para su cuerpo, también cada año la institución permite que los estudiantes de la carrera de nutrición de la PUCE vayan al Tomasito para que realicen actividades con los niños acerca de la buena alimentación y los hábitos alimenticios para tener una buena salud. (Baca.C, Cevallos.V, Troccoli. D, comunicación personal de diciembre del 2020).

Problemática

En el punto anterior, se logra evidenciar que la institución siempre busca enfatizar y promover este tema de la correcta alimentación, debido a esto el Tomasito siempre está pendiente del estado de salud de sus estudiantes y trata de que estos conocimientos y hábitos de la buena nutrición lleguen y se mantengan en los hogares de los niños, pero en la institución las maestras han notado ciertas dificultades con los niños al momento de comer el lunch, presentando rechazo a algunos alimentos debido a la falta de costumbre de comer ciertos alimentos con texturas que les resulten ajenas o alimentos que en sus casas nunca les habían dado para comer, incluso hay casos de niños que llevan su propio lunch que en ocasiones suele ser comida chatarra. (Baca.C, Cevallos.V, Troccoli. D, comunicación personal de diciembre del 2020).

Por otro lado los profesores se han dado cuenta que algunos niños por lo general llevan dulces en sus mochilas, los mismos que son envidados desde las casas de los niños, también han notado que cuando realizan alguna actividad que involucre que los niños lleven alimentos están muy presentes las gaseosas, chupetes, jugos artificiales o incluso chocolates. Por lo que en base a las entrevistas hechas a las docentes y a la directora del Tomasito se logró evidenciar la existencia de una falta de refuerzo y trabajo en promover buenos hábitos alimenticios, este problema se crea debido a que en los hogares no tienen mucho tiempo para reforzar estos temas del como comer diferentes texturas o variedad de alimentos, también algunos padres les dan a sus hijos

dulces o comida chatarra para mantenerlos tranquilos de modo que los niños aprenden de estas malas conductas y creando hábitos malos para el futuro de los niños. (Baca.C, Cevallos.V, Troccoli. D, comunicación personal de diciembre del 2020).

Para determinar el principal público con el que se trabajará en este proyecto se creó un mapa de públicos (Ver Figura 2) para de esta manera lograr observar de manera gráfica todos los posibles actores que tienen conexión, incidencia o participación a lo largo del proceso del desarrollo del proyecto.

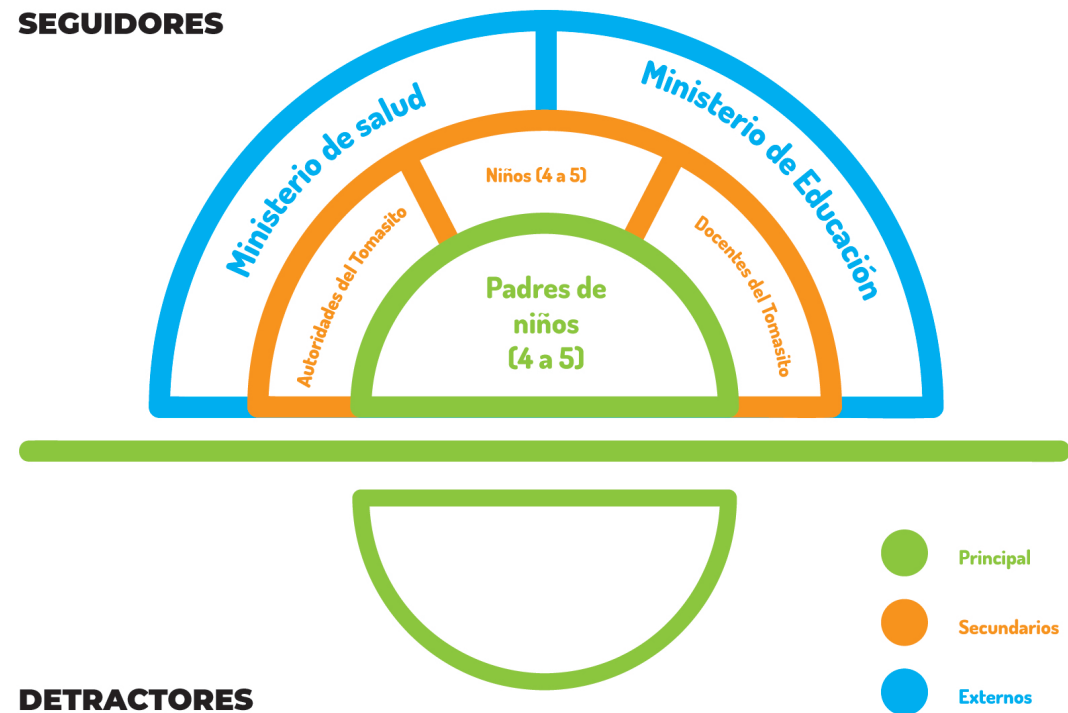
Figura 2
Mapa de stakeholders

Necesidad

Este tipo de enseñanzas de buenos hábitos alimenticios de parte de los padres hacia sus hijos es una parte fundamental en la época de la niñez y mucho más en niños de 4 a 5 años, debido a que en esta etapa de la vida, los niños empiezan a consolidar hábitos alimenticios que son adquiridos a que copian e imitan lo que comen sus padres o adultos en su entorno, lo que compran sus padres y que no comen sus padres, (Quintina, Mar et al. 2020). Está claro que es necesario trabajar con los padres de los niños para que logren reforzar estos temas con sus hijos y que los niños puedan aprovechar estos hábitos para fomentar tendencias nutricionales saludables.

Caracterización del público objetivo

El proyecto tendrá lugar en la provincia de Pichincha, DMQ, específicamente con los Padres de los niños de 4 a 5 años del Tomasito y en conjunto con sus hijos. Este proyecto no posee distinción de ningún género, debido a que la finalidad de incentivar el aprendizaje de los correctos hábitos alimenticios se aplica a todas las razas, géneros y culturas.



Nota. Mapa de stakeholders creado para identificar la jerarquía de los públicos del proyecto

El mapa que se logra apreciar en la figura 1, presenta claramente que el público principal con el que se trabajará será los padres de los niños del Tomasito y el público secundario con quien también se trabajará serán los niños de esta institución. Al tener claro los públicos con los cuales se trabajará, se desarrolló un perfil de usuario (Ver tabla 4 y tabla 5) con la finalidad de comprender y apreciar los diversos aspectos, características y particularidades relevantes que ayuden a direccionar el proyecto hacia el público al cual nos estamos dirigiendo.

Tabla 4
Fichas de perfil de padres.

| Padres de los niños y niñas de 4 a 5 años del Tomasito | | |
|--|---|---|
| <p>¿Qué ve?</p> <p>Ven muchas las noticias y la situación actual del mundo.</p> <p>Ven series en plataformas como netflix en su tiempo libre.</p> <p>Ver y estar pendientes de sus hijos y sus necesidades.</p> <p>Ven a sus compañeros de trabajo.</p> | <p>¿Qué siente? / ¿Qué piensa?</p> <p>Cansancio y frustración por encontrarse encerrados y atareados.</p> <p>Preocupación por el estado emocional y de salud de sus hijos y familiares.</p> <p>Incertidumbre por la situación local y global del mundo.</p> | <p>Demográfico</p> <p>Padres de niños y niñas de 4 a 5 años que estudian en la institución educativa el Tomasito, aproximadamente del nivel C+ y B.</p> |
| | | <p>Geográfico</p> <p>DM QUITO. Sus hijos asisten al Tomasito.</p> |
| <p>¿Qué oye?</p> <p>Escuchan muchas noticias de los sucesos en el país como en el resto del mundo</p> <p>Escuchan lo que tienen que decir sus hijos.</p> <p>Escucha a su esposo o esposa sobre diversos temas.</p> <p>Escuchan a sus compañeros de trabajo.</p> | <p>¿Qué habla? / ¿Qué hace?</p> <p>Son muy trabajadores y buscan llevar a la casa el pan diario.</p> <p>Interactúan con su familia de manera amorosa y cálida.</p> <p>Hablan temas importantes de trabajo con sus colegas o con sus jefes.</p> <p>Hablan sobre la situación actual y la situación de la familia.</p> | <p>Esfuerzos</p> <p>Trabajar arduamente para mantener un trabajo y una fuente de ingresos estable.</p> <p>Procurar que su familia y sus hijos se encuentren contentos.</p> |
| | | <p>Resultados</p> <p>Mantener a la familia estable y contenta lo más que sea posible.</p> |

Nota. Esta tabla presenta las características de los padres de los niños y niñas de 4 a 5 años del Tomasito. (Baca.C, Cevallos.V, Troccoli. D, comunicación personal de diciembre del 2020).

Tabla 5
Fichas de perfil de niños.

| Niños y niñas de 4 a 5 años del Tomasito | | |
|---|--|--|
| <p>¿Qué ve?</p> <p>Ven muchas películas y series de Disney o de superhéroes.</p> <p>Ven lugares como parques, casas de sus amigos, jugueterías, casa de sus abuelitos.</p> <p>Ven lugares de diversión como los juegos en los parques o lugares de entretenimiento como Mr. Joy.</p> | <p>¿Qué siente? / ¿Qué piensa?</p> <p>Son muy curiosos y les encanta conocer sobre cosas.</p> <p>Les gustan las adivinanzas y acertijos, también quieren ser bueno y aprenden a distinguir el bien del mal.</p> <p>Suele mentir o culpar a otros cuando falla o se equivoca, buscan la aprobación de los adultos y que los premien y elogien.</p> | <p>Demográfico</p> <p>Niños y niñas de 4 a 5 años que estudian el la institución educativa el Tomasito, aproximadamente del nivel C+ y B.</p> |
| <p>¿Qué oye?</p> <p>Escuchan mucho a sus amiguitos y sus series favoritas entre sus juegos favoritos y sus personajes favoritos de superhéroes o de Disney.</p> <p>Les encanta escuchar historias de fantasía o de aventuras.</p> <p>Les gusta aprender nuevas palabras.</p> | <p>¿Qué habla? / ¿Qué hace?</p> <p>Son muy conversadores, les gusta expresar sus sentimientos por medio de dibujos y usar mucho su imaginación.</p> <p>Son muy preguntones y curiosos, les encanta hacer comentarios y ver dramatizaciones y las canciones.</p> | <p>Geográfico</p> <p>DM QUITO. Asisten al Tomasito.</p> <p>Esfuerzos</p> <p>Suelen abochornarse con facilidad cuando fallan,</p> <p>Su ánimo cambia con rapidez. Pasa de complaciente a hacer riñas con facilidad. Su atención es de corto alcance.</p> <p>Resultados</p> <p>Prefieren que les den tareas concretas. Esta comenzado a entender las reglas. Su interés se enfoca en su hogar y familia. Conoce como solucionar cierto problemas.</p> |

Nota. Esta tabla presenta las características de los niños y niñas de 4 a 5 años del Tomasito. (Baca.C, Cevallos.V, Troccoli. D, comunicación personal de diciembre del 2020).

Problema gráfico



Descripción de las piezas gráficas

En este punto se realizó un análisis de las piezas existentes en el caso de estudio y de tipologías con relación al tema de los buenos hábitos alimenticios o una correcta alimentación en niños del rango de edad que se está trabajando, el análisis que se realizó fue en base de conceptos como la importancia del uso de un máximo de 3 tipografías, las diferentes combinaciones cromáticas que resaltan más interés para un diseño, los diferentes estilos de tipografía adecuados para cuerpos de textos o titulares, lo que expresa los diferentes estilos de las tipografías, la psicología detrás de cada color, una jerarquía de los elementos adecuada y evidente, contraste de los elementos, que expresa cada formato, los diferentes grados de iconicidad de las imágenes. Estos conceptos fueron obtenidos de Timothy Samara en su libro de Los Elementos del Diseño Gráfico y por Anna López en su libro Curso Diseño gráfico. Fundamentos y Técnicas.

Piezas gráficas existentes del caso

Figura 3

Flash card- Healty eating



Nota. Esta imagen es un material utilizado por la profesora de inglés del Tomasito.

Características

Este material es utilizado por la docente de idiomas en la institución del Tomasito para niños de entre 4 a 5 años en conjunto con el títere de Panda, para enseñar sobre las frutas y los alimentos sanos.

Análisis de diseño

en base a los conceptos de Timothy Samara y Anna López

1. Forma-espacio

El formato que utiliza este material, posee una orientación horizontal la cual es un formato que se utiliza para transmitir una sensación de movilidad más tranquila y suave al momento de leer o utilizar el material. Este tipo de orientación hace que se aprecie los contenidos con más y detalle, siendo muy bueno para que los usuarios logren apreciar los tipos de formas y colores que tiene el material (Samara, 2008).

2. Tipografía

Este material maneja una tipografía San Serif de gran grosor con un estilo infantil, el tamaño en el título es claramente mayor para poder jerarquizar la información en relación al resto de los diversos textos.

3. Color

Podemos observar que para el fondo de la ilustración el color que se utilizó es el azul, este es un color frío que ayuda a generar un efecto de espacialidad debido a que los colores fríos generan la sensación de retroceder o estar alejado. Por otro lado, el texto principal posee los colores naranja y verde, estos colores resultan más atractivos debido a su contraste tríadico en la esfera cromática, también se vuelven más vibrantes al estar en un fondo blanco, siendo más atractivo visualmente para el usuario (Samara, 2008).

Si nos enfocamos en la psicología del color podemos observar que el todo del fondo azulado genera sensaciones de protección y confianza, el tono verde que se encuentra en el título del material se lo relaciona con la juventud, energía y naturaleza, de la misma manera el color naranja se lo relaciona con la vitalidad, empatía y calidez. Estos colores se enfocan al objetivo del material (López, 2014).

4. Imagen

Las imágenes que posee el material son ilustraciones en 2D las cuales tienen un estilo para un público infantil, estas ilustraciones tienen un grado de iconicidad alto lo que ayuda a comprender la imagen que se busca representar (Samara, 2008).

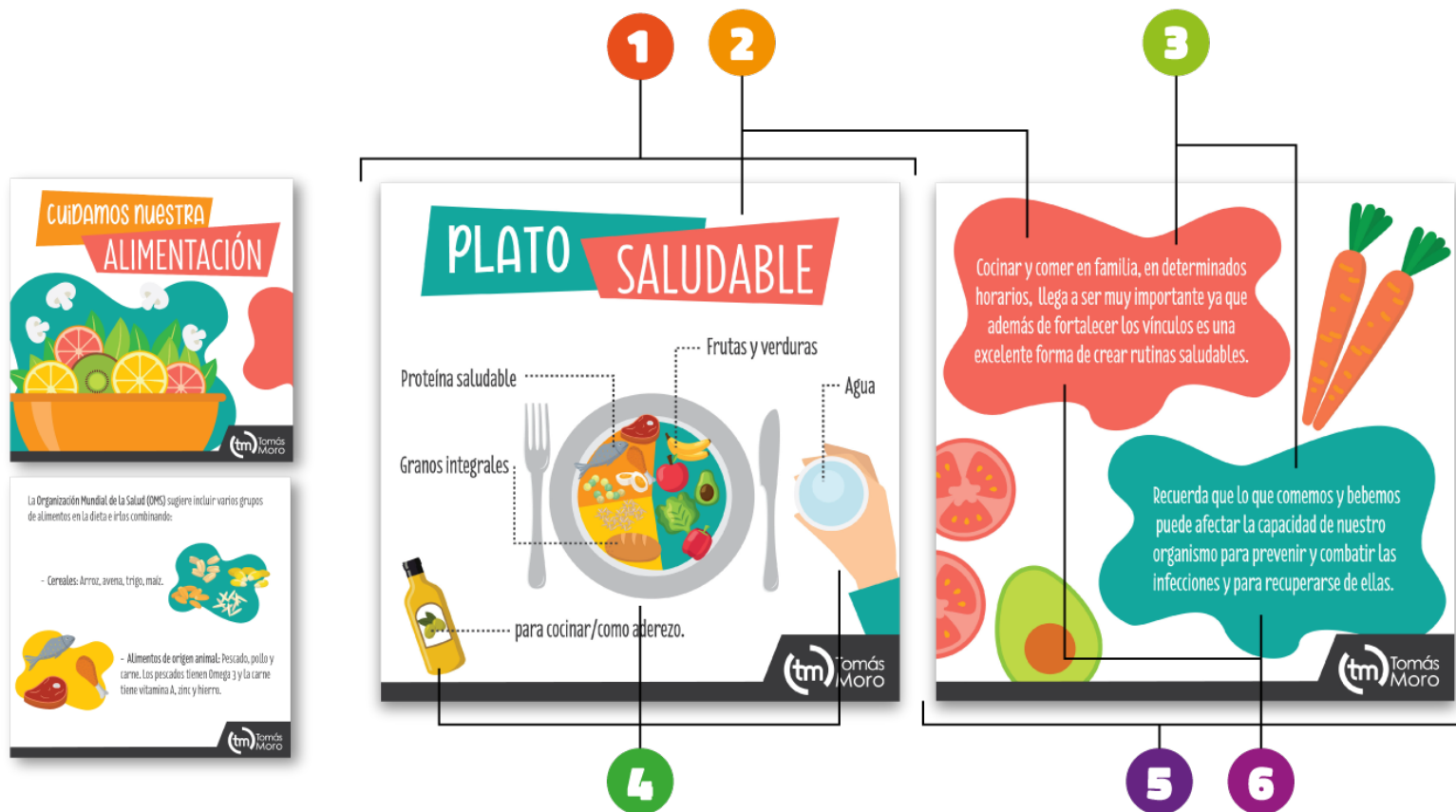
5. Composición

El fondo y las ilustraciones presentan un contraste que logran resaltar los elementos del material, también el color, la tipografía y las imágenes manejan una misma lógica gráfica apoyando al concepto y al público al que se dirige que son los niños.

Conclusiones

Este material maneja una excelente gráfica que se alinea correctamente al público al que se dirige, el uso de los colores se manejan con una lógica para representar tanto los alimentos como cuestiones de espacialidad, pese a ello no es un material que profundice totalmente a enseñar los diferentes aspectos de una buena alimentación.

Figura 4
Post para Facebook de cuidamos nuestra alimentación



Nota. Post-Cuidemos nuestra salud. (2020). [Unidad Educativa Tomás Moro] [Imagen].
<https://www.facebook.com/tomasmoroquito/photos/3497358126952625>

Características

Son una serie de post para Facebook dirigidos a padres y estudiantes del Tomasito y del Tomás Moro, en los cuales tiene una breve y simplificada información de la importancia de comer saludable y los diferentes tipos de alimentos que debe tener un plato para ser saludable.

Análisis de diseño

en base a los conceptos de Timothy Samara y Anna López

1. Forma-espacio

Este material utiliza un formato cuadrangular, este formato tiene un énfasis neutro debido a que es un cuadrado perfecto y ningún lado tiene un mayor grado de relevancia que otro. Este tipo de formato se utiliza para que el usuario concentre su total atención en la información y los elementos, logrando que pierda de vista la forma del formato (Samara, 2008). Por otro lado, esta forma que posee el material se adapta al lugar donde va a ser expuesto, en este caso es la red social Facebook.

2. Tipografía

Este material maneja un tipo de tipografía San Serif grotescas, para jerarquizar la información los textos en gran tamaño representan los títulos y los de menor tamaño los textos de los párrafos. Esta tipografía expresa un estilo infantil-juvenil debido a que se dirigen a estudiantes e infantes.

3. Color

En su mayoría para los cuadros de texto encontramos colores como el rojo y el verde, estos dos colores opuestos dentro del círculo cromático son complementarios y generan un gran contraste entre sí. Por otro lado también se observa el continuo uso de colores cálidos como el amarillo y el naranja en los fondos en forma de manchas donde se colocan otros elementos, estos dos colores se consideran análogos debido a su cercanía en el círculo cromático (Samara, 2008).

Por otro lado, el color rojo según la psicología del color hace referencia al amor y abre el apetito de la persona que lo ve, el color verde hace referencia a la naturaleza y vegetación, el naranja expresa vitalidad y el amarillo felicidad. Esta selección de colores aporta al mensaje que buscan dar acerca de una alimentación saludable (López, 2014).

4. imagen

Las imágenes que posee el material son ilustraciones en 2D, estas ilustraciones tienen un grado de iconicidad alto lo que ayuda a comprender la imagen que se busca representar, también posee bordes redondeados que lo gran reflejar seguridad y suavidad. Por otro lado, las manchas en los posts tienen formas orgánicas y redondeadas para representar la fluidez y movilidad, otorgándole mayor dinamismo a la imagen (Samara, 2008).

5. Composición

Las ilustraciones, los textos y las imágenes que manejan los diversos post de Facebook presentan una flexibilidad y dinamismo, también manejan una misma línea gráfica conservando la identidad en todos los post y marcando un ritmo atractivo para los usuarios.

6. Calidad de la información

La información que proporciona este material pese a ser corta debido a su formato, tiene un valor importante porque da una base general acerca de la importancia de comer saludable y las características de los elementos que contiene un plato saludable.

Conclusiones

En este material, el manejo del color para generar un contraste en la composición del material, logrando un mayor atractivo visual. Por otro lado la información que presenta es útil pero carece de profundidad y no permite un completo aprendizaje.

Tipología local

Figura 5
Cuidamos nuestra alimentación

1 **6**

Peñaras agua natural segura, evita el consumo frecuente de bebidas azucaradas o con sodio como refresco o gaseosas, se recomienda una ingesta diaria de agua natural (8 vasos aproximadamente).

Alimentos que hay que utilizar en pequeñas cantidades

Grasas y aceites

Son importantes para el normal funcionamiento del organismo, es necesario un consumo equilibrado, es decir no debe presentarse déficit o exceso. Proporcionan mayor cantidad de energía que los otros nutrientes.

Las grasas se deben consumir con moderación porque el excesivo consumo causa problemas como sobrepeso, obesidad, colesterol elevado que ocasiona enfermedades como diabetes, enfermedades del corazón y cáncer.

No reutilizar el aceite y las grasas

4

TRIGO
Avena Arroz

CEREALES INTEGRALES

3

| Alimento | Porción | Grasa | Carbón | Proteína | Almidono |
|-----------|-------------|-------|--------|----------|----------|
| Arroz | 1 taza | 0.5g | 45g | 8g | 40g |
| Maíz | 1 taza | 0.5g | 45g | 8g | 40g |
| Trigo | 1 taza | 0.5g | 45g | 8g | 40g |
| Legumbres | 1 taza | 1g | 15g | 15g | 10g |
| Granos | 1 taza | 1g | 15g | 15g | 10g |
| Grasas | 1 cucharada | 5g | 0g | 0g | 0g |
| Proteínas | 1 porción | 0g | 0g | 10g | 0g |

2

Guía de alimentación y nutrición para padres de familia

Ministerio de Salud Pública
Dirección Nacional de Promoción de la Salud
Gestión Interna de Promoción de la Nutrición, Seguridad y Soberanía Alimentaria

Ministerio de Educación
Dirección Nacional de Educación para la Democracia y el Buen Vivir

5

Azúcares

Se les conoce como azúcares al azúcar común, miel, panela. Estos alimentos aportan energía y el consumo en exceso afecta la salud, daña la dentadura y se acumula en forma de grasa produciendo sobrepeso y obesidad.

Azúcar **Panela**

Nota. Páginas del material. Tomada de Guía de alimentación para padres de familia, por Ministerio de Salud Pública del Ecuador, Ministerio de Educación, 2017. Ministerio de Salud Pública del Ecuador.

Características

Este material del MINISTERIO DE SALUD Y EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN se dirige a los padres de niños en edad escolar de Ecuador, presenta temas sobre que alimentos son buenos para la salud de los niños y adolescentes, también sugiere el tipo de porción dependiendo el alimento y si son niños de edad escolar o adolescentes, consejos del tipos de cocción saludable y conjuntos de comida para el desayuno, almuerzo y merienda.

Análisis de diseño

en base a los conceptos de Timothy Samara y Anna López

1. Forma-espacio

Este material posee un formato vertical y se lo utiliza para generar provocación de utilizar el material, este tipo de forma hace que la vista del lector sea empujada hacia arriba y abajo haciendo que el usuario repita la acción de recorrer todo el material algunas veces con la mirada. Este tipo de comportamiento se debe a que las personas al ver objetos verticales, lo asimilan como si estuvieran viendo al cuerpo de una persona. Este tipo de formato influencia a que los usuarios revisen con más interés el contenido del material (Samara, 2008).

2. Tipografía

Este material maneja una tipografía San Serif humanista, para jerarquizar la información los textos varían en peso y tamaño, para diferenciar los títulos y los textos para los párrafos. Esta tipografía expresa un estilo de un carácter informativo que agiliza la lectura.

3. Color

Los colores principales que maneja esta materia son el azul, verde y naranja, estos colores los podemos clasificar como progresivos, debido a que son un conjunto de colores que varían su temperatura en sus transiciones de color, otorgándoles un gran contraste (Samara, 2008).

La psicología del color nos presenta que el azul hace referencia a la confianza y seguridad, el color verde hace referencia a la naturaleza y vegetación, el naranja expresa vitalidad. Esta selección de colores es adecuada y se alinea con este material que busca enseñar acerca de una correcta alimentación (López, 2014).

4. Imagen

Las imágenes que posee el material son ilustraciones en 2D, estas ilustraciones tienen un grado de iconicidad alto lo que ayuda a com-

prender la imagen que se busca representar con un estilo más infográfico. Estas ilustraciones no manejan en su mayoría el mismo estilo de entintado y algunas no poseen un borde.

5. Composición

Este material maneja una retícula de 2 columnas para organizar la información y los elementos de manera más armónica, también existe una lógica en la jerarquía de los elementos pero algunas ilustraciones no manejan una misma línea gráfica (Samara, 2008).

6. Calidad de la información

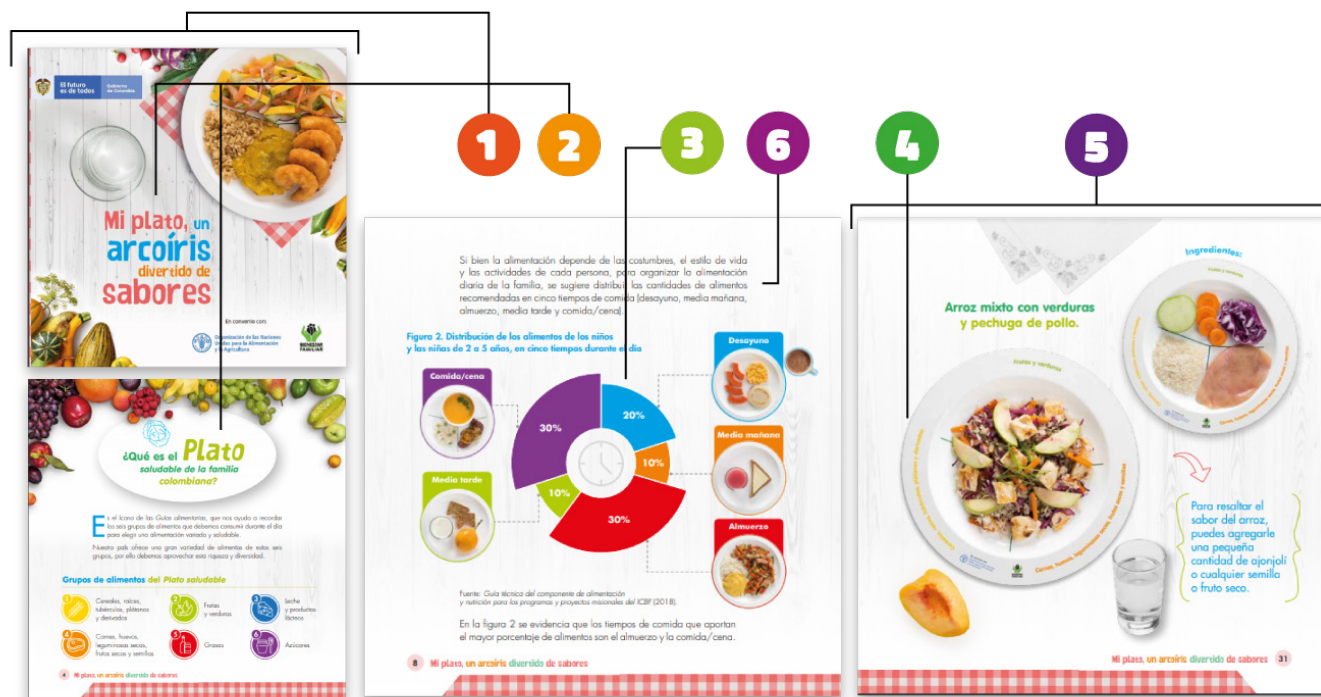
La información que proporciona este material es de gran valor debido a los diferentes puntos y recomendaciones que presenta para poner en práctica en casa, desde conocer acerca de los grupos alimentarios hasta los colores de un platillo saludable, podemos decir que es un material con información muy completa.

Conclusiones

Este material tiene graves problemas en mantener una misma línea gráfica y ser atractiva para el usuario, por este motivo pese a tener información de buena calidad no resulta funcional en todo sentido.

Tipología regional

Figura 6
Mi plato, un arcoíris divertido de sabores



Nota. Páginas del libro. Tomado de *El recetario mágico*, por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), 2019, *El recetario mágico*. Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF).

Características

Este material presenta información acerca de los componentes de un platillo saludable, recetas para las diferentes horas del día y las porciones adecuadas para los niños de 2 a 5 años de Colombia.

Análisis de diseño

en base a los conceptos de Timothy Samara y Anna López

1. Forma-espacio

Este material posee un formato cuadrangular, el cual como fue mencionado con anterioridad, se utiliza para generar mayor atención a la información y elementos dentro del formato, dando menor importancia a la forma del formato (Samara, 2008).

2. Tipografía

Este material maneja 3 tipografías, La primera es una San Serif de un estilo más decorativo con variantes del peso en su trazo, esta se la utiliza más en títulos, en el pie de página y en la portada. La segunda tipografía es una Sans Serif humanista de trazo fino y se la utiliza en los párrafos de texto, la tercera tipografía es Sans Serif con bordes redondeados y trazo grueso, se la utiliza en los títulos y de un menor tamaño en los subtítulos. Estos tres tipos de tipografías tienen un gran contraste y ayudan a identificar la jerarquía de la información.

3. Color

En este material se destacan dos conjuntos de colores triádicos, el primero es el amarillo, azul y rojo, el segundo es el naranja, verde y morado. Este cada color en estos conjuntos de colores se complementan a los colores restantes de su verdadero complementario, este tipo de colores ayudan a que exista un contraste entre ellos y logrando ser más atractivos a la vista del usuario (Samara, 2008).

La psicología del color nos menciona que el color rojo representa alerta, apetito y peligro, el color azul confianza y protección, el violeta hace referencia al compromiso, el color verde hace referencia a la naturaleza y vegetación, el naranja expresa vitalidad y el amarillo felicidad. La mayoría de los colores se alinean con la temática y el concepto del material acerca de la buena alimentación y la diversidad de colores de los alimentos (López, 2014).

4. Imagen

Este material maneja 2 diferentes tipos de imágenes, la primera son iconos de diferentes alimentos y el segundo tipo de imágenes son fotografías realistas de los diferentes alimentos, platillos y bebidas que posee el texto, otorgando un mayor grado iconicidad a los alimentos que presenta el material

5. Composición

Este material maneja una retícula modular dándole la posibilidad de tener una diversidad de combinaciones de presentar la información de manera dinámica pero que mantenga la armonía en todo momento (Samara, 2008). Por otro lado el uso de una imagen de manera blanca como fondo del material apoya al concepto de ser un material para el hogar, el orden de los elementos es muy claro y es visible la jerarquía visual que posee cada elemento.

6. Calidad de la información

Este libro presenta mucha información muy interesante y de gran valor acerca de las porciones adecuadas que debe comer un niño en sus platos y también de opciones de menús saludables que tenga una variedad de alimentos y gran contenido nutricional.

Conclusiones

Esta material maneja de manera atractiva los contenidos con imágenes de buena calidad y un uso de los colores con una lógica que enfoca sus colores en representar el objetivo del material, también el uso de los diferentes pesos en la tipografía ayuda a la jerarquía de los contenidos y a un contraste atractivo visualmente.

Tipología internacional

Figura 7
El recetario mágico



Nota. Páginas del libro. Tomado de *El recetario mágico*, por Desiree Arancibia, 2012, *El recetario mágico*.

Características

Este material se enfoca a niños de 4 años en adelante, presenta información acerca de la buena nutrición con una temática fantasiosa de magos y brujas, enseña a los niños varios aspectos de los alimentos buenos para consumir y cómo cocinar platillos saludables con formas divertidas de cocinarlas.

Análisis de diseño

en base a los conceptos de Timothy Samara y Anna López

1. Forma-espacio

El recetario mágico posee un formato vertical, el cual como fue mencionado con anterioridad, sirve para provocar o incitar a que el usuario recorra la mirada de arriba y hacia abajo algunas veces, generando mayor interés en el contenido del material (Samara, 2008). Otro aspecto a destacar de la forma de este material es su tipo de encuadernado, que tiene como objetivo expresar ser de aspecto antiguo y místico haciendo referencia a libros que se utilizaban en épocas antiguas e historias mágicas.

2. Tipografía

Este material maneja 4 tipos de tipografía, La primera es una tipografía manuscrita con florituras, a este tipo se lo utiliza en el título de la portada y en algunas de las anotaciones que se encuentran en todo el texto, la segunda es una tipografía Serif de con un contrataste

en los trazos de sus letras, se la utiliza para los textos de la preparación de los platillos y en la descripción de alimentos se la encuentra con un estilo en cursiva, la tercera tipografía es una de estilo Serif de trazo fino y es utilizada para los títulos de cada sección, la última tipografía es una Serif de aspecto grueso con un ciertos elementos a tipografías tradicionales inglesas y son utilizadas para los títulos de ciertos platillos a para referirse a los nombres de los magos de este libro. El estilo tipográfico que maneja este material va de la mano con el concepto de fantasía y magia de una época antigua (Samara, 2008).

3. Color

Este material se caracteriza por el uso de colores pocos saturados en todos sus elementos, este tipo de colores ayudan a mejoran el concepto visual de ser un libro de una época antigua y magia que es pasada de mago en mago. Por otro lado la diferencia entre la saturación y el tono del papel, en comparación con los

colores de los elementos del material crean un agradable contraste permitiendo una clara visualización de los elementos (López, 2014).

4. Imagen

Este material maneja 3 diferentes tipos de imágenes, la primera son ilustraciones en 2d con un estilo infantil de animales, personas y alimentos, algunas de estas ilustraciones poseen figuras retóricas como Prosopopeya otorgándole cualidades humanas a los alimentos, la segunda de las imágenes son ilustraciones con un estilo de bocetos técnicos estas imágenes se utilizan para representar los pasos a seguir en la preparación de los diversos platillos, la última de las imágenes son fotografías de los platillos, estas fotografías tiene un alto grado de realismo (Samara, 2008).

5. Composición

Este material maneja una retícula de una sola columna para los temas de descripción de conceptos acerca de la alimentación saludable y de los alimentos, y una retícula modular para la sección de recetas. Este tipo variación de retícula le da más dinamismo y un ritmo atractivo a la composición. El tamaño de los textos y las imágenes se encuentran notablemente organizados y se logra apreciar una jerarquía en la composición.

6. Calidad de la información

Este material presenta información de gran importancia acerca de los alimentos sanos para consumir en las diferentes comidas, pero destaca por tener un variedad de recetas con temáticas interesantes y formas de presentar la comida únicas del estilo y el concepto de este material.

Conclusiones

Este material maneja su concepto en todo momento, desde su línea gráfica, hasta en su tipografía, siempre está presente este universo mágico que busca expresar. El contraste de los pesos y tipos ayudan a jerarquizar e identificar los contenidos. La mezcla de imágenes e ilustraciones hacen que el contenido sea mas atractivo.

Presentación del problema gráfico

Posterior a la evaluación de los productos gráficos por parte del Tomasito y las diversas tipologías, se hallaron diversos problemas y oportunidades para el desarrollo de un material gráfico con una propuesta de valor que apoye a la resolución de la problemática que se presentó en páginas anteriores.

1. Problemas

1. La información es demasiado extensa, lo que genera que el usuario pierda el interés por el material en cuestión.
2. No rompen con la cotidianidad, presentando la información de forma aburrida y con un lenguaje muy técnico.

2. Oportunidades

1. Uso de formato y medios más modernos para generar interés en el usuario.
2. Incluir a los niños en el proceso de cocinar junto a sus padres recetas atractivas, divertidas y saludables.
3. Material interactivo y con un estilo de lenguaje familiar humorístico.

3. Vacíos

1. Falta de enseñanza de recetas con texturas y formas diferentes.
2. Enfatizar la importancia de los comportamientos alimenticios de los padres influyen en los niños.

Objetivos gráficos

1. Se propone el uso de formatos más modernos que permitan agilizar el proceso del uso del material y la visualización del contenido.
2. Se propone un lenguaje gráfico novedoso que genere mayor impacto y atracción, logrando elevar el interés por los contenidos del material.
3. Se propone que la presentación los contenidos se presente con un carácter más familiar y humorístico, creando un mayor grado de empatía con el público objetivo.

Requerimientos del proyecto gráfico

Como fue mencionado en páginas anteriores, el público principal al que se dirige este proyecto son los padres de los niños de 4 a 5 años del Tomasito y como público secundario son sus hijos, en este rango de edad los niños copian los comportamientos de sus padres.

Con esto en mente, la finalidad del proyecto gráfico es fomentar buenas tendencias alimenticias saludables y enseñar la importancia que tiene cada comida del día en sus hijos.

Respecto al contenido, debe incluir información básica con relación a la importancia de cada comida a lo largo del día. Dentro de la narrativa se propone un recetario que presente recetas divertidas y con diversas texturas que fomente la participación de los padres como de los niños en el proceso de la preparación de los diferentes platillos.

Por otro lado, la información presentada en páginas anteriores, las primeras entrevistas con la directora, profesoras y los padres de los niños, se utilizó para enfocar conceptualmente el adecuado funcionamiento del material gráfico, incorporando ideas y soluciones que se incorporan en la presentación de los requerimientos del proyecto gráfico.

Tabla 6
Mapa de necesidades y requerimientos del proyecto

| Necesidades del usuario | Requerimientos del comitente | Solución |
|-------------------------|------------------------------|---|
| Divertido | Divertido | Lenguaje humorístico y personajes dinámicos. |
| Recetas novedosas | Exploración texturas | Recetas enfocadas a los niños con formas divertidas y varios colores. |
| Datos informativos | Educativo | Material que aporte datos de valor de las diferentes comidas del día. |
| Comprensible | Fácil y rápido de usar | Interfaz intuitiva y de rápida obtención de la información |
| Adaptable al contexto | Adaptable al contexto | Material que sea de utilidad para personas de diferentes ámbitos |

Nota. Requerimientos de los usuarios y comitentes del proyecto.

Solución gráfica

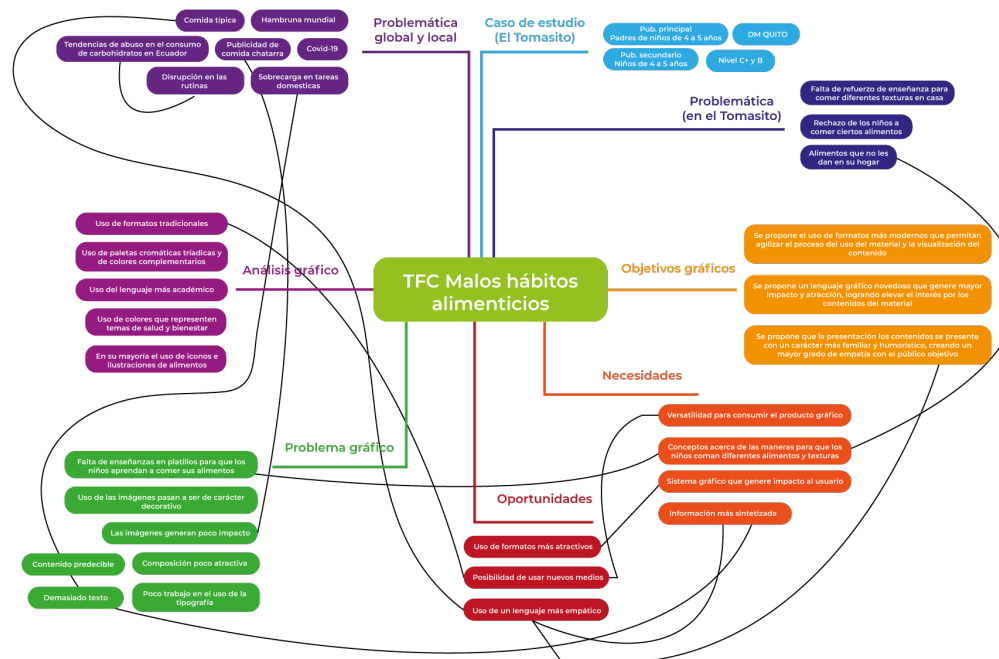


Al comprender los diversos problemas que poseen los materiales del caso de estudio y las tipologías analizadas, se empezó con el proceso de la creación de las ideas de un concepto y de la línea gráfica que tendrá el proyecto, tanto el concepto como la línea gráfica nos permitirán cumplir con los objetivos gráficos planteados en el punto anterior, de esta manera, el material será mucho más atractivo y funcional para los usuarios que manipulen el material.

Generación de la Idea (concepto)

Para la generación la idea que impulsará a la exploración de un concepto para el proyecto, se elaboró una síntesis de la información en forma de un mapa mental para presentar los datos más relevantes del caso de estudio (ver figura 8).

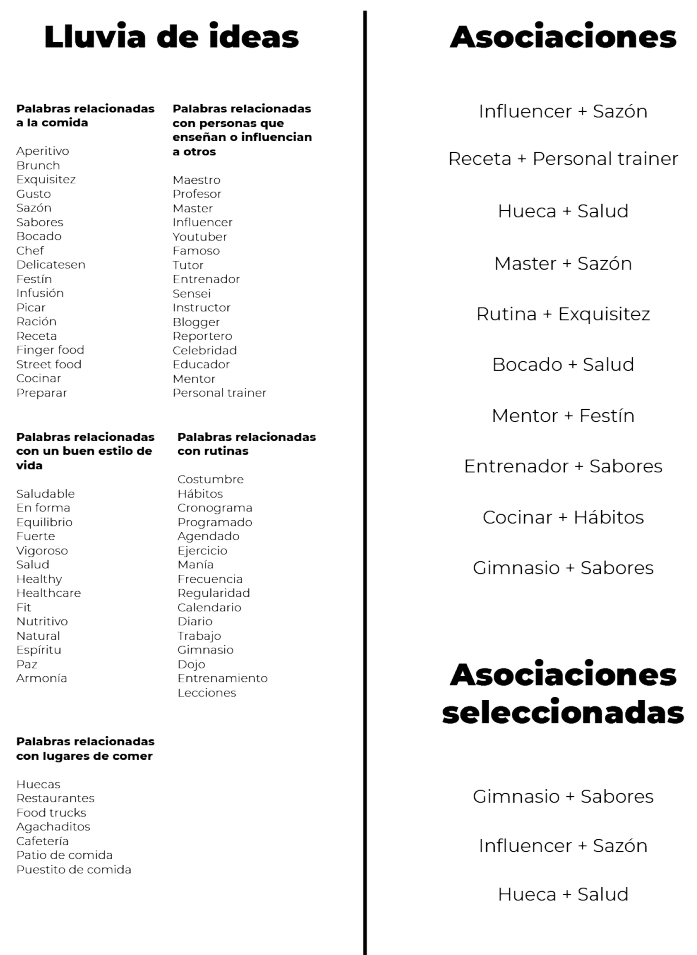
Figura 8
Mapa de los datos del proyecto



Nota. El mapa presenta información de los datos del caso de estudio y líneas que conectan las ideas más relevantes.

Por otro lado, también se usó la técnica de Asociaciones forzadas (Ver figura 10) para generar ideas conectadas con palabras de diferente relación en base a las ideas presentadas en la síntesis de la información del caso de estudio.

Figura 10
Técnica de Asociaciones forzadas



Nota. Lluvia de ideas y asociaciones de palabras para generar ideas nuevas.

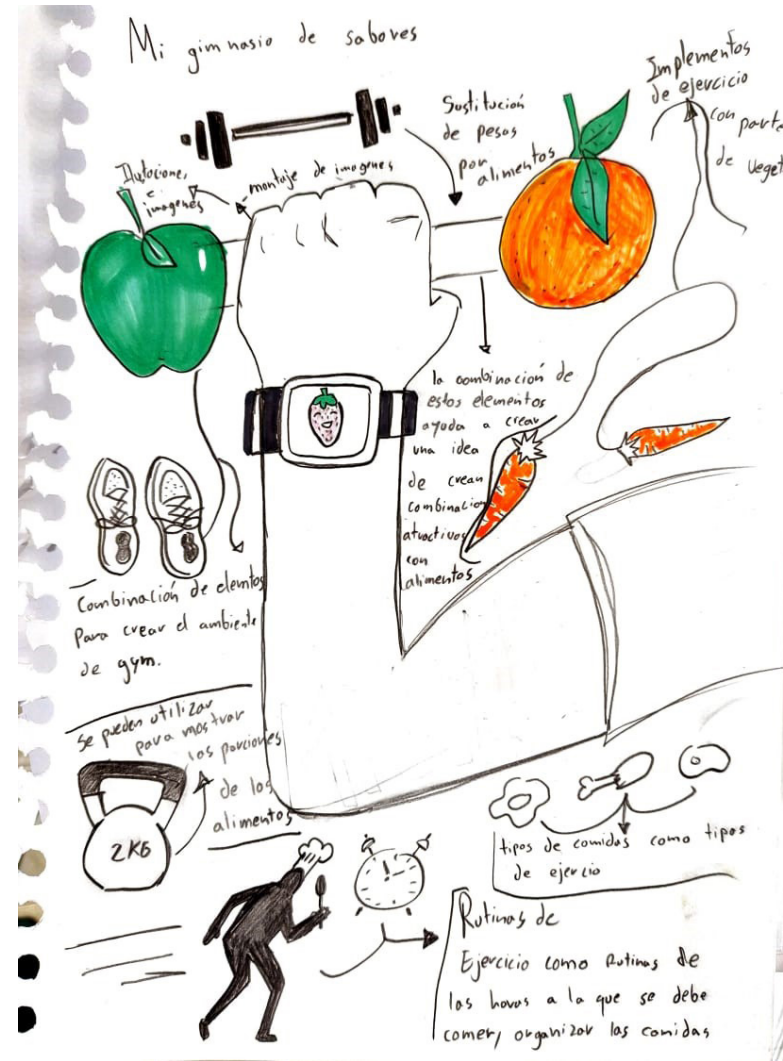
Posteriormente, se sintetizaron todas las nuevas ideas obtenidas mediante las técnicas anteriormente presentadas, en base a estas ideas, se logra crear 3 propuestas de conceptos para el proyecto:

Primer concepto

Mi gimnasio de sabores

Estás harto de que tus niños no coman sus alimentos o Estás cansado de la misma comida todos los días, no te preocupes más pues es hora de entrenar esas papilas gustativas con sabores increíbles y sobretodo saludables. Comer saludable es parte importante en la vida de tus niños como de la tuya, pero no por eso vas a dejar de comer comidas deliciosas, con Mi gimnasio de sabores vas a mejorar la figura y forma de presentar tus platos para que se vean geniales (Ver figura 11).

Figura 11
Boceta de la idea de Mi gimnasio de sabores



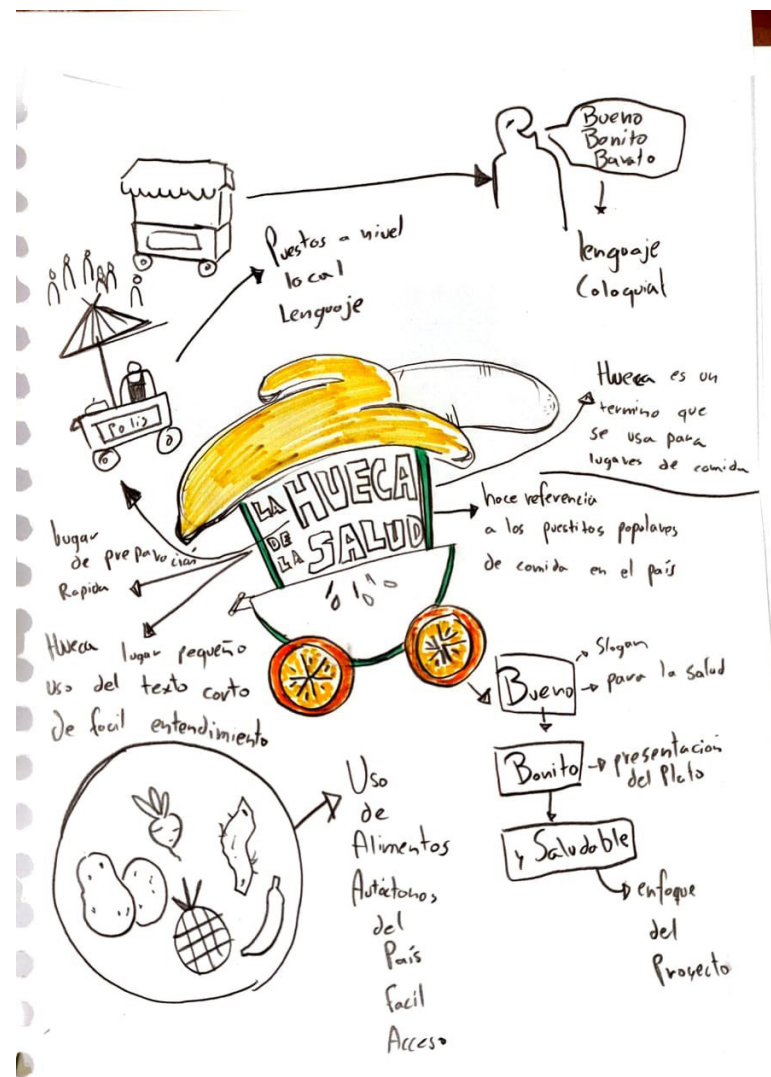
Nota. Bocetos e ideas relacionadas con la idea de mi gimnasio de sabores.

Segundo concepto

La hueca de la salud

Ponte pilas mi pana, si buscas comer rico y sano pare de contar y vente a la hueca de la salud donde todo es bueno, bonito y saludables, aquí le daremos toda los secretos ancestrales de como cocinar delicioso y sano con productos de nuestro lindo país, nada de cosas peluconas todo con sazón de nuestra linda tierra para que tu familia estén más fuertes, contentos y bien alimentados, y como yapa aprenderás a presentar los platos de maneras divertidas para que tus guaguas coman todito del plato. Que estas esperando para ser el más bacán de tu hogar (Ver figura 12).

Figura 12
Boceto de la idea de La hueca de la salud



Nota. Bocetos e ideas relacionadas con la idea de La hueca de la salud.

Tercer concepto

Influencer de la sazón

Tus niños de tan dislike a todo lo que cocinas y dejan todo en el plato, pues todo eso va a cambiar, conviértete en el influencer de la sazón en tu hogar y comparte con los tuyos increíbles formas de comer sano y delicioso, no postes en tu mesa los mismos platos aburridos de siempre y aprende con nosotros a crear increíbles formas de presentar el plato para que tus niños les den like a todo lo que cocines y se conviertan en seguidores tu maravillosa cocina forjando hábitos alimenticios (Ver figura 13).

Figura 13

Bocetos de la idea de Influencer de la sazón



Nota. Bocetos e ideas relacionadas con la idea de Influencer de la sazón.

Validación de las propuestas de conceptos

La validación se la realizo a la directora del Tomasito, en esta entrevista entrevista se presentó los diferentes conceptos, y nos comentó que la idea más atractiva sería la de Influencer de la sazón, la razón fue que este tema de los medios digitales y de los influencers, son conceptos de actualidad y que hoy en día por motivos de la pandemia el uso de redes ha ido en aumento. Por otro lado también nos comenta que la temática del uso de redes a los padres les va a llamar mucho la atención y ayudaría a que compartan las diferentes recetas que realizaron gracias al material que se diseñara, creando esta red entre los padres que se impulsan a tener mejores hábitos alimenticios (Baca.C, comunicación personal del 15 de abril de 2021).

La validación se la realizo a la diseñadora Soraya Quelal, en esta entrevista se presentó los diferentes conceptos, y nos comentó que las propuestas le parecen muy interesante pero que conceptualmente escogería la de Influencer de la sazón. También el tema de los iconos y la temática de los likes, redes sociales e influencers son muy pertinente a nuestra actualidad y podrían resultar interesantes para nuestro público objetivo, ya que es algo que en la actualidad está influenciando mucho en todo el mundo, gracias a la nueva virtualidad (Quelal. S, comunicación personal del 15 de abril de 2021).

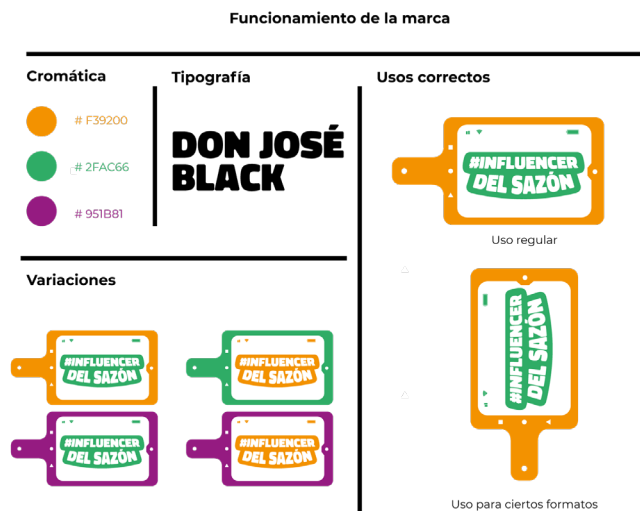
Concepto de diseño

Después de analizar los comentarios y sugerencias recibidas por la directora del Tomasito Cristina Baca y la experta en el área de Diseño gráfico Soraya Quelal, se procedió a analizar toda esa información para poder tomar una decisión, de este modo, la idea que se ajusta de mejor manera a los objetivos planteados y a nuestro público sería la de **Influencer de la sazón**.

Exploración de la forma

Para empezar el proceso de explorar las formas graficas de cada proyecto, se procedió a utilizar diferentes técnicas creativas planteadas en el libro de Ellen Lupton llamado Intuición, Acción y Creación Graphic Desing Thinking, a cada concepto se utilizó una técnica diferente para tener varios resultados. Para el concepto de Influencer de la sazón se utilizó la técnica de lenguaje de marca, esta técnica nos permite crear una imagen de marca alrededor de nuestro concepto (Ver figura 14).

Figura 14
Exploración gráfica de Influencer de la sazón



Nota. Concepto de influencer de la sazón como una marca.

Con el concepto de La hueca de la salud se utilizó la técnica de maqueta, esta técnica nos permite crear simulaciones de nuestro concepto en diferentes maquetas, similares a pruebas de empaques de algún tipo de producto (Ver figura 15).

Figura 15

Exploración gráfica de La hueca de la salud

Plano

Concepto



BUENO
BONITO
y
SALUDABLE

Maqueta

Cinta para envases



Delantal



Plato



Jarro de leche

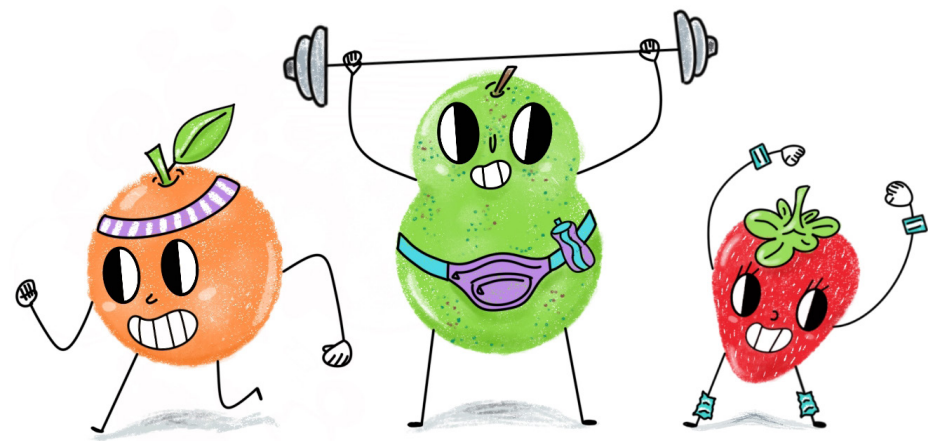
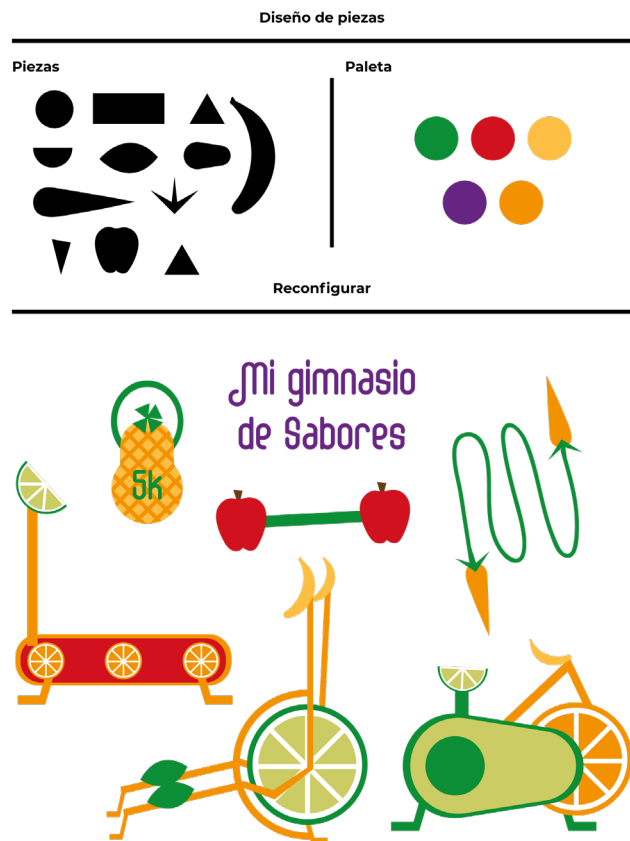


Nota. Concepto de La hueca de la salud en maquetas.

Para el concepto de Mi gimnasio de sabores se utilizó la técnica de Kit de piezas, esta técnica nos permite crear diferentes formas en base de diferentes piezas o estructuras en relación al concepto (Ver figura 16).

Figura 16

Exploración gráfica de Mi gimnasio de sabores



Nota. Concepto de Mi gimnasio de sabores con formas básicas.

Valor de la propuesta

Para poder diferenciarnos de los materiales creados por la misma institución y otros del mercado, el uso del concepto de Influencer de la sazón nos permite alinearnos a los objetivos de diseño antes planteados, implementando un lenguaje más empático en base al mundo de las redes sociales, utilizando una gráfica diferente de carácter infantil, pese a ser un material que será utilizado por los padres, al usar este tipo de estilo se refuerza la idea de ser un material para que ellos puedan trabajar con sus hijos, de este modo se genera una conexión con el usuario, de esta manera podemos resaltar entre los diversos materiales con similar temática.

Validación del estilo gráfico

La validación se la realizó a la directora del Tomasito, en esta entrevista se presentó las propuestas de la exploración gráfica de los conceptos, para ella le resulto más atractivo la propuesta de gimnasio de sabores, debido a que era más atractiva y amigable, también mencionado que se evite el uso del estilo de dientes en la hueca de la salud, estos tipos de dientes dan la sensación de que van a morder a todos. (Baca.C, comunicación personal del 15 de abril de 2021).

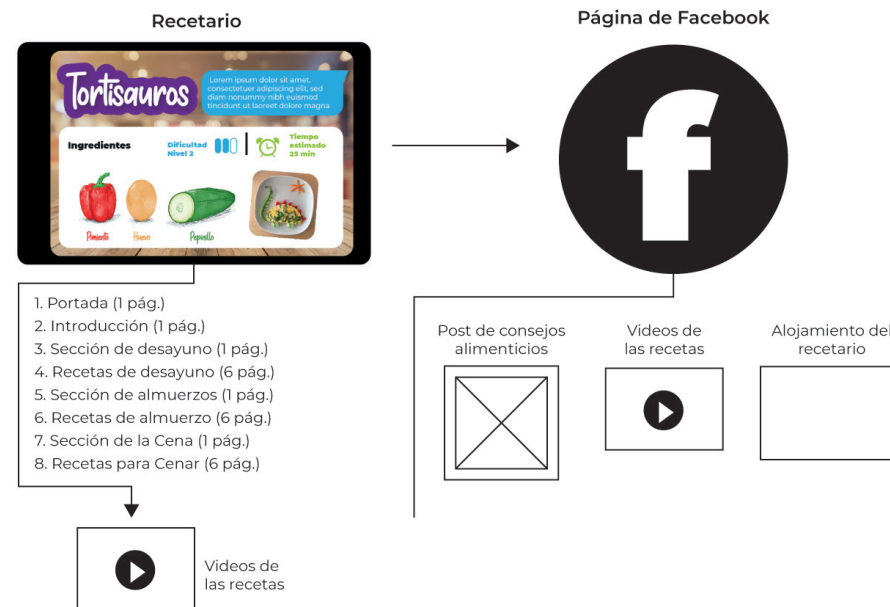
La validación se la realizo a la experta en el área de Diseño gráfico Soraya Quelal, en esta entrevista se presentó las diferentes propuestas de la forma gráfica de cada concepto, y nos comentó que las propuestas le parecen muy interesante pero que escogería la gráfica del

gimnasio de sabores, debido a que los personajes resultan ser más atractivos y amigables, también nos recomienda explorar la forma de crear redes sociales basadas en nuestro concepto y lograr introducir un poco de la cultura Ecuatoriana en el proyecto (Quelal. S, comunicación personal del 15 de abril de 2021).

Estructura inicial del proyecto gráfico

Posteriormente, se tomó todas las sugerencias de nuestro público objetivo, comitente y experto en diseño, con la finalidad de darle forma al proyecto. Como el objetivo del material es presentar información acerca de las comidas del día y recetas saludables, la mejor opción para presentar estos contenidos es un recetario digital, que estará alojado en una página de Facebook con los videos de las recetas, debido a que va de la mano con el concepto de influencer y también porque Facebook es la red social por la que reciben la información los padres acerca de las actividades del Tomasito (Ver figura 17)

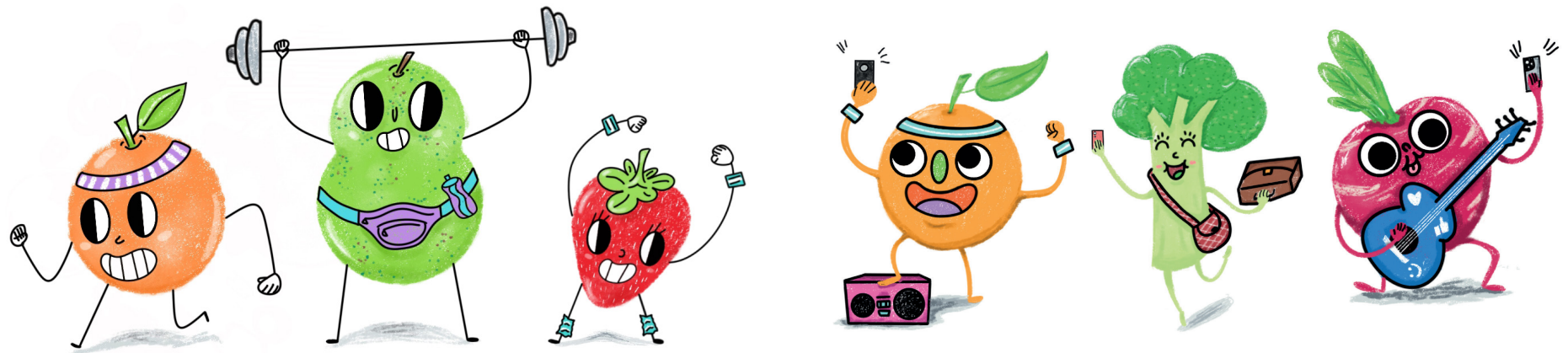
Figura 17
Estructura y elementos de proyecto



Nota. Esquema del contenido del recetario, y página de Facebook.

Ideas gráficas iniciales

Figura 18
Primeros personajes



Nota. Evolución del diseño de los personajes.

Ideas gráficas iniciales

Figura 19
Prototipo del recetario

Recetas



Nota. Estructura de una receta del material.

Ideas gráficas iniciales

Figura 20
Segundo prototipo del recetario



Nota. Nueva estructura de una receta del material.

Justificaciones de diseño

Para evitar que nuestros usuarios se cansen al momento de leer o se confundan en la disposición de los elementos, se utilizó dos familias tipográficas con la finalidad de crear una jerarquía visual, una familia para los títulos, la segunda familia para los cuerpos de textos y los subtítulos, de esta manera se evitan los problemas de lectura antes mencionados (Samara, 2007).

Continuando con la tipografía, para los textos se utilizó una familia tipográfica San Serif, este estilo tipográfico transmite dinamismo y modernidad, estos conceptos importantes para el proyecto y se alinean con el concepto y dinámica del material asociado a las redes sociales (Pérez, 2021).

Si nos enfocamos en la cromática, podemos observar la presencia del color azul, verde, y naranja, estos colores fueron escogidos debido a que reflejan emociones que se alinean con el concepto del producto gráfico, el color azul refleja la seguridad y confianza, el color verde refleja naturaleza y vitalidad y el color naranja refleja calidez. Esta selección cromática da un significado a los colores y no solo se los usa de manera decorativa (Romero 2020).

Debido a la diversa información e imágenes que posee el material, el uso de una retícula modular es adecuado para este tipo de proyectos complejos otorgarle armonía a nuestro material, también nos permite estandarizar nuestros globos de contenido y a estructurar el texto con las imágenes, siendo una perfecta elección para facilitar la visualización

de la información a nuestro usuario (Samara, 2005). Al enfocarnos en la posición de los elementos, se consideró estrategias de posición con relación a la imagen, Samara nos comenta, que una imagen puede tener un texto dentro de la imagen, fuera de la imagen o cerca de la imagen, pero esta debe tener una congruencia o relación. Por este motivo está colocado el nombre del platillo y la imagen del mismo, de este modo logramos que el usuario tenga un orden de lectura adecuado y logre visualizar la relación de los elementos de la mejor manera (Samara, 2007).

Validación propuesta inicial

Para esta validación, se presentó un primer prototipo del material a la directora del Tomasiso y a una madre de familia de un estudiante del rango de edad con el cual se está trabajando este producto. En esta entrevista se buscaba validar aspectos claves de nuestro proyecto, como el atractivo visual o gráfico de este prototipo, en el que se obtuvo muy buenos resultados, tanto la directora como la madre estaban de acuerdo en que les encanto los personajes y el estilo grafico de todo el prototipo (Ver anexo 6).

Al enfocarnos en la legibilidad, no existió mayor problema en que ambas lograran visualizar adecuadamente los diferentes elementos, como la tipografía, imágenes, ilustraciones e iconos, pero si se aconsejó que las ilustraciones manejen un lenguaje más literal, para reforzar los conocimientos de los niños con este material y logren comprender las diferentes cantidades de las recetas. Por otro lado, el producto gráfico y sus recetas les parecieron

muy divertidos, pero en la sección de recetas nos comentaron que desearían que intervinieran más los personajes para hacer aún más atractiva a nuestra propuesta gráfica (Baca.C, Morillo. A, comunicación personal del 4 de junio del 2021).

Para finalizar la validación se entregó un formulario en el cual nuestros participantes de la validación llenaron para comprender la funcionalidad de los diferentes elementos de diseño como, la coherencia de la línea gráfica, pertinencia con el concepto, legibilidad y atractivo visual. De esta manera podemos concluir, que en su mayoría se obtuvo grandes aciertos en el prototipo, cumpliendo con los requisitos del diseño propuestos y con las necesidades reales de nuestros usuarios.

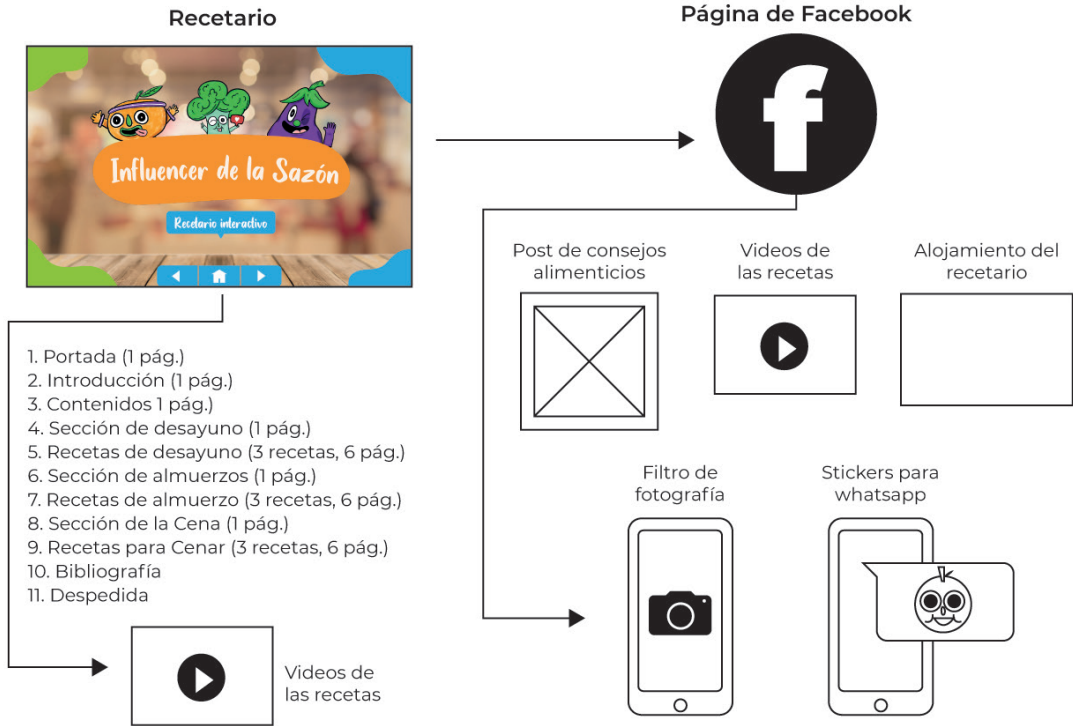
Estructura final del proyecto gráfico

Después del proceso de validación se definió la estructura final que tendrá producto gráfico, el cual principalmente será un recetario interactivo que contenga un total de 9 recetas para los desayunos, almuerzos y cena. Cada una de estas recetas incluirán su respectivo video en el que se muestre el proceso de la creación del platillo, estos videos y el recetario estarán colgados en la página de Facebook del proyecto. En esta página estarán publicados post que complementen con el contenido del material, stickers para whatsapp y un filtro de fotografía que aporten a conectar con el usuario, desde esta manera también se refuerza el concepto con el que rige este proyecto (Ver figura 21).

Prototipo gráfico

Figura 21

Esquema gráfico de la estructura final del proyecto



Nota. Nueva estructura del proyecto.

Estilo gráfico final

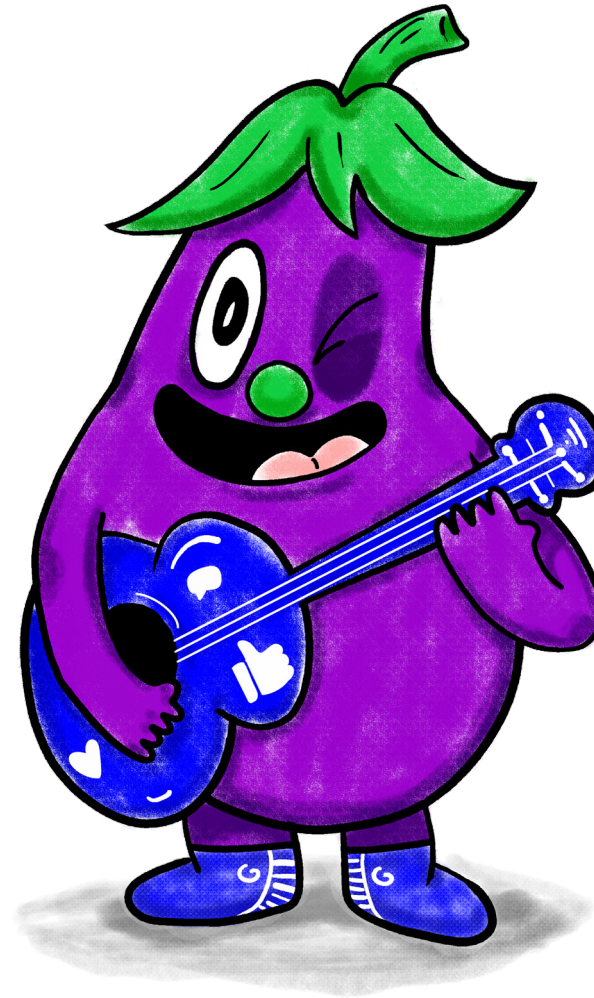
Personajes

El diseño de los personajes presentados, responde a las guías y recomendaciones mencionadas en el curso virtual de Wacom español acerca de la Ilustración infantil, con la colaboración de Oskar Méndez ilustrador digital profesional. En este curso el profesional menciona que la ilustración para niños se caracteriza por contar con una silueta clara y entendible, que funcione incluso si estuviera la imagen en blanco y negro, la exageración en las proporciones de los personajes, es importante para lograr crear una ilustración infantil.

También el ritmo que poseen los trazos nos ayudan a crear la historia del personaje y el uso de la textura es vital, nos ayuda a darle vida a la ilustración, otorgando esas imperfecciones que hace más interesante a un personaje, el uso de formas sencillas es de gran importancia. Con estos criterios se realizó las ilustraciones de los personajes para nuestro material gráfico (Wacom en Español, 2015, minuto 7:28 hasta 21:19).

Por otro lado cada personaje y sus respectivos elementos, son basados en la temática de los diferentes tipos influencers que existen, en este caso, la naranja representa al influencer fitness, la berenjena representa al influencer de entretenimiento en el ámbito musical o actoral y el brócoli representa al influencer turista (López, 2020).

Figura 22
Personaje de la sección de las cenas



Nota. Diseño del personaje Benja.

Se escogió la naranja, el brócoli y la berenjena como personajes para estar presentes en todos los diversos productos gráficos, debido a que estos alimentos poseen diversos beneficios para la salud que apoyan a contrarrestar la anemia, sobrepeso, obesidad y problemas cardiovasculares. Estas enfermedades nutricionales son un problema presente en la población ecuatoriana como se lo demuestra en las primeras páginas de este texto.

La naranja es una fruta que además de brindar vitaminas muy importantes como A y la C, también son excelentes aliadas para combatir la anemia y los problemas cardiovasculares evitando que el colesterol malo se quede en las paredes de los vasos sanguíneos (Carreira, 2022).

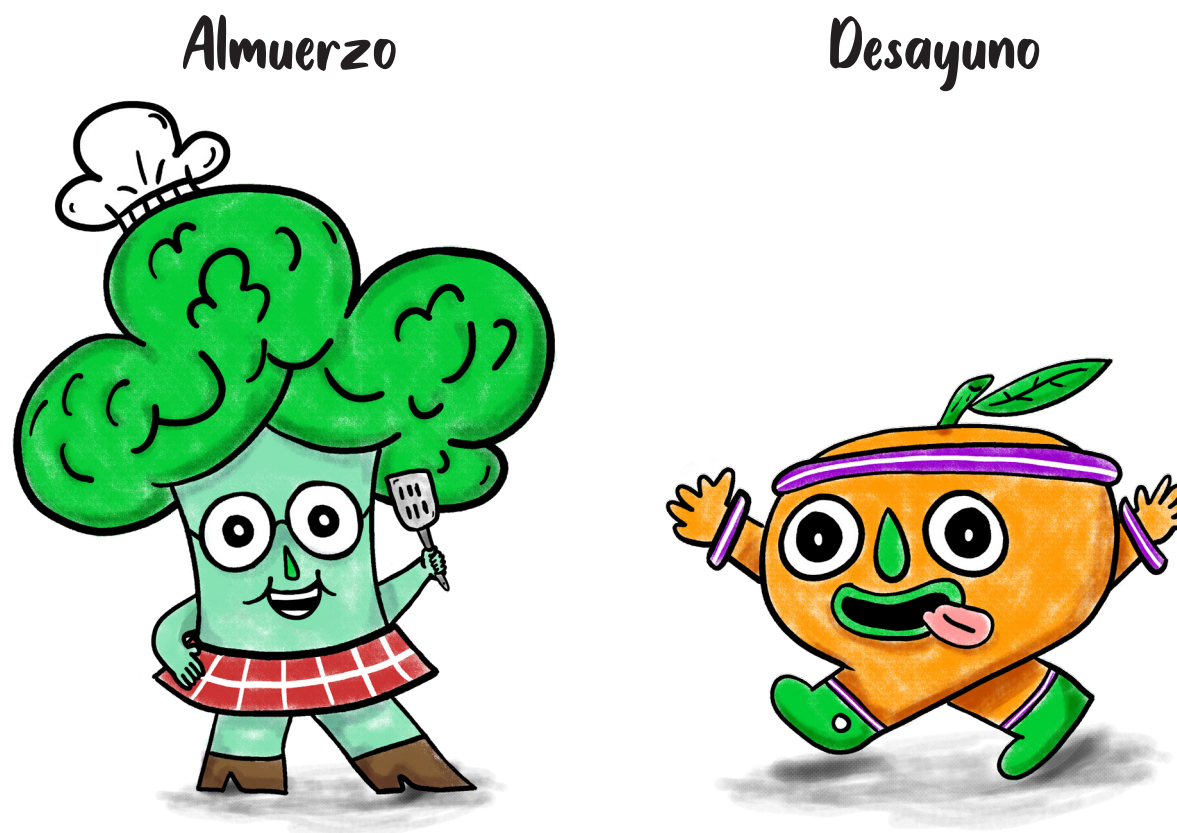
El brócoli ayuda a la salud cardiovascular descomponiendo el colesterol y evitando que se agrupe en la sangre, también apoya a un mejor control de los azúcares y grasas, reduciendo el riesgo de tener obesidad (Castro, 2020).

Por otro lado, la berenjena al tener potasio, fibra y antioxidantes apoyan a la salud del corazón y a reducir los niveles de colesterol, además ayuda a controlar el peso y protege al cuerpo de cáncer (Ware, 2021).

La cromática de los personajes responde a los colores reales de las verduras y frutas presentadas (Ver figura 23), pero los colores de sus respectivos elementos son colores que son en algunos casos complementarios, como el brócoli verde y su falda roja, creando un contraste atractivo y vibrante, también hay combinaciones de color trídicos como la naranja y la berenjena, logrando una combinación atractiva de colores, de este modo se consigue que las ilustraciones tengan más vida y resalten (Samara, 2007).

Figura 23

Personaje de influencer del almuerzo y desayunos



Nota. Diseño del personaje Brenda y Naranjín.

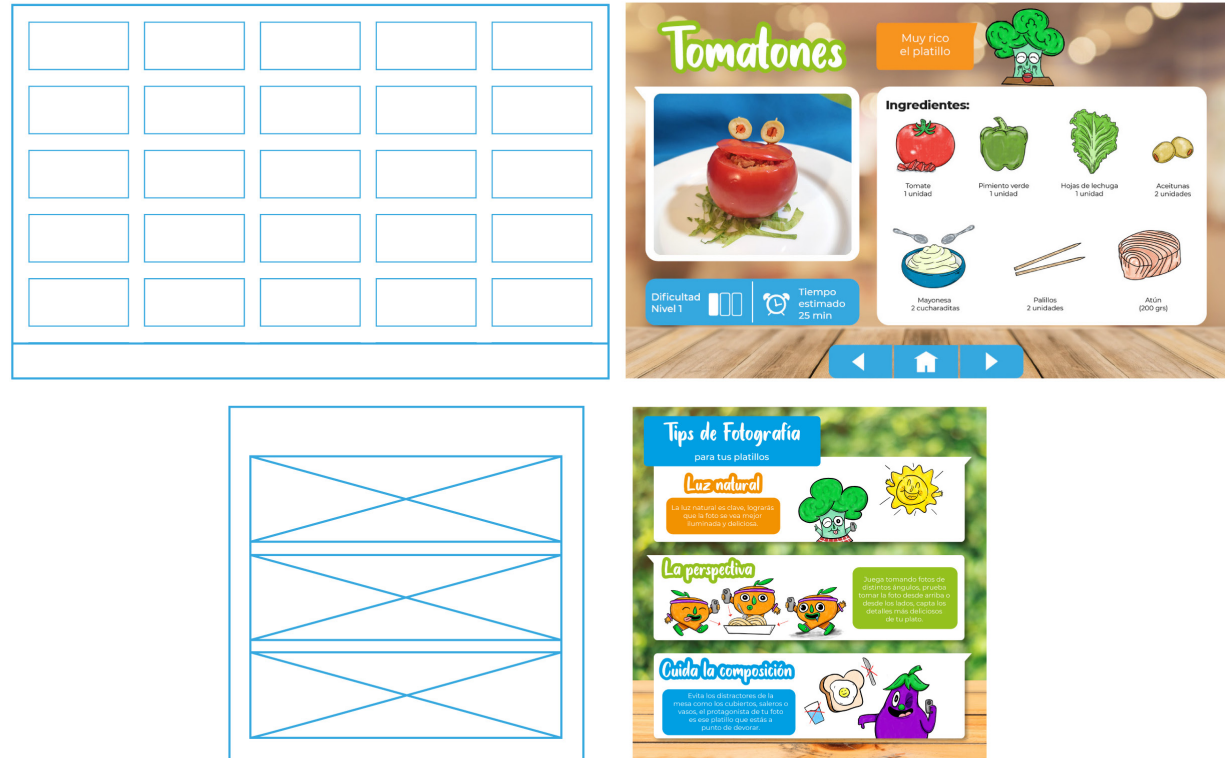
Composición

Como se mencionó con anterioridad, al ser un recetario es un producto con gran diversidad de elementos e información, debido a la necesidad y complejidad del material se optó por el uso de la retícula modular para lograr jerarquizar los contenidos y otorgar armonía a la composición (Samara, 2005).

El producto principal del proyecto es el recetario, tiene una forma rectangular de 1280p x 800px, se utilizó una retícula modular en la cual posee 25 módulos de 211 x 99 px que otorga mejor visualización a los elementos y facilidad de colocar los contenidos. Las publicaciones de Facebook tiene dimensiones 1080 x 1080px, se empleó una retícula jerárquica para agilizar la lectura de los contenidos (Ver figura 24)

Al enfocarnos en la posición de los elementos, se consideró estrategias de posición con relación a la imagen, Samara nos comenta, que una imagen puede tener un texto dentro de la imagen, fuera de la imagen o cerca de la imagen, pero esta debe tener una congruencia o relación. Por este motivo está colocado el nombre del platillo y la imagen del mismo (Ver figura 24), de este modo logramos que el usuario tenga un orden de lectura adecuado y logre visualizar la relación de los elementos de la mejor manera (Samara, 2007).

Figura 24
Retícula de recetario y publicación de Facebook



Nota. Composición gráfica de los elementos de una página del recetario y post de Facebook.

En cuestión de la lista de pasos para preparar el platillo, se realizó la división de estos pasos en 3 (Ver figura 25), debido a que el usuario al visualizar solamente 3 pasos le transmite una idea de que el proceso será sencillo y rápido, este tipo de división en 3 permite que el usuario pueda retener mejor la información y la memorice con mayor facilidad y rapidez. Siguiendo con esta misma lógica de división de tres, el panel de navegación solo posee tres botones, para agilizar y facilitar al usuario la navegación, de este modo generamos la sensación que el material es sencillo de manejar (Lupton, 2017).

Por otro lado, todas las recetas y los consejos que presenta el producto sobre la alimentación fueron obtenidos de diferentes textos, guías entre otros materiales creados por expertos y asociaciones enfocadas a la buena salud como El Ministerio de Salud Pública del Ecuador, Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente de España, Departamento de Salud Pública de California, Dirección General de Salud Pública del Servicio Canario de la Salud, de este modo podemos fundamentar adecuadamente que las recetas que posee el producto son saludables.

Figura 25
Pasos de la receta del desayuno



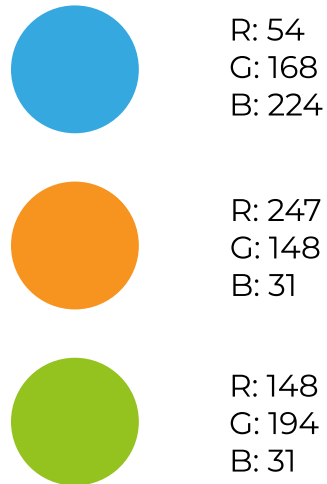
Nota. 3 pasos de una receta para el desayuno.

Cromática

Los principales colores que resaltan en el recetario como en los diferentes productos gráficos que posee el proyecto son el naranja, verde y azul. Este conjunto de colores fueron seleccionados para reflejar emociones como el azul, el cual refleja seguridad y confianza, el color verde refleja naturaleza y vitalidad y el color naranja refleja calidez (Romero, 2020). Por otra parte cada color ayuda a clasificar a cada sección, el naranja es el color principal para la sección de desayunos, el color verde es de la sección de los almuerzos y el azul de la sección de la cena.

Figura 26

Cromática de las piezas gráficas



Nota. Cromática utilizadas en el producto gráfico.

Tipografía

En la sección de tipografía, se limitó a dos familias tipográficas con el objetivo de que nuestros usuarios no se cansen al momento de visualizar el contenido y los textos, también limitar el uso a dos familias tipográficas permite crear una jerarquía visual agradable (Samara, 2007). Por otro lado, se utilizó una familia tipográfica San Serif para toda la sección de los textos, este estilo es perfecto para reflejar dinamismo y modernidad, estas sensaciones se alinean con el concepto del proyecto y se asocia a la redes sociales (Pérez, 2021).

Para los títulos se utilizó la tipografía script “Sweet Talk”, posee trazos grandes y gruesos con bordes redondeados, reflejando ser una tipografía divertida e infantil la cual se alinea con la temática de familia y guarda relación con nuestros usuarios. Para el resto de los textos se utilizó la tipografía “Montserrat”, como se mencionó con anterioridad es una tipografía que se alinea con el concepto de modernidad y permite la buena legibilidad de los textos, creando un buen contraste con la tipografía “Sweet Talk” permitiendo al usuario identificar fácilmente la jerarquía de los contenidos.

Figura 27

Tipografías de los productos gráficos



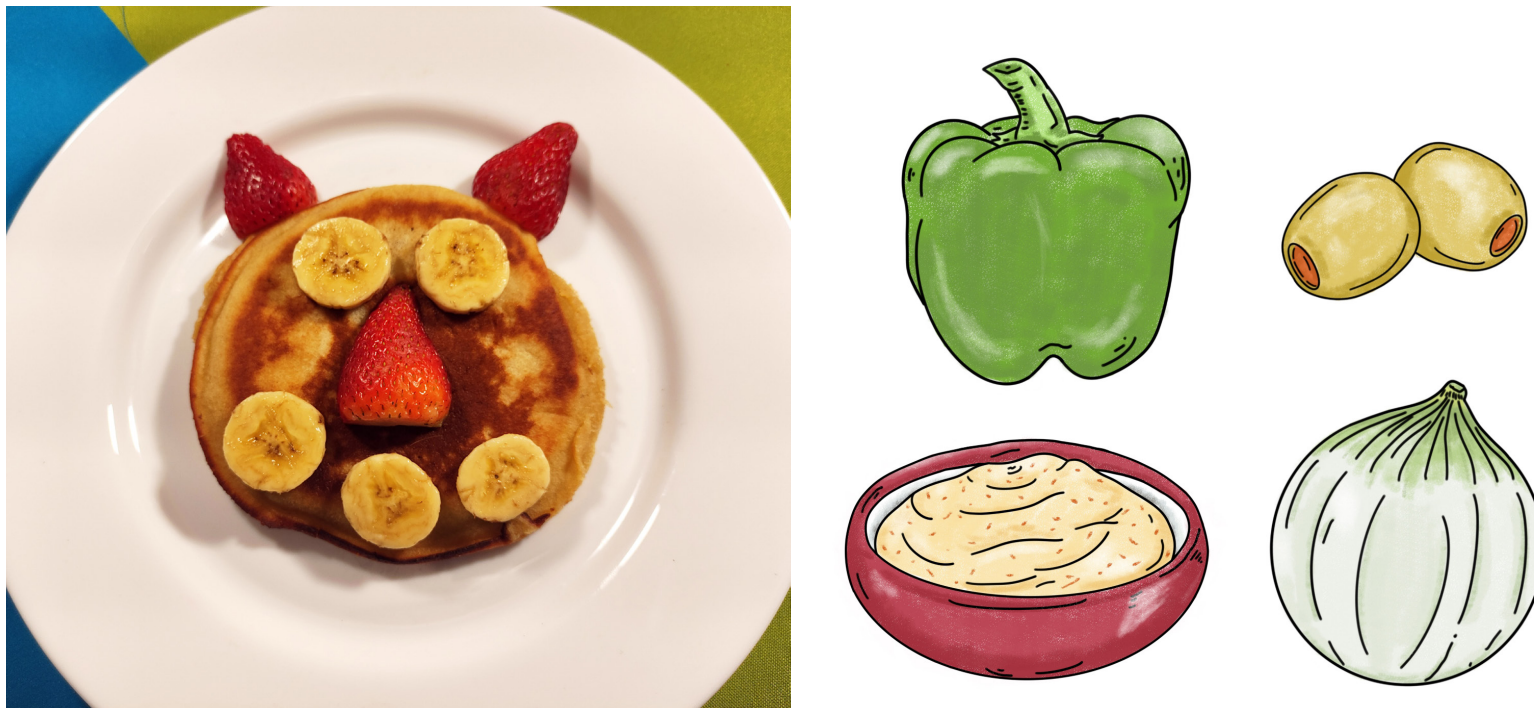
Nota. Tipografías utilizadas en el producto gráfico.

Imagen

En cuestión de la imagen, el recetario como las diferentes piezas gráficas que tiene el proyecto, se evidencia la presencia de ilustraciones de los ingredientes, estas poseen un nivel de iconicidad de 6, debido a que son ilustraciones con un alto nivel fidelidad muy parecido al original, Por otro lado, las fotografías también están presentes y poseen un nivel de iconicidad de 8, ya que es una representación exacta en dos dimensiones del platillo con sus colores y elementos originales (Pérez, 2021).

Figura 28

Fotografía e ilustraciones



Nota. Fotografía de Banackes e ingredientes del recetario.

Detalle gráfico

En este punto se presentara los diversos elementos como las páginas de las recetas, los personajes, los videos y la página de Facebook que componen al prototipo del producto gráfico (Ver figura 29).

Figura 29
Páginas del recetario



Nota. Primeras páginas del recetario.

Videos de las recetas

Cada receta posee su respectivo video de la preparación de la misma, los videos tienen una orientación vertical con el objetivo de transmitir la sensación de ser un video creado por un influencer de alguna red social popular como TikTok, Facebook o Instagram. Esta orientación de video es habitual entre las celebridades de internet y va de la mano con el concepto de Influencer de la sazón.

Figura 30

Video de receta de Banacakes



Nota. Video tutorial de la receta.

Página de Facebook

Figura 31

Página de influencer del sazón



Nota. primer vistazo a la página de Facebook.

Publicaciones de Facebook

Las publicaciones tiene forma cuadrada y cada una de ellas tiene las dimensiones de 1080 x 1080px, las publicaciones son piezas gráficas que complementan la información proporcionada por el recetario, también ayuda a generar el apego e interés del usuario por el material. Estas publicaciones serán actualizadas periódicamente con diferentes dinámicas que fomenten tendencias alimenticias saludables y divertidas.

Figura 32
Publicaciones de Facebook



Nota. Post de tips de las horas de la comida.

Stickers y Filtro Fotográfico

Para fomentar los conceptos de compartir tendencias alimenticias sanas con el resto de la familia, se crearon un set de 9 stickers con los personajes del recetario para usar en redes como whatsapp y Telegram. Por otro lado, también se diseñó un filtro fotográfico para que los usuarios compartan sus creaciones culinarias con la familia.

Figura 33

Stickers y Filtro Fotográfico



Nota. Set de 9 stickers y filtro.

Costos del proyecto

Al concluir con las labores de diseño y prototipado, se realizan los costos de trabajo de gestión, creativo y operativo para conocer el presupuesto final que pertenece a este proyecto.

Por otro lado, las tablas que se presentan en las páginas siguientes, muestran los valores de cada ingrediente utilizado para la elaboración de cada video de las recetas, junto al valor de los programas utilizados para la elaboración del recetario, de este modo se obtendría el valor del recetario, este valor total se adjunta al presupuesto final del proyecto para obtener el valor total del proyecto de TFC.

Tabla 7
Fichas de costos del proyecto

| GESTIÓN | |
|---------------------------------------|--------------------|
| Total horas laborables al mes | 160 |
| Valor hora | \$ 14.15 |
| Horas estimadas de trabajo de gestión | 100 |
| Valor bruto por Gestión | \$ 1,414.66 |
| CREATIVO | |
| Total horas laborables al mes | 160 |
| Valor hora | \$ 10.61 |
| Horas estimadas de trabajo de gestión | 110 |
| Valor bruto por Gestión | \$ 1,167.09 |
| OPERATIVO | |
| Total horas laborables al mes | 160 |
| Valor hora | \$ 7.07 |
| Horas estimadas de trabajo de gestión | 140 |
| Valor bruto por Gestión | \$ 990.26 |
| VALOR BRUTO POR DISEÑO | \$ 3,572.01 |
| Transporte | \$ 12.00 |
| Equipos de oficina | \$ 22.12 |
| Materiales | \$ 4.80 |
| Muebles y enseres | \$ 2.82 |
| Servicios básicos | \$ 28.00 |
| SUBTOTAL PRESUPUESTO | \$ 3641.75 |
| Impacto del proyecto 50% | 0 |
| Imprevistos 10% | \$ 364.17 |
| TOTAL PRESUPUESTO | \$ 4,005.92 |

Nota. Costo de gestión, creativo, operativo y total del presupuesto.

Tabla 8

Fichas de costos de videos de las recetas de desayuno y almuerzo

Videos de las recetas de desayuno

| Banderillas | | | |
|--------------------|------------------------------|--------------------|-----------------|
| Cantidad | Descripción | P. Unitario | P. Total |
| 1 | Paquete de Orégano (50gr) | 0.60 | 0.60 |
| 1 | Queso fresco (350gr) | 2.54 | 2.54 |
| 1 | Salsa de Tomate (100 gr) | 0.80 | 0.80 |
| 1 | Jamón Juris (100 gr) | 0.80 | 0.80 |
| 1 | Paquete de Frutillas (500 g) | 1.54 | 1.54 |
| 1 | Kiwi | 0.36 | 0.72 |
| 1 | Melón | 1.00 | 1.00 |
| 1 | Paquete de brochetas | 1.45 | 1.45 |
| Tortillitas | | | |
| 3 | Plátano verde | 0.25 | 0.75 |
| 1 | Queso fresco (350 gr) | 2.54 | 2.54 |
| 1 | Cebolla blanca | 0.25 | 0.25 |
| 1 | Mantequilla (240 gr) | 1.00 | 1.00 |
| 1 | Huevo | 0.15 | 0.15 |
| Banacakes | | | |
| 1 | Harina (500 gr) | 0.99 | 0.99 |
| 1 | Funda de leche (900 ml) | 0.90 | 0.90 |
| 1 | Plátano | 0.21 | 0.21 |
| 1 | Huevo | 0.15 | 0.15 |
| Total | | | 16.39 |

Videos de las recetas de almuerzo

| Wrapis | | | |
|--------------------|------------------------------|--------------------|-----------------|
| Cantidad | Descripción | P. Unitario | P. Total |
| 1 | Pechuga de pollo | 5.37 | 5.37 |
| 1 | Mayonesa (100 gr) | 0.80 | 0.80 |
| 1 | Tomate | 0.25 | 0.25 |
| 1 | Lechuga | 0.55 | 0.55 |
| 1 | Aguacate | 0.72 | 0.72 |
| 1 | Paquete de tortilla de trigo | 2.55 | 2.55 |
| Mar de puré | | | |
| 1 | Funda de leche (900 ml) | 0.90 | 0.90 |
| 1 | Brócoli | 0.62 | 0.62 |
| 1 | Tomate | 0.25 | 0.25 |
| 1 | Papa (1000 gr) | 1.18 | 1.18 |
| 1 | Pepinillo | 0.75 | 0.75 |
| 1 | Paquete de palillos pequeños | 0.45 | 0.45 |
| Tomatones | | | |
| 1 | Pimiento verde | 0.16 | 0.16 |
| 1 | Tomate | 0.25 | 0.25 |
| 1 | Paquete de aceitunas | 2.45 | 2.45 |
| 1 | Mayonesa (100 gr) | 0.80 | 0.80 |
| 1 | Atún (160 gr) | 1.70 | 1.70 |
| Total | | | 19.75 |

Nota. Costos de los ingredientes de los videos de desayuno y almuerzo

Tabla 9

Ficha de costos del video de la cena, valor total del recetario y del proyecto de TFC

Videos de las recetas de la cena

| Bastoncitos | | | |
|--------------------|-------------------------|--------------------|-----------------|
| Cantidad | Descripción | P. Unitario | P. Total |
| 1 | Pepinillo | 0.75 | 0.75 |
| 1 | Pimienta molida (50 gr) | 0.79 | 0.79 |
| 1 | Sal (2 kg) | 0.91 | 0.91 |
| 1 | Yogurt griego | 1.31 | 1.31 |
| Bolsillitos | | | |
| 1 | Aguacate | 0.72 | 0.72 |
| 1 | Pan pita (480gr) | 2.34 | 2.34 |
| 1 | Tomate | 0.25 | 0.25 |
| 1 | Funda de garbanzos | 1.90 | 1.90 |
| 1 | Pepinillo | 0.75 | 0.75 |
| Pescadín | | | |
| 1 | Zanahoria | 0.15 | 0.15 |
| 1 | Pepinillo | 0.75 | 0.75 |
| 1 | Pan de molde Bimbo | 1.46 | 1.46 |
| Total | | | 12.08 |

| | |
|---------------------------------------|-----------------|
| Total de ingredientes para los videos | \$ 48.22 |
| Programas de Adobe | \$40 |
| Valor total del prototipo | \$ 88.22 |

| | |
|---------------------------|--------------------|
| Valor total del prototipo | \$ 88.22 |
| Total presupuesto | \$ 4,005.92 |
| Total proyecto TFC | \$ 4,094.14 |

Nota. Costos de los ingredientes de los videos de la cena, valor total del recetario y total del proyecto.

Validación desde el diseño

Para esta actividad se contó con la asistencia de la diseñadora Sofía Bustos, la cual participó en brindar su opinión y consejos para la verificación de los diferentes elementos del proyecto gráfico desde el área del diseño gráfico. Para esta labor se presentó el producto gráfico y se realizó una entrevista para verificar el cumplimiento de los objetivos gráficos de diseño, los requerimientos que posee el proyecto y los diferentes elementos relacionados con el diseño como es la forma, cromática, tipografía, imagen y la composición como se observa en la figura 34. Se utilizó la escala de Likert para recoger toda la información de esta entrevista.

Figura 34
Validación final desde el diseño

Validación
final



Nota. Entrevista con la Dis. Sofía Bustos.

Al finalizar con esta actividad se encontró:

Si cumplen los objetivos gráficos de diseño

1. Se propone el uso de formatos más modernos que permitan agilizar el proceso del uso del material y la visualización del contenido.
2. Se propone un lenguaje gráfico novedoso que genere mayor impacto y atracción, logrando elevar el interés por los contenidos del material.
3. Se propone que la presentación los contenidos se presente con un carácter más familiar y humorístico, creando un mayor grado de empatía con el público objetivo.

Los requerimientos

Por otro lado, en esta sección se logra verificar que se cumple el objetivo de ser un material educativo, en cuestión de presentar recetas atractivas se cumple, pero se aconseja aumentar la variedad de recetas para que sea más atractivo para el usuario, de la misma manera el requerimiento de presentar un contenido sintetizado y de fácil entendimiento se recomendó aumentar un poco el tamaño de los textos para mejorar la lectura en la sección de los ingredientes. Para finalizar con esta sección, se mencionó que los personajes pueden tener rasgos más infantiles para acoplarse al público al que se dirige.

Elementos de diseño gráfico

En esta sección se resalta que el material presenta una correcta composición de sus elementos que Apoya al usuario a la lectura y comprensión de los contenidos del material, si hablamos de la cromática, el material posee una armonía y coherencia en el uso de sus colores. Por otro lado, la tipografía es legible y ayuda a la lectura de los diversos contenidos, en cuestión de la imagen, posee una conexión entre los iconos, imágenes y estilo gráfico, aportando al entendimiento de los contenidos. Si hablamos de la forma, la experta nos vuelve a mencionar el tema que le gustaría que los personajes puedan tener rasgos un poco más dulces e infantiles.

Tabla 10
Ficha de validación final desde el diseño

| Principios | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Observaciones |
|--|---|---|---|---|---|---|
| Cumplimiento de los objetivos gráficos | | | | | | |
| Se propone el uso de formatos más modernos que permitan agilizar el proceso del uso del material y la visualización del contenido. | | | | | ● | |
| Se propone un lenguaje gráfico novedoso que genere mayor impacto y atracción, logrando elevar el interés por los contenidos del material. | | | | | ● | |
| Se propone que la presentación los contenidos se presente con un carácter más familiar y humorístico, creando un mayor grado de empatía con el público objetivo. | | | | | ● | |
| Requerimientos | | | | | | |
| Recetas atractivas que motiven al usuario a cocinar los diferentes platillos del material. | | | | ● | | Menciona que le gustaría ampliar las opciones de recetas y tener más variedad de platillos. |
| Material educativo. | | | | | ● | |
| Contenido sintetizado y de fácil entendimiento. | | | | ● | | Aconseja el aumento del tamaño de la tipografía en los textos de las secciones de los ingredientes para mejorar la legibilidad. |
| Que se adapte a familias de niños de 4 a 5 años. | | | ● | | | Considera realizar a los personajes aún más infantiles, con rasgos dulces. |
| Área del Diseño Gráfico | | | | | | |
| Forma. Es atractivo y adecuado para el público objetivo. | | | ● | | | Vuelve a repetirse el criterio de personajes más infantiles. |
| Composición. Apoya al usuario a la lectura y comprensión de los contenidos del material. | | | | | ● | |
| Imagen. Posee una conexión entre los iconos, imágenes y estilo gráfico, aportando al entendimiento de los contenidos. | | | | | ● | |
| Color. Tiene coherencia con el concepto y armonía. | | | | | ● | |
| Tipografía. Es legible y ayuda a la lectura de los contenidos. | | | | | ● | |

Nota. Elementos evaluados de la entrevista con la experta en diseño.

Validación con el comitente

Para esta validación se contó con el apoyo de la directora del Tomasito Cristina Baca y una madre de familia de un niño de 4 años perteneciente a esta institución Cristina Pineiros como se observa en la figura 35, de este modo podemos verificar y corregir que el material sea el adecuado para el grupo objetivo al que se dirige el proyecto.

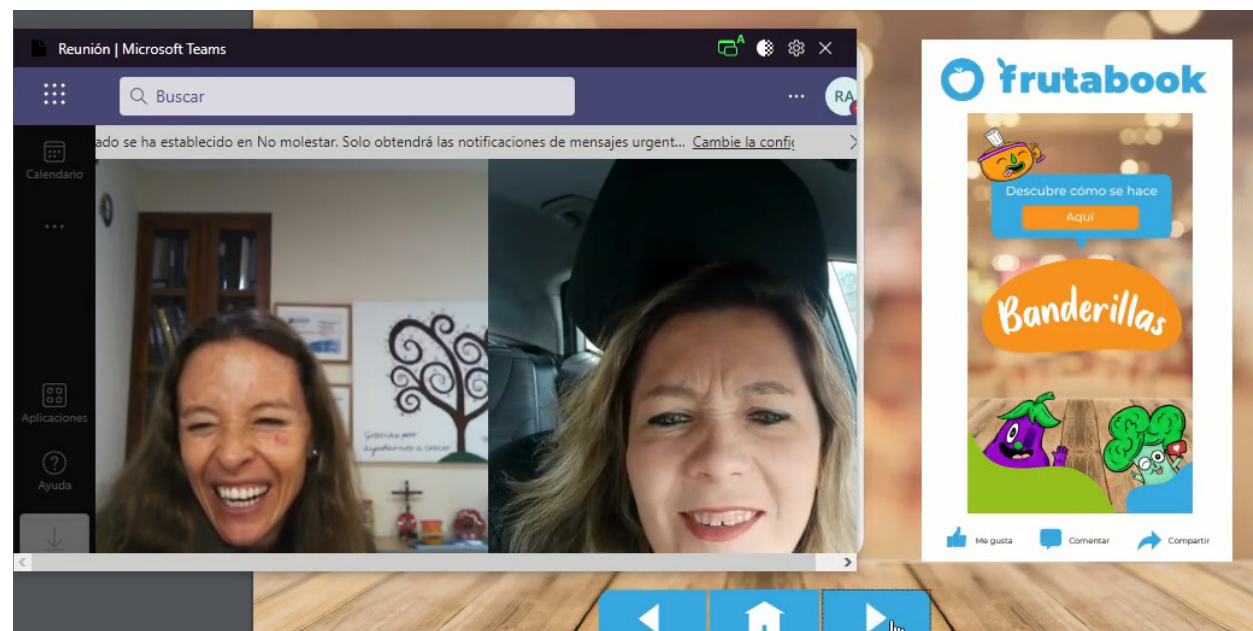
Para esta actividad se presentó el producto gráfico y se tuvo una entrevista en la cual se revisó los diferentes elementos esenciales como el valor de la información, la legibilidad de los textos, el atractivo de las recetas y sus fotografías, el atractivo de los personajes, la comprensión de los botones y de los ingredientes. Para analizar toda la información recibida de esta dinámica se realizó una escala de Likert con campos de observación.

Para empezar, se comentó acerca de la legibilidad de los contenidos del producto gráfico, no existieron inconvenientes con respecto a los textos de las secciones de las recetas como los consejos de cada hora de la comida, también no existió mayor inconveniente en las imágenes de los ingredientes, pero comentaron que hay veces en que algunos colores entre los ingredientes son más fuertes que otros, lo que podría crear la sensación de que un ingrediente sea más importante que otro. Es dato es relevante debido a que todos los ingredientes presentados son fundamentales para la elaboración de la receta.

Por otro lado, los botones e iconos que posee el material, fueron comprendidos con facilidad, pero se comentó que en el diseño para dirigirse al video de la receta podría causar confusión a los otros padres debido a que existía mucho ruido visual. Este dato es fundamental debido a que se busca crear un material que sea de fácil y ágil uso.

Con respecto al atractivo de las recetas, se comentaron que se ven deliciosas y las fotografías reflejan lo apetecible de la receta, al igual que los personajes del material son muy tiernos y lindos. Estos comentarios son claves debido a que se busca que los padres se motiven a utilizar y realizar las recetas con sus hijos, también se puede verificar que el material se enfoca hacia el público deseado. En cuestión del valor de la información, se mencionó que pese a que la información que presenta el material es adecuada, les parecería bueno que se agregara información como la realización de las diversas salsas que se presentan en el material, también les gustaría agregar información de las calorías que posee cada receta.

Figura 35
Validación con el comitente



Nota. Entrevista con la directora del Tomasito Cristina Baca y Cristina Pineiros.

Tabla 11
 Ficha de validación final con Cristina Pineiros

Ficha de Cristina Pineiros

| Principios | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Observaciones |
|---|---|---|---|---|---|--|
| Legibilidad | | | | | | |
| Los textos tiene una tipografía que permite al usuario leer los contenidos con facilidad. | | | | | ● | |
| Las ilustraciones de las recetas son fácilmente comprensibles. | | | | | ● | |
| Las fotografías son claras y fácilmente reconocibles. | | | | | ● | |
| Los botones son de fácil comprensión con relación a su función. | | | | ● | | El botón que se utiliza para ver el video de la receta, está rodeado de varios elementos que causan ruido visual. |
| Atractivo del material | | | | | | |
| Las recetas son atractivas e impulsa a los usuarios a recrear los platillos. | | | | | ● | |
| Las fotografías reflejan ser un platillo delicioso y apetecible. | | | | | ● | |
| La composición del material es llamativo y apoya a la comprensión de los contenidos. | | | | | ● | |
| Los personajes son carismáticos y atractivos, enfocados para los niños de 4 a 5 años. | | | | | ● | |
| Valor de la información | | | | | | |
| La información que presenta el material son relevantes, adecuados y de valor. | | | | ● | | Se sugiere incluir información de las calorías que abarca cada receta y también introducir recetas de creación de salsas que se presentan en el recetario. |

Nota. Elementos evaluados de la entrevista con Cristina Pineiros

Tabla 12

Ficha de validación final con la Directora del Tomasito

Ficha de Cristina Baca

| Principios | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Observaciones |
|---|---|---|---|---|---|--|
| Legibilidad | | | | | | |
| Los textos tiene una tipografía que permite al usuario leer los contenidos con facilidad. | | | | | ● | |
| Las ilustraciones de las recetas son fácilmente comprensibles. | | | | ● | | Los ingredientes se visualizan fácilmente, pero se debe regular un poco la intensidad del color en ciertos ingredientes. |
| Las fotografías son claras y fácilmente reconocibles. | | | | | ● | |
| Los botones son de fácil comprensión con relación a su función. | | | | ● | | Comparte la opinión de que la sección para ver el video posee mucho ruido visual. |
| Atractivo del material | | | | | | |
| Las recetas son atractivas e impulsa a los usuarios a recrear los platillos. | | | | | ● | |
| Las fotografías reflejan ser un platillo delicioso y apetecible. | | | | | ● | |
| La composición del material es llamativo y apoya a la comprensión de los contenidos. | | | | | ● | |
| Los personajes son carismáticos y atractivos, enfocados para los niños de 4 a 5 años. | | | | | ● | |
| Valor de la información | | | | | | |
| La información que presenta el material son relevantes, adecuados y de valor. | | | | ● | | Comparte la opinión de ampliar más la información que posee el producto gráfico. |

Nota. Elementos evaluados de la entrevista con Cristina Baca.

Validación con el usuario

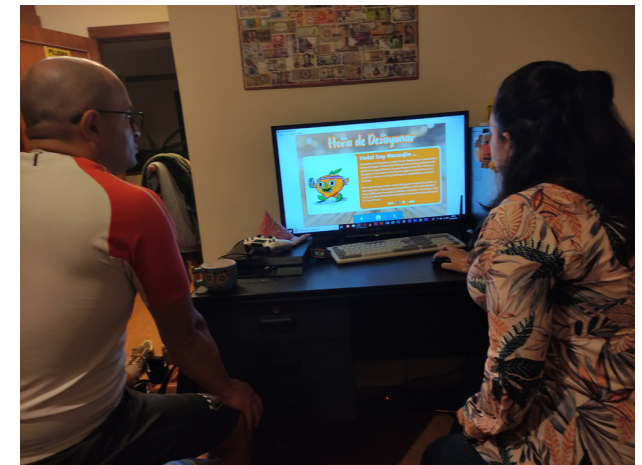
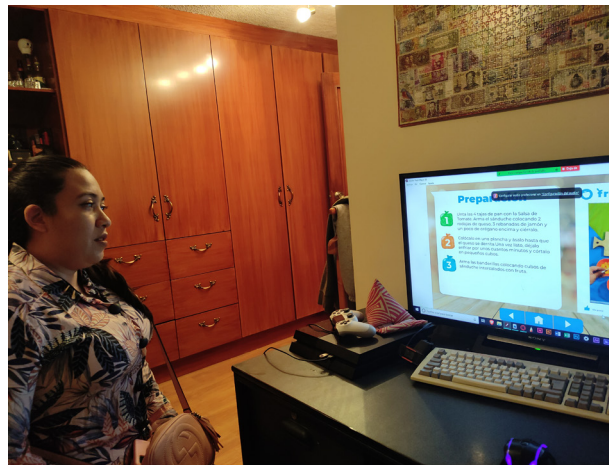
Para esta validación se contó con el apoyo de Cristina Villalba y Fabián Espinoza, los cuales son padres de familia de dos niños de 4 y 5 años, para esta dinámica se les otorgó el recetario para que lo manipulen y conocer su opinión acerca del producto gráfico como se observa en la figura 36. Para obtener una retroalimentación acerca de los elementos del material y del proyecto en su totalidad, se utilizó un formulario de validación para que los usuarios califiquen su experiencia.

Al momento de manipular el material y encontrarse con la primera sección de la hora del desayuno, se presentaron dificultades en los botones para continuar con la información de la tarjeta de presentación del personaje, Cristina no entendía el funcionamiento de este botón, pero Fabián si reconoció de manera rápida la función.

En cuestión a los textos, los usuarios pudieron fácilmente comprender la información y los pasos a seguir en cada receta, mencionando que están muy claro los pasos a seguir. En la sección de presentar los ingredientes se mencionó que hay ciertos ingredientes como el pepino que deberían bajar la intensidad de su color para asemejarse más al ingrediente que se busca representar en la ilustración. Por otro lado, las recetas fueron de gran gusto de los usuarios comentando que al ver las fotografías de las recetas les parecían muy ricas para probarlas en casa y que lucen atractivas, de la misma manera los personajes recibieron críticas muy favorables, mencionando que tienen aspectos muy alegres, infantiles y tiernos.

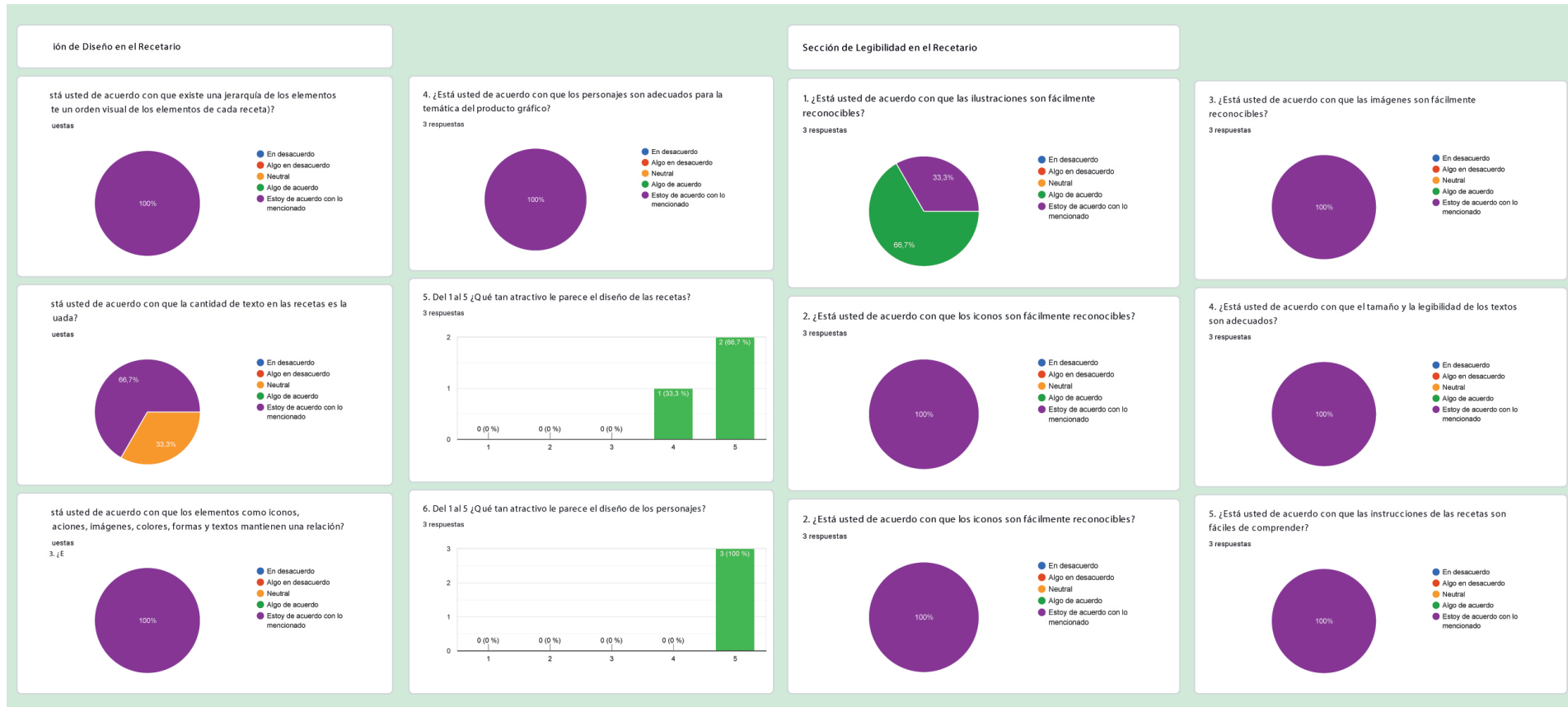
Para culminar, enfocándonos en el valor de la información, mencionaron que los datos presentados en el material les parecen educativos, pero les gustaría que se proporcione alternativas de ingredientes a las recetas porque hay alimentos como las aceitunas que nos son del agrado de ellos, también una sección de postres o aperitivos.

Figura 36
Validación con los usuarios



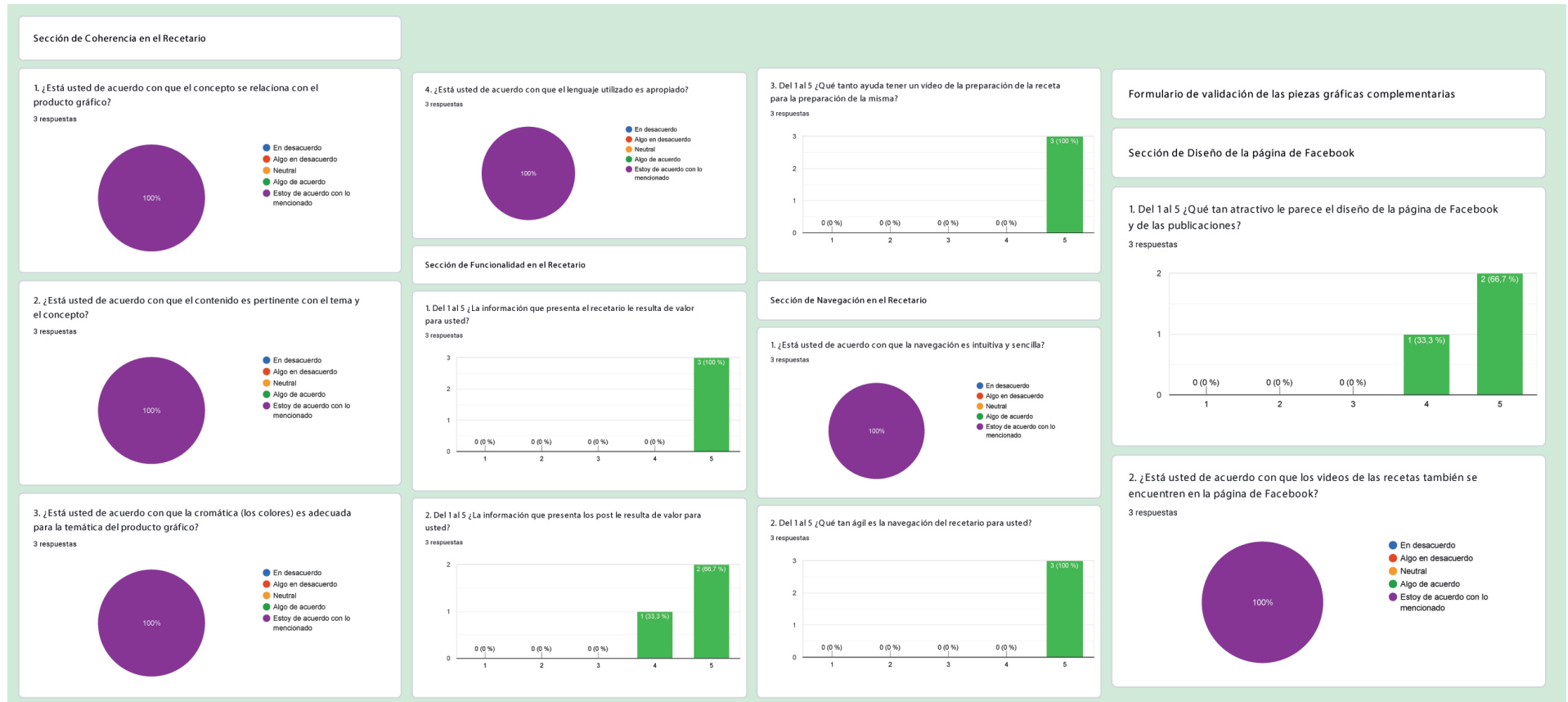
Nota. Cristina Villalba y Fabián Espinoza manipulando el producto gráfico.

Tabla 13
Formulario de validación parte 1



Nota. Respuestas de los usuarios con relación al producto.

Tabla 14
Formulario de validación parte 2



Nota. Respuestas de los usuarios con relación al producto.

Tabla 15
Formulario de validación parte 3



Nota. Respuestas de los usuarios con relación al producto.

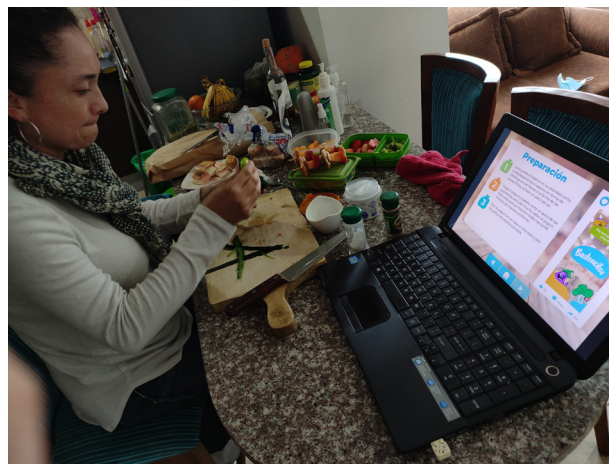
Para probar si las recetas eran lo suficientemente claras y fáciles de poner a prueba, se contó con la ayuda de Mari Jarrin, es madre de una niña de 2 años, ella preparó una receta de la hora del desayuno y una receta de la cena, también evaluó los diferentes elementos que son partes del material como se observa en la figura 37, para esta actividad se utilizó la observación participante para determinar la funcionalidad del material.

Al iniciar esta actividad se le otorgó el material para que lo manipulara en su totalidad, en su recorrido no existió ningún problema en comprender los textos, imágenes e ilustraciones, pero tuvo problemas con el botón para pasar de información en la tarjeta del personaje, no entendía el funcionamiento del botón.

En la sección de los pasos para preparar las banderillas, ella con facilidad leía detenidamente las instrucciones y acomodaba los ingredientes como se mencionaba en la receta, en su experiencia menciona que los pasos son sencillos de comprender y el video es un buen complemento para entender la receta.

Al continuar explorando las páginas del material, presentaba interés por las diversas recetas, al llegar a la receta de los bastoncitos, ella procedió a seguir los pasos con mucha atención, al finalizar comentó que la receta le gustó mucho su sabor y la presentación, al igual que con la anterior receta las indicaciones eran muy claras, pero preferiría que este escrito poner sal al gusto en vez de un poco de sal.

Figura 37
Validación de las recetas



Nota. Mari cocinando los bastoncitos.

Tabla 16
Ficha de observación

| Principios | Nunca | A veces | Casi Siempre | Siempre | Observaciones |
|---|-------|---------|--------------|---------|--|
| Cumplimiento de los objetivos gráficos | | | | | |
| El usuario maneja con facilidad el material. | | | ● | | Presenta dificultad en los botones de desplazamiento de información en la sección de los datos informativos. |
| El usuario presenta facilidad para leer los textos del material. | | | | ● | |
| El usuario logra manipular los diferentes elementos del material con facilidad. | | | ● | | No reconoce los botones en la sección de los datos informativos. |
| El usuario presenta facilidad para visualizar los las ilustraciones e imágenes. | | | | ● | |
| El usuario mantiene interés por el contenido del material. | | | | ● | |
| El usuario comprende los pasos a seguir la receta. | | | ● | | Prefiere que este escrito (poner sal al gusto) que un poco de sal, menciona que es más específico. |
| El usuario presenta seguridad al momento de cocinar la receta. | | | | ● | |
| El usuario parece entretenido realizando la receta. | | | | ● | |

Nota. Ficha que presenta los resultados del usuario.

Conclusiones

La importancia de que los padres refuercen los hábitos alimenticios con sus hijos es fundamental, como fue mencionado en las primeras páginas, los niños imitan los comportamientos de los padres y aprenden de ellos, por ese motivo es necesario que los padres sean un buen ejemplo para ellos. Por este motivo se concluye que el producto gráfico creado en este proyecto de titulación, enseña a los padres pautas importantes de las diferentes horas de la comida y presenta recetas atractivas para los niños que sirven para complementar sus comidas. Por otro lado, fomenta la participación en el proceso de alimentación entre el niño y los padres, impulsando la creación de buenos hábitos alimenticios.

Dentro de la etapa de investigación del proyecto, se encontró varios materiales que poseían valiosa información acerca de las necesidades nutricionales de los niños de 4 a 5 años, pero que fallaban al contar con extensas cantidades de páginas y textos de carácter científico. Por este motivo estos materiales no generaban suficiente interés en los usuarios a manipularlos y aprender de esta valiosa información, generando que los padres no refuercen tanto en sus hogares los buenos hábitos alimenticios.

Frente a los datos e información a lo largo de la etapa de investigación, se establecieron las necesidades de los padres de los niños de 4 a 5 años para sentirse motivados e interesados a usar materiales que eduquen, generen interés y tenga contenido atractivo acerca de la buena nutrición. De este modo las piezas diseñadas como el recetario, los videos de las recetas, la página de Facebook y sus posts, los stickers y el filtro de fotografía, cumple con las expectativas del usuario de tener un material que presente información nutricional con un respaldo de profesionales de la salud, como de recetas que sean divertidas y visualmente atractivas.

Para finalizar con el proceso de diseño, se contó con la ayuda de la directora del Tomasito y de 4 padres de familia y expertos en diseño para el proceso de validación. Se logra concluir que el material diseñado en este proyecto cumple con todos objetivos de diseño y requerimientos de los usuarios, ganando el interés del público al que se dirige el producto, siendo de fácil manipulación y reproducción de las recetas, sembrando la semilla en la cabeza de los padres de la importancia y lo divertido que es comer sanamente en familia.

Recomendaciones

Al culminar con todas las etapas de este proyecto, se logró descubrir varias recomendaciones para la mejora del material para futuras ediciones o para la creación de materiales que su finalidad sea enseñar buenos hábitos alimenticios a las familias, las necesidades nutricionales de los niños, recetarios de comida saludable para niños, entre diferentes temas que se relacionen a la nutrición.

Se aconseja ampliar más el catálogo de recetas, incorporando recetas de salsas, postres, snacks, entradas de comida, recetas para festividades, y también contar con información del contenido de calorías de cada platillo que se presente en el recetario. Estas recomendaciones se hicieron presente en el proceso de validación, los padres les gustaría ampliar sus conocimientos culinarios y tener esta información para regular más las calorías en las dietas de sus hijos.

Se recomienda incorporar recetas temáticas de días importantes y presentar opciones de ingredientes a las recetas en caso de que algún usuario no sea de su agrado o no pueda comer cierto alimento, por otro lado, también se aconsejó el uso de herramientas como Beacons que ayuden a simplificar el proceso de llevar al usuario a la página de Facebook, videos y al lugar de alojamiento del recetario, estas recomendaciones se presentaron en la etapa de testeó con los padres y el experto en diseño.

Finalmente, se recomienda crear diversas dinámicas para crear más impacto en las redes del Influencer de la sazón, para que la página siga siendo del interés del usuario y pueda seguir aprendiendo acerca de una buena alimentación. Estas ideas se obtuvieron de las validaciones echas a los padres y al experto en el área de diseño.

Bibliografía

Arancibia, D., & Pérez, M. G. (2012). El recetario mágico. España, España: Play Creatividad.

Carreira, M. (2022, 31 enero). Beneficios de la naranja para la salud. canalSALUD. Recuperado 6 de febrero de 2022, de <https://www.salud.mapfre.es/nutricion/alimentos/naranja-vitaminas-nutrientes/>

Castro, D. E. (2020, 23 noviembre). El brócoli es una fuente importante de vitaminas, minerales, fibra y otros nutrientes claves para el desarrollo de los niños. Te contamos por qué incluir el brócoli en la dieta infantil. Mejor con Salud. Recuperado 6 de febrero de 2022, de <https://mejorconsalud.as.com/brocoli-en-la-dieta-infantil-descubre-por-que-es-tan-recomendado/>

FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. 2019. El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2019. Protegerse frente a la desaceleración y el debilitamiento de la economía (pp. 256). Roma, FAO. Recuperado 28 de febrero de 2021, de <http://www.fao.org/3/ca5162es/ca5162es.pdf>

(FAO), (ICBF). (2019). Mi plato, un arcoíris divertido de sabores. Recuperado el 12 de marzo del 2021, de <https://www.icbf.gov.co/bienestar/nutricion/educacion-alimentaria>

Freire WB., Ramírez-Luzuriaga MJ., Belmont P., Mendieta MJ., Silva-Jaramillo MK., Romero N., Sáenz K., Piñeiros P., Gómez LF., Monge R. (2014). Tomo I: Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de la población ecuatoriana de cero a 59 años. ENSANUT-ECU 2012. Ministerio de Salud Pública/ Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. Quito-Ecuador (pp. 710).

ENSANUT. (2018). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición [Diapositiva de PowerPoint]. INEC. https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/ENSANUT/ENSANUT_2018/Principales%20resultados%20ENSANUT_2018.pdf

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos - INEC. (2019). Estadísticas de defunciones generales en el Ecuador. Recuperado 28 de febrero de 2021, de <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Sitios/Defunciones/>

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos - INEC. (2019). Boletín técnico, Registro Estadístico de Defunciones Generales. Recuperado 28 de febrero de 2021, de https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Poblacion_y_Demografia/Nacimientos_Defunciones/2020/Boletin_%20tecnico_%20EDG%202019%20prov.pdf

López, M, y Florez, S. (2018). Sobre la composición nutrimental de la gastronomía típica ecuatoriana. Recuperado 28 de febrero de 2021 http://revalnutricion.sld.cu/index.php/rcan/article/view/603/pdf_79

Lupton, E. (2015). Intuición, acción, creación: Graphic Design Thinking (1.a ed.). Recuperado de <https://www.ggili.com>

Lupton, E. (2019). El diseño como storytelling. Barcelona, España: Editorial Gustavo Gili.

Lopez, J. (2020, 29 octubre). 7 Tipos de influencers, que pueden ayudar a tu marca. Recuperado 8 de mayo de 2021, de <https://www.grupoendor.com/tipos-influencers/>

López, A. M. L. (2014). Curso Diseño gráfico. Fundamentos y Técnicas. ANAYA MULTIMEDIA.

Ministerio de Salud Pública del Ecuador y Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2018). Documento Técnico de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABA) del Ecuador (pp. 22, 23, 27, 28, 31, 33, 35).GABA-ECU 2018.

Mariné., A. (2011). Alimentación y publicidad. Recuperado de <http://www.gordos.com/Noticias/detalle.aspx?dieta=1842&titulo=Alimentacion-y-publicidad>

Muscogiuri, G. (2020). Nutritional recommendations for CoVID-19 quarantine. Recuperado 28 de febrero de 2021, de https://www.nature.com/articles/s41430-020-0635-2?error=cookies_not_supported&code=56d00e5d-1a4d-4d33-bc7c-d09811bf50bc

Tomás Moro, (2020). Reseña Histórica. Recuperado 28 de febrero de 2021, de <https://www.tomasmoro.ec/historia/>

(MPS), (MINEDUC). (2017). Guía de alimentación para padres de familia. Recuperado el 12 de marzo del 2021, de <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/04/GUIA-DE-ALIMENTACION-PADRES-DE-FAMILIA.pdf>

Samara, T. (2008). ELEMENTOS DEL DISEÑO, LOS (Spanish Edition). Barcelona, España: Gustavo Gili.

Samara, T. (2005). Diseñar con y sin retícula (2.a ed., Vol. 1). Barcelona, España: Gustavo Gili.

Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo – Senplades. (2017). Plan Nacional de Desarrollo 2017-2021 Toda Una Vida. Quito. (Version Digital)

Pérez, P. (2021, 9 abril). Las tipografías y su personalidad ¿Qué transmite cada una? Recuperado 8 de mayo de 2021, de <https://paoperez.com/tipografias-personalidad-transmite/>

Romero, B. (2020, 30 marzo). Psicología del Color: Qué es y Significado de los Colores. Recuperado 8 de mayo de 2021, de <https://www.begoromero.com/psicologia-del-color/>

Reyes. M, Gonzales. J, y Tellez. M. (2018). Impacto de la publicidad en los hábitos alimenticios en los niños. Recuperado 28 de febrero de 2021, de <https://e-revistas.uc3m.es/index.php/RECS/article/view/3949/3007>

Quintana, L., Mar, L., Santana, D., González, R. (2020). Alimentación del preescolar y escolar. Recuperado 17 de octubre de 2020, de http://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/alimentacion_escolar.pdf

Unidad Educativa Tomás Moro. (2020). Imagen de post de Facebook. Recuperado el 12 de marzo del 2021, de <https://www.facebook.com/tomasmoroquito/photos/3497358126952625>

Wacom en Español. (2015, 11 noviembre). Sesión 1/10: Ilustración Infantil: Como ilustrar para libros infantiles. [Archivo de vídeo]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=T-dmSKmiXaw&t=4448s> Plan de Creación de Oportunidades 2021–2025 – Secretaría Nacional de Planificación. (2021). Secretaría Nacional de Planificación. Recuperado 12 de enero de 2022, de <https://www.planificacion.gob.ec/plan-de-creacion-de-oportunidades-2021-2025/>

Ware, M. R. (2021, 4 febrero). Beneficios para la salud de la berenjena y recetas sabrosas. Medical News Today. Recuperado 6 de febrero de 2022, de <https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/berenjena#beneficios>

Pérez, A. (2021, 30 agosto). 4 apuntes sobre la iconicidad y sus niveles en el diseño gráfico. ESDESIGN. Recuperado 7 de enero de 2022, de <https://www.esdesignbarcelona.com/actualidad/disenio-grafico/4-apuntes-sobre-la-iconicidad-y-sus-niveles-en-el-disenio-grafico>

Anexos

Anexo 1

Entrevista semi-estructurada a la docente del Tomasito Victoria Cevallos.

En su malla curricular, ¿Qué temas abordan sobre la correcta nutrición?

Bueno, verás nosotros trabajamos con destrezas, es un listado de habilidades que tenemos que ir desarrollando en cada unidad y ahí la de promover hábitos alimenticios saludables, hábitos de una vida saludable, hábitos de cuidado del entorno y como somos un colegio PEC y paralelo a las destrezas, nosotros trabajamos por medio de unidades de indagación, entonces si tenemos dos unidades específicas en la una es ¿Quiénes somos?, ¿Dónde nosotros descubrimos?, ¿Quiénes somos nosotros como parte de una institución? y además de eso ¿Quiénes somos nosotros como individuos?. Entonces ahí se ve mucho lo que es la autonomía la independencia y el cuidado que tú tienes de ti mismo, entonces ahí se maneja todo esto lo que es la buena alimentación y hábitos de salud saludable. La otra unidad que tenemos es ¿Cómo compartimos el planeta?, en esta parte nosotros profundizamos más sobre las necesidades de los seres vivos, sobre el ciclo vital de los seres vivos, sobre los beneficios que recibimos nosotros de nuestro entorno y también de como nosotros podemos aportar para que esté entorno esté saludable entonces ahí todo va conectado. También hacemos una investigación de cuáles son las cosas nutritivas y cuáles son las no nutritivas, de dónde vienen estos productos y a quién tenemos que agradecer, también el ¿Como nosotros podemos colaborar con el entorno?, entonces ciertas planificaciones específicas y las tenemos a lo largo del año.

En este tipo de destrezas que se enseñan ¿En qué materias se enseñan, por ejemplo en ciencias naturales o en algún tipo de materia relacionada?

Verás como nosotros estamos en el nivel inicial. Nosotros nos llamamos preparatoria según nos dicen Ministerio de Educación nuestra malla curricular no tiene estas materias como ciencias naturales, como ciencias sociales, sino que nosotros trabajamos por ámbitos. A partir del segundo de básica que empiezan dónde es la primaria podríamos así decirlo ellos ya tienen como ciencias naturales, ciencias sociales, en el nivel de preparatoria donde están los niños que empiezan desde los 6 años. Nosotros nos manejamos por ámbitos. Hazle cuenta que las materias se llaman ámbito, entonces tenemos el ámbito de identidad y autonomía que es uno de ellos donde trabajamos y donde va con esta unidad que te decía que estamos viendo ¿Quiénes somos? y ¿Cómo podemos cuidarnos a nosotros mismos? y hay otro ámbito que se llama relación del medio natural y cultural, entonces este ámbito viene incluido lo que son ciencias naturales y lo que son ciencias sociales, entonces en estos dos ámbitos. Nosotros nos manejamos con estas destrezas.

Okay, Y en este caso en este tipo de destrezas, ¿Utilizan algún tipo de material específico por ustedes o de dónde sacaron ese material o cómo es la dinámica para que los niños aprendan sobre el tema de la nutrición?

Ya verás nosotros tenemos primero mucho material concreto, entonces la cosa hazle cuenta que la educación no es solamente que tú aprendes una cosa, sino que todo está relacionado, entonces estamos aprendiendo sobre las frutas, pero lo estamos haciendo través de un rompecabezas. Entonces con esto los niños al momento que encajan las piezas de la uva. Ellos están desarrollando la fuerza motriz para coger el objeto, esta coordinación de ojo y mano para ponerlo en el lugar correcto y entonces se desarrollan otras cosas y el tema de la buena nutrición. Entonces siempre tenemos material concreto. Además de eso tenemos acceso a la tecnología, nosotros tenemos un proyector, un iPad en la clase, tenemos los libros de trabajo. Entonces estamos trabajando grande y pequeño. Entonces estamos en esta unidad y tenemos la comida saludable y sigo con ejemplo de las frutas, entonces les digo, vamos a clasificar las uvas grandes con las uvas pequeñas o vamos a clasificar donde hay más uvas y donde hay menos, más o menos es así. Hay algún material que si nos da el contexto de trabajo que los niños tienen. Pero si nosotros tenemos todo el acceso a la tecnología, a las flashcards, a las imágenes lo que sea necesario y además de eso porque es un nivel inicial. Nosotros trabajamos con cosas que son reales, entonces pedimos para hacer un desayuno, por ejemplo, tengo mi manzana y tengo por ahí el resto de mi desayuno, porque hoy hicimos un desayuno de acción de gracias, entonces trabajamos lo que es acción de gracias, en este momento estamos en una unidad donde nos encontramos en el tiempo y en el espacio, vamos, viendo tradiciones alrededor del mundo, entonces justamente conectamos esta tradición que está en otro lugar del mundo, pero nosotros lo hacemos y vemos con los niños, tú que estás comiendo, es saludable y eso porque no es saludable. Por qué la educación no es solamente lo que planifiques para una clase, sino es lo que desarrollas en el día a día. Pero si Contamos con muchos recursos.

Listo, entonces hoy en día en la normalidad que vivimos ¿ha cambiado la forma de enseñanza, ósea por ejemplo Como es ese rompecabezas que me mencionó anteriormente, ahora son virtuales o cómo funciona ahora?

Nos ha tocado usar más tecnología para ciertas cosas. El momento en el que tú haces un proceso de enseñanza, hay que llegar a los tres tipos que son: los que pueden ver, los que pueden escuchar y los que pueden escuchar y ver, los que son más kinestésicos. Nosotros tenemos que llegar a todos juntos para la parte visual aquí tenemos que los juguetes o utilizamos videos, por ejemplo, el otro día nos conseguimos un rompecabezas que iban uniendo en la pantalla, luego les mandamos a ellos la planificación en el que dice el lunes vamos a hacer esto y ellos ya tienen listo, entonces ellos tienen por ejemplo, los pequeñitos no recortan sino los papás les dan recortando y armamos el rompecabezas juntos. Entonces más o menos la metodología es así siempre ha sido el tratar de hacer varias actividades que se conecten a una cosa, entonces no es que sólo nos sentamos y empezamos a llenar una página del libro, debemos tener varios estímulos.

Ahora, bueno entonces antes lo hacíamos con cosas más concretas porque tenemos todo el material en el Tomasito, entonces no le puedo pedir a los papás que tengan el rompecabezas de frutas, de verduras porque sería muy difícil, pero si estamos tratando de ingeniárnosla y también cambio en el hecho que nos ha tocado ser más recursivos, perder el miedo a la tecnología porque los profes amamos mucho las cosas concretas, pero nos ha tocaban aprender, pero sí ha cambiado, si ha cambiado un poco, pero el proceso es el mismo. El cómo ha cambiado, pero el proceso sigue siendo igual.

Y ¿Cómo se podría mejorar desde la parte interactiva gráfica las experiencias estas experiencias que tienen los niños?

Veras esta parte de aquí nosotros la trabajamos siempre en el día a día. Porque no es lo mismo hacer una planificación de que vamos a ver hoy las uvas grandes y las uvas, chiquitas y si no es una cuestión de hacer hábitos todos los días. Entonces por ejemplo, nosotros tenemos la actividad de inicio, donde vemos ¿Qué día es hoy?, el clima, ¿Quién vino?, ¿Quién no vino? y también les preguntamos ¿Qué hicieron ayer? y ¿Que comiste ayer? o ¿Qué es lo que hoy desayunaste?, entonces siempre vamos motivando estas cosas hay ratos en que llevo brócolis y les digo estos arbolitos hermosos vamos a comerlos con una salsa súper especial y ellos te cuentan, hay que bestia, qué rico, porque el poder del grupo es fuerte y el niño por tratar de pertenecer a un grupo adopta muchas conductas, entonces es muy muy fácil coger y felicitar una buena conducta positiva, hace que los demás también quieran hacerlo y los niños dicen que yo también ya comí ahora el tomate y ese es una emoción enorme porque vamos fomentando cada día. Además nosotros tenemos el snack en el Tomasito, entonces ahí sí, vamos viendo que los niños dicen no me quiero comer estas pelotas, entonces les decimos vamos a averiguar cómo se llaman esas pelotas tienen investigación para la casa ¿Qué son esas pelotas verdes? vienen y nos muestran diferentes opciones a la final descubrimos que son arvejas. Entonces no es una cosa de un día si no es trabajo constante de todos los días.

Y ¿Cuál de estos alimentos en su experiencia cree que los niños les cuestan más comer?

O sea, verás en la actualidad, hay muchos niños que no toleran la carne. O sea, todos estos productos que vienen de origen animal tiene mucho que ver con esta onda de seamos más verdes, un poco más considerados con la naturaleza, tratemos de comer cosas más sustentables. Entonces si hay niños que ahora prefieren comer vegetales que comer una salchicha, lo que sí les cuesta son las texturas. O sea, puede que la cosa esté riquísima, pero la ven y dicen, no, pero está baboso o esto está duro y es porque claro los papás por la comodidad de que el niño coma más rápido les dan muchas cosas blandas. O sea, en lugar de darles una sopa en la que está en los vegetales cortados, les dan una crema porque el niño se la va a comer más rápido no es tanto que los niños no les guste una u otra cosa, sino es la falta de costumbre, porque la vida de los papás no les permite darles el tiempo de vamos a comer, entonces es más fácil darle

¿Usted ha visto que alguno de ellos tiene algún problema de nutrición por ejemplo algunos son gorditos, otros se ven anémicos o todos se encuentran en un rango normal?

Bueno, sabes que mayormente tenemos niños que los cuidan mucho sus papas, que están muy pendientes, que los llevan al pediatra que si ya se pone mal le llevan al nutricionista, entonces podríamos decir que teníamos así un caso de un niño extremadamente delgado, pero igual come, pero come poco, pero no es que esté mal sino, igual toman sus multivitamínicos, tiene papás que están muy pendientes, tienen mucha suerte la verdad.

¿Usted cree que es importante que tanto los padres como la instrucción trabajen en conjunto para impulsar estos temas de la nutrición, porque de lo que me dice, es como que los padres obviamente están ocupados, verdad, entonces los padres de un poquito más de importancia hacia la nutrición de los niños para que se adapten este tipo de texturas y que aprendan a comer todo?

Sabes que sí es importante, realmente es algo necesario porque el papel del docente cambio, o sea, el docente ya no es el que se para frente a los niños y les da una información de cosas que solamente datos informativos. La educación realmente cambio para generar aprendizajes y necesitamos también educar a los papás, porque no es que sean mal educados, sino porque necesitan mucha guía. El mundo realmente cambio, entonces claro, son papás que tratan de hacer lo mejor que pueden, pero no están analizando esto que dices de las texturas, entonces sí le doy el brócoli, les doy la zanahoria, le doy toda la nutrición, pero mi hijo se está perdiendo de las otras cosas. Entonces sabes que tenemos charlas de alimentación saludable, el departamento de enfermería ayuda con par que se les motiva a los papás, pero es súper difícil trabajar con ellos porque es cambiar los hábitos que ya tienen. Entonces nosotros tratamos de darles como luz de oye es importante de que aprenda masticar, que aprenda a tener esa textura en su boca, pero claro, que se los lleva a cabo en el día a día es difícil. Entonces nosotros también nos manejamos por el lado de los niños, porque si te al hijo le dan sopa, él dice no mami, no quiero la sopa, quiero brócoli, porque la Viki me dio brócoli y es riquísimo. La mamá se va a ver forzada, entonces nosotros a los niños tratamos siempre de motivarlos. También tenemos talleres de nutrición, se llama el taller de comida saludable o algo así pero es súper didáctico y los niños se disfrazan de brócoli y les motivamos a los chicos, les damos una estrella de que lo estás haciendo superbién por el lado de los niños y tratamos de llegar los papás, pueden mejorar, Sí, pero no es el punto en que están descuidados, sino que les cuesta un poco y darse tiempo.

¿Ustedes les mandan algún material o sólo son estas charlas?

Las charlas de los niños son súper didácticas como obras de teatro y en vivo y a los papás se le dan presentaciones, en las que se pone a los papás pero visualmente pones tres puntos como que mastique, que tomen agua y cosas así, también se les comparte la esta presentación o toman fotos para tener.

Anexo2

Entrevista semi-estructurada a la docente del Tomasito Daniela Troccoli.

¿En su malla curricular adoptan los temas de la correcta nutrición?

Si nosotros tenemos una planificación que abarcan muchos temas dentro de un solo tema, entonces te explico un poco, por ejemplo ahorita estamos viendo la familia y dentro de la familia, hay subtemas que nosotros abordamos y cuando hablamos específicamente de nutrición, nosotros lo que hacemos es incluir dentro de sus cada tema hábitos alimenticios saludables, entonces te voy a poner un ejemplo, hemos estado esta última temporada trabajando patrones con los niños como parte de su desarrollo lógico matemático, lo que hicimos es crear pinchos de frutas creando el patrón de esa manera, lo que nosotros hacemos es crear una conciencia de que de que pueden divertirse y alimentarse de una manera sana y aprender también ese es un ejemplo. Otro ejemplo que te puedo dar ahora, vamos a festejar las fiestas de Quito este viernes y generalmente, nosotros en la presencialidad lo que hacíamos era llevar platos típicos, pero siempre creando esta conciencia de lo que tenemos que comer sea saludable, entonces pedíamos chochos con tostado o pedíamos habas, pedíamos mote cocinado y este viernes como no vamos a poder vernos hemos buscado una receta que más que sea más saludable.

Y con este tema de la nutrición ¿Tal vez ustedes tienen algún material que les ayude con este tema de comer sano, donde muestre imágenes?

Bueno, te cuento que en la edad en la que yo trabajo, los niños son muy sensoriales todavía. Entonces lo que buscamos es que todo se pueda tocar, tenemos este tipo de carteles donde tenemos imágenes que nos permiten demostrar que son los tipos de alimentos saludables, tenemos flashcards que son tarjetas de todo tipo, tanto de comida saludable, como de comida no saludable. Entonces ellos van haciendo esta distinción en lo que puede ser saludable y lo que no, healthy or unhealthy. Entonces así nosotros nos manejamos. Yo les muestro las flashcards y ellos me dicen healthy y también les enseñé que hay cosas y alimentos para probar. Que pueden probar una vez a la semana o al mes, que no es tan dañino como generalmente piensan. Entonces ellos con el dedo me señalaban lo saludable o no saludable. Por ejemplo, un día les traje Coca cola, chicles, un montón de cosas y les presento la pantalla y ellos me van diciendo su explicación. Me gusta ser muy recursiva y sobre todo por la edad que ellos tienen para que ellos empiecen a distinguir desde ahí. Con respecto a lo de los sentidos al momento del gusto utilizamos canela, sal, también utilizamos azúcar y aunque no lo creas, ellos tienen cierto rechazo a las cosas dulces, porque les pedí que se pongan un poco de azúcar en la lengua y el rechazo fue súper evidente.

Y en su experiencia como profesora, ¿Cree que los padres por el tema del trabajo, les cuesta dar esa enseñanza a los hijos de como comer ciertas texturas, ha notado algo parecido?

A ver, te cuento, cuando nosotros estábamos en la presencialidad, era mucho más evidente que esta predisposición de los niños a probar diferentes alimentos cuando estaban con nosotros en la mesa del comedor del cole, nuestra regla, era que tienes que probar al menos para saber si te gusta o no, y eran brócoli, zucchinis, zanahorias cosas así, entonces eran vegetales y cosas saludables. Eh notado que ahora en casa y por la rutina que ha cambiado tan repentinamente, se ha perdido un poco de esos hábitos, para tenerles calmados y contentos y que puedan comer, los papis les dan a ellos lo que a ellos les guste, entonces la semana anterior tuvimos un brunch de acción de gracias, entonces la mayoría de las cosas eran saludables, había granola, avena, yogurt y fruta picada, pero también había el otro lado que tienen chupete a las 9 de la mañana, una barra de chocolate y jugó pero no era natural. Entonces te pones a pensar que es este espacio de no salir de tu zona de confort, para que el niño coma lo que ellos quieran y los padres puedan manejar la rutina de mejor manera.

Claro, bueno, en la anterior entrevista me mencionaron que en la institución hacen conferencias que hablan con los papis sobre la buena alimentación. Entonces no sé qué piensa usted, pero ¿Cree que es importante que tanto los padres como la institución trabajen en conjunto, para tener ese seguimiento con los niños desde casa tal vez con un material cree que es importante?

Creo que es importante no sólo para los niños, porque un buen hábito alimenticio empieza desde los grandes, porque nosotros somos el ejemplo, porque nosotros modelamos frente a ellos. Entonces si soy una mamá, un papá o una profesora que les estoy pidiendo que coman bien pero de repente me ven con un chupete o tomándome una Coca Cola, creo que es contradictorio. Entonces ellos tienen que aprender a decir sí o no y aprender los alimentos que son buenos y los alimentos que son malos pero creo que nosotros somos un modelo. Entonces creo que educar a los adultos para luego educar a los niños es súper importante.

Y desde la malla curricular no hay como una materia en sí llamada ciencias naturales, sino que desde cada enseñanza que les dan se introduce este tema de la nutrición ¿Verdad?

Bueno te hablo desde mi experiencia. Yo por ejemplo soy maestra de inglés, pero cómo yo tengo un cargo alto, de hecho mi cargo es el más fuerte con los niños yo tengo más horas con ellos y pasó más tiempo, pero como manejamos un currículo que se complementa, todas las otras

materias también abarcan estos temas, entonces entra español desde su maya a aportar. Por ejemplo si nosotros estamos viendo frutas, ellos hacen una construcción de ensalada de fruta con los niños para que para que el currículum se vaya complementando, entonces lo que hacemos generalmente, también es compartir estos eventos y experiencias en grupo, no se dividen en materia sino por ejemplo las fiestas de Quito, se unen las profes de materias especiales como Español e Inglés para que ellos vean que todas estamos abarcando de la misma manera y estamos alineadas en ese sentido.

Y en este tema de la comida, en la anterior entrevista hablábamos de que como los niños tienen cierto rechazo algunos alimentos, por ejemplo, hay niños que le dicen a las arvejas pelotitas. Entonces la profesora les mandaba investigar que eran esas pelotitas. Entonces en su experiencia, ¿Cómo se maneja este tipo de situaciones en las que al niño no le gusta comer cierto tipo de alimento?

A ver, en mi experiencia los alimentos que más rechazado el zucchini, porque teníamos una pasta tipo lacito enrollado con zanahoria y zucchini y un tipo de mayonesa por así decirlo, entonces en el lunch yo les veía que sacaba con el dedito cada zanahoria y cada zucchini. Entonces creo que esas son los alimentos más fuertes. Tenían problemas con él tomate, las cosas verdes en general genera muchos rechazo en los niños, no entiendo todavía porque pero por ejemplo el brócoli negado, para muchos niños y aunque les hagas la historia del arbolito y del bosquecito no quieren comer y no funcionaba. Curiosamente en mi último año los embutidos. También creo que hay una conciencia detrás de eso en casa. Había niños que amaban las salchichas y otros que no les gustaban las salchichas, ni el queso y no les gustaba el jamón. Tenemos también algunos niños intolerantes a los lácteos.

Y en su aula o en sus estudiantes ¿Ha notado que alguno de ellos tiene algún problema de nutrición, por ejemplo son gorditos o usted les ve anémicos?

A ver, en mi clase era bastante común en las niñas sobre todo pesos súper bajitos y les escuchabas, No mi mami, me dio la emulsión de Scott, estamos hablando de que son niños de 5 a 6 años. Entonces si se notaba que había un refuerzo doble en casa a veces triple de todo lo que necesitaba. Bueno, el año pasado sí tuve una niña con sobrepeso, no exagerado, pero si tenía sobrepeso y en casa lo manejaban bastante bien, pero le hacían notar y creo que eso está bien y es súper importante que note que tenía sobrepeso. Ella nos decía que por favor no le digan de cariño, gordita o calificativos de ese tipo, entonces más bien buscaba dar la vuelta a eso y le decía que era hermosa y que era muy linda y además que tenía un apetito único. Creo que eso es súper importante el manejo de las porciones a veces creemos que porque son niños las porción tiene

que ser súper reducida y nos pasaba eso en el lunch. Mis niños con la actividad y la carga y la quema de energía que tenían durante el día, si se quedaban con hambre. Entonces está chiquita, por ejemplo terminaba su plato que era un plato normal y había un puñado de comida como el tamaño de mi mano en el plato y luego buscaba que comer, y si había faltado algún amigo o podía repetirse se repetía, no dos veces, sino hasta tres veces. Entonces creo que no hay control en las porciones y eso es súper importante y siempre me pasaba constantemente. Por ejemplo, había días en los que les daban puré con salchichas cocinadas y todo eso les encantaba, pero la porción era muy reducida para los niños de esa edad. Entonces sí es que sobraba o había el chance de repetirse lo hacían. Pero por ejemplo si mi clase de 15 faltaron dos, yo tenía dos platos extra que podía darles a los niños ese rato a los que querían repetirse en ese momento. Generalmente cuando están todos y es algún tipo de comida como muffin o un pedazo de pastel, en eso no hay repetición.

Entonces al momento de darles la comida, ¿hay días en que les dan postrecitos saludables con frutas o son postres que tienen así tú glaseado o ese tipo de postres o varían poco a poco?

No, nosotros teníamos postres como cupcakes normales así de naranja, pero no era que tenían harina diferente, ni sugar free ni nada de eso. Venían a veces espolvoreados con un poco de azúcar impalpable, había días en que nos daba un brownie, o sea, yo te digo maravillosos en sabor, pero claro son una bomba y si a eso le sumas, no sé me invento de fruta siempre acompañaba en el plato de lunch con una fruta y agua, entonces si hay fruta para que jugó. Entonces por ejemplo, había combinaciones que nosotros hacíamos observaciones en las que te daban brownie y la fruta era plátano, entonces era una bomba en todo sentido, ellos están súper exaltados porque les diste una carga brutal de dulce, o sea, entonces sí hicimos observaciones de ese tipo. De ahí les daban manzanas, frutillas, peras, uvas, y esos son los tipos de acompañamiento de fruta que les damos.

Y al hacer este tipo de observaciones, ¿Hubo un cambio drástico en la comida que les daban o menos medida de esa comida o cómo fue el cambio?

Si hay días en los que se notaba más que el menú estaba mucho más balanceado, había días en los que aún teníamos observaciones. Por ejemplo estuvimos siempre en contra de un como un Jamón con queso en el centro que estaba apanado, entonces tiene altísimo nivel de grasa en todo sentido porque si está rico pero la grasa del queso y del jamón era tenaz. Otro ejemplo les daban como unas salchichas embotajadas y apanadas por fuera.

¿Y estos cambios lo hacen con algún tipo de equipo nutricional o cómo son estos cambios?

Bueno, en el lugar de bienestar estudiantil se encarga de manejar todo esto. Entonces nosotros ponemos nuestros comentarios en un formato. Además que tenemos ese comentario se dirigen a la parte de bienestar estudiantil y obviamente a la parte de enfermería y de cocina para que

tomen las medidas adecuadas. De hecho, sí hubo muchos cambios porque hablábamos de mucha conciencia ambiental, entonces se cambió la vajilla por cosas reciclables y reutilizables. Eso también fue súper importante, incluso en el lunch que nosotros tenemos como profe, porque el colegio nos da el lunch, entonces tenemos un lunch.

Y ahora recordando el material con el que trabaja y me mostró, ¿Qué es lo más llamativo que les atrae a los niños sobre ese material, por ejemplo, las ilustraciones, los colores, las formas?

Tiene que ser súper gráfico porque ellos son súper visuales, pero también la parte de textura, entonces cuando hacemos una introducción al nuevo vocabulario o estamos viendo frutas las mostramos físicamente. Les hago tocar, les hago oler. Entonces las preguntas ¿De qué color es?, si puedo les parto y les doy para que prueben un poquito, para que te digan ¿A qué sabe? y es súper importante que tengas experiencias, es lo más importante, ahora si a eso le añades un títere o un amigo que quiere. Ósea por ejemplo éste es mi títere que me acompaña y les digo que el panda se siente mal porque ha comido demasiados dulces y le vamos a recomendar al panda alimentos saludables para que se ponga mejor de su pancita, entonces eso los enganchan un montón con este tipo de cosas nos sirve para que tengas la atención y un aprendizaje significativo.

Anexo 3

Entrevista semi-estructurada a la directora Cristina Baca del Tomasito

En su malla curricular ¿Cómo abordan estos temas de la nutrición?

Todos los temas incluyendo el tema de nutrición forman parte de unas materias que se llaman unidades de indagación. Nosotros trabajamos por unidades de indagación, entonces los temas de la nutrición están implícitos en las unidades de salud de bienestar es como una malla transversal así como los valores. Independientemente hay unidades de indagación que están más enfocadas a los temas nutricionales. Sin embargo el tema de trabajo de la nutrición se hace diario con los niños, se hace desde la práctica cotidiana de lo que les damos en el Tomasito, por ejemplo: ahorita estamos en una modalidad totalmente diferente, pero normalmente, les acompañamos desde ese espacio y también apoyamos a los padres y les apoyamos a que ellos también les ayuden a sus niños puedan identificar entre una comida saludable y no saludable, de hecho ellos lo hacen, entonces es chistoso, porque sí logran hacer esta identificación los niños de 4 y 5 años. De dos y tres años todavía no, pero están en proceso y hablamos del tema de las comidas saludables y de la existencia de comida que solo hay que comer un poco y no mucho, o sea, tú puedes comer bien y variado, pero no demasiado, por ejemplo de dulces o caramelos y ahora que fue el día de los dulces en Halloween, obviamente los niños se llenan de dulces y de cosas, entonces estamos conversando en la cotidianidad con los niños, ahora digo virtualmente, pero lo usual es presencial.

Entonces el trabajo se realiza de esta manera, como te digo es una realidad lo que se hace con los niños pequeños es trabajar con ellos en la cotidianidad. El tema de la teoría para ellos no funciona en sí, puedes hablar desde la teoría pero no les enseñas en la práctica ni en el día a día. Ellos aprenden a través de la experiencia. Entonces definitivamente así es como nosotros trabajamos, está implícito en la malla curricular, o sea, está explícito más bien dicho en la malla curricular, pero diga o no diga eso, tenga o no tenga relación directa, igual cuando es pertinente nosotros trabajamos con los niños de todas maneras y los valores también. Entonces te hablo. Yo te puedo decir del respeto el día lunes pero en realidad

el respeto se habla todos los días porque es una cosa muy cotidiana, es una cosa que los niños les tienes que ir enseñando en la acción para que los niños de niños tengan algún tipo de aprendizaje.

¿Y el Ministerio les entrega algún material especial para que los docentes puedan hablar de este tipo de temas con los niños?

A ver el Ministerio si da guías que son como unas guías didácticas con relación a una variedad de temas, pero te voy a contar de quien hemos recibido más bien. Nosotros hacemos anualmente una charlas, pero una charla didáctica con una metodología lúdica, y es de la PUCE de sus estudiantes de nutrición, justamente de la de la escuela de nutrición. Ellos nos visitan y de hecho, ellos hicieron la visita virtual y estábamos con los niños entonces tuvieron un espacio con los niños para enfatizar y hablar sobre este tema de la nutrición, entonces realmente hemos tenido esto al menos unos tres años. Creo que se llama Nataly Jarrin me parece que es esta persona que nos envía siempre estudiantes de la PUCE de nutrición y ellos dan como una metodología lúdica. Y a partir de eso nosotros lo que hacemos justamente es seguir en base a lo que nosotros hemos recibido en ese taller y reforzando con los niños, Entonces por ejemplo en el Tomasito, el tema de refrigerio es un refrigerio variado en donde nosotros les decimos a los niños que van a recibir un plato de alimentos de tres colores diferentes, entonces el plato tiene que verse colorido y les explicamos porque, o sea, el color que significa, porque es importante que consumamos diferentes colores en el plato y porque hay que probar por lo menos para impulsarlos a que prueben porque a veces hay ciertos alimentos que nunca les han dado. De hecho al inicio puede haber rechazó, entonces claro es un momento de compartir y de conversar. Los niños también comparten buenos hábitos alimenticios. Mira si yo probé este arbolito que le dicen el brócoli les decimos que este arbolito te hace esto y te da estos beneficios o zanahoria, el por qué se consume a la zanahoria, qué beneficios tienen para nuestros ojos. Entonces claro es una guía lúdica, pero que se da en la cotidianidad y en la experiencia como te digo este tema de hablar de teoría más adelante en primaria y secundaria, ahí empiezan a saber de una manera más fundamental y teórica tal vez, pero lo que nosotros empezamos es a plantar justamente las bases que implica que ellos conozcan que hay una variedad y que empiecen a diferenciar entre lo que es saludable y entre lo que no es saludable. También hablamos de porciones, de qué es lo que es recomendado, ósea está bien si me como un chupete entonces tú les dices si te comes uno está bien, pero no te puedes comer cinco. Entonces también hablamos de cantidad, porque también no hay que satanizar a esa edad ese tipo de comida, entonces nosotros no satanizamos los dulces, pero si hablamos de porciones en todo lo que hacemos, en días especiales u ocasiones especiales.

¿Y en estos días especiales, les dan algún postrecito o tipo de dulce o cómo es que les dan los alimentos o cuándo son estos días especiales?

Sí, de hecho hay un día a la semana que los papás y los niños piden que haya un día en el que puedan comer esto porque como te digo nosotros no satanizamos los dulces ni los ni los salados. Nosotros en el Tomasito, tratamos de que haya dualidad y de hecho nosotros no sólo trabajamos con niños en el Tomasito, sino también apoyamos a los papás en casa porque hay niños que por ciertas razones llevan sus refrigerios de la casa y finalmente los refrigerios terminan siendo pura comida chatarra. Entonces, claro también es necesario trabajar el tema con los papás desde

casa o por ejemplo que se rehúsan a comer variedad de alimentos en el Tomasito, porque claro el Tomasito es un momento, es un refrigerio en el día y en realidad ellos tienen 5 comidas más en casa. Entonces, claro, nosotros lo que tratamos es realmente de apoyar, sugerir y de acompañar a las familias. También tenemos una doctora y un servicio médico en el Tomasito. Entonces se trata justamente de direccionar la talla que es correspondiente a la edad, el peso y hay muchas cosas que están relacionadas. La nutricionista dentro de lo que nosotros damos de los temas de bienestar y que solamente no es la comida, sino también otros elementos que tienen que ver con las características personales del niño y la familia, por ejemplo, una familia que tiende a la obesidad o una familia que tiende a ser demasiado sedentaria. Entonces hay muchas cosas que hay que trabajar con cada familia. Se enfoca en la parte de recomendaciones que requieren porque cada caso es muy distinto, entonces como te digo, hay familias que dicen no, que Nosotros comemos todos los vegetales, pero no es así, porque el niño no se atreve a probar otros alimentos que no sé a lo que están acostumbrados a comer, entonces nosotras decimos bueno, amplíemos la variedad, por ejemplo de alimentos, amplíemos poquito a poquito para que el niño también se encuentre bien, porque en esas otras cinco comidas también necesitamos ese apoyo en casa porque nosotros somos un complemento de lo que les dan en la casa.

Entonces este tipo de apoyo sería mandándoles algún tipo de material especial a los papis o una conferencia o como es el tipo de apoyo que se les da a los padres?

A ver, nosotros en cuanto a charlas, el servicio médico está a cargo de las charlas médicas. Entonces cada vez ellos identifican necesidades que estamos viendo en la comunidad de acuerdo a nuestros cuadros estadísticos de información que tenemos. Entonces, por eso te digo, primero partimos de datos en cuanto al servicio médico, pero ellos tienen los datos estadísticos de dónde parten el peso, la talla y luego nosotros las profesoras, complementamos con lo que logramos ver, que esta no son datos estadísticos, pero sí, tenemos información que personalizada de cómo está un niño, por ejemplo, nosotros pensamos en la salud integral de los niños, y por ejemplo nosotros le vemos los dientecitos que no están en buen estado y empezamos a recabar información y ves que el niño se toma una leche chocolatada antes de dormir y no le acompañan a lavarse los dientes, entonces todas las cosas que fueron parte de la nutrición y lo que implica la salud integral. Entonces como te digo las profesoras tienen un ojo clínico increíble con una observación exhaustiva no solamente de los datos sino de lo que vemos y en lo que podemos percibir de un niño, como si en un año ha subido de peso, entonces claro, lo tratamos de manera muy sutil, pero si les damos recomendaciones con un servicio médico a la familia, en cómo están sus hábitos alimenticios y acompañarlos o direccionarlos a un nutricionista, porque cuando pasa estas situaciones en donde la familia no se está alimentando bien y el niño tampoco se va a ver. Ósea, de pronto los papás no tienen tiempo, pero claro, si tienen tiempo para hacer comida chatarra, por qué no vas a tener el tiempo de hacerte algo saludable en el mismo tiempo y se puede tener opciones planteando alternativas y a veces con los papás ya se requiere un nutricionista que les ayude.

Entonces pensando en esto de invertir el tiempo en cosas saludables ¿Cree usted que sería útil un material que ayuda a los papis a tener información puntual o recetas rápidas saludables con las que puedan alimentar a sus hijos a trabajar con sus hijos desde casa?

Me parecería súper útil porque los papis, como tú bien expresas, cada papi es profesional en su área y tenemos información disponible en medios tecnológicos, o sea millón a veces cuando tú les das algo ya cernido o más ya listo y enfocado al target de los niños y todo eso, les facilitas, evidentemente les facilitas a que haya más opciones y que puedan ser guiados con mayor rapidez y tomar decisiones alimenticias de la semana, entonces el que voy a comprar en el súper y con eso que voy a hacer.

Y en este periodo ¿Usted ha notado casos de niños en que los niños han aumentado de peso, están más delgados o se mantienen regulares?

En este periodo en este periodo, ahorita no tenemos la referencia de detalle del peso real porque no les estamos viendo los niños, pero nosotros al inicio del año como te digo, empezamos tomando estas medidas antropométricas y hacemos todo esto porque no sólo diga el colegio, sino que el Ministerio nos exige como un requerimiento. Entonces los colegios, hacemos este chequeo, no solamente a los estudiantes, sino también del personal. Entonces estamos muy pendientes del tema de las vacunas, o sea, como te digo salud integral. Entonces eso sucede al principio del año claro, los profesores ya durante el año nos vamos dando cuenta de que factores son constantes y qué factores no lo son. También en algunos casos son temporales porque te estoy hablando de esto porque hay ciertos momentos en que los niños pierden el apetito, pero no es porque sea un niño que enfermó, sino que hay ciclos que en el crecimiento nosotros lo consideramos normal, pero lo que sí no es normal es que un niño se rehúsa a comer durante todo el año, o durante todo un mes. Entonces, claro, no pueden dejar de comer su refrigerio, porque los niños necesitan, porque como desayunan tan temprano necesitan comer a media mañana. Entonces como tú bien dices estamos muy pendientes de poderles apoyar y ayudar a las familias a que los niños tengan las comidas que requieren y poderles darles esa ayuda. Entonces lo que tú estás planteando, este como manual o algo muy enfocada a los niños que tengan variedades de propuestas y sobre todo que sean coloridos, porque todo les entra por los ojos, entonces ellos quieren verlo bonito. Entonces pueden hacer una pizza y le pones ahí unos tomates, unos brócolis o tiene una sonrisa de brócoli y unos ojos de tomate Todo se lo comen porque lo ven bonito y es el atractivo. A ellos les atrae e incluso pueden estar jugando hasta con el personaje antes de comérselo y después se lo comen Entonces yo creo que es una excelente propuesta y que van ayudar muchísimo a los papás a que pueden hacer algo que no impliquen mucho tiempo, pero sí le hace una diferencia abismal de la presentación en el plato sea más atractivos, de echo con alimentos e ingredientes sencillos como la lenteja con el arroz, no tan sofisticados, pero sí con gran valor nutricional pero que sea atractivo para que el niño se anime a comer.

Anexo 4

Entrevista a la directora Cristina Baca del Tomasito

Enlace al video de la entrevista: https://puceeduec-my.sharepoint.com/:v:/g/personal/garivas_puce_edu_ec/Ea7QFpseosZMvuJrUGqaXWkBU-7hpkW-T5hbViIJxhG7Xw?e=SxnI2u

Anexo 5

Entrevista a la diseñadora Soraya Quelal

Enlace al video de la entrevista: https://puceeduec-my.sharepoint.com/:v:/g/personal/garivas_puce_edu_ec/EQ-eRo54bSpEmz0wgKboAG8B-D8kKLtcQUtbvWYK_6Xp44g?e=Qjgxpt

Anexo 6

Entrevista de validación 1

Enlace al video de la entrevista: https://puceeduec-my.sharepoint.com/:v:/g/personal/garivas_puce_edu_ec/EXa50iJ0bK5EpenTSmdiStMB-pMM-eTPSKQgMeGT5fs637A?e=Fa68tK

Anexo 7

Formulario de validación 1

Enlace al cuestionario de validación 1: https://puceeduec-my.sharepoint.com/:b:/g/personal/garivas_puce_edu_ec/ERixJT0yQthImgBtXS4G9_oBgkMKQapDaiKuJUtoBJI5VQ?e=9e2pEo

Anexo 8

Prototipo inicial del producto gráfico

Enlace al prototipo: https://puceeduec-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/garivas_puce_edu_ec/Euvumc725DIHrztp0HD0d1cBHJs96ErOy7oZW-fba7bo9qw?e=eio5Me

Anexo 9

Entrevista de validación preliminar con el usuario

Enlace al video de la entrevista: https://puceeduec-my.sharepoint.com/:v:/g/personal/garivas_puce_edu_ec/EWmdG-RtodtKhGU856JnD3QBr-VSHYPLp5ZdbJdXq1GM8XA?e=emjhWb

Anexo 10

Fichas de observación y fotografías del proceso de validación final

Enlace al material: https://puceeduec-my.sharepoint.com/:b:/g/personal/garivas_puce_edu_ec/Eam_nGJ27aZHjdJsXXp8kCABI33NfvPLgKvl-FZ7k8Suheg?e=xiMJbp

Anexo 11

Formulario de validación final

Enlace al material: https://puceeduec-my.sharepoint.com/:b:/g/personal/garivas_puce_edu_ec/ESE8H-UunGBMjGvitHH2sUMBs6dEhkwr-ZXWnuj1v_0Mlw?e=y6Fok9

Anexo 12

Entrevista a la Directora del Tomasito y madre de un estudiante para la validación final

Enlace al video de la entrevista: https://puceeduec-my.sharepoint.com/:v:/g/personal/garivas_puce_edu_ec/EQxqT5Ek0j1Ot01Q6ILM6EcBywJ-T7IsZt5faV_YU6Kdf2g?e=ZHdicU

Anexo 12

Entrevista a la experta en diseño para la validación final

Enlace al video de la entrevista: https://puceeduec-my.sharepoint.com/:v:/g/personal/garivas_puce_edu_ec/EXB0v3YQNP5NvG0YkcPlojMB-pz-Ljabg7tzycVSkvSkVxw?e=bqPXFc



¡Hasta la próxima!