



FACULTAD DE ECOLOGÍA HUMANA

TÍTULO DEL PROYECTO FINAL

Memoria del proceso de generación de contenidos para la creación de la aplicación contra la mala nutrición infantil conocida como “Yummy”

**Para optar al grado de:
Licenciada en Educación Inicial con mención en Psicopedagogía**

**Presentado por:
Doménica María Serratore Vaca**

**Equipo de Asesores:
Adriana Illingworth y Andrés Nader**

**Guayaquil, Ecuador
Noviembre del 2017**

Abstract

Como Proyecto de Aplicación Profesional y trabajo final de titulación, se realizó una aplicación móvil sobre nutrición infantil. Este documento recoge el proceso de generación del contenido para la creación de la aplicación contra la mala nutrición infantil conocida como “Yummy”.

Los objetivos específicos de esta memoria están orientados en brindar información acerca de por qué se eligió la información que actualmente forma parte de la aplicación; se describe cómo ésta está organizada dentro del programa y se identifica qué función cumple cada tipo de contenido para lograr los objetivos de la aplicación “Yummy”.

El aplicativo se logró en conjunto con estudiantes de la Universidad Casa Grande y con personas externas que ayudaron a su creación, es decir que se dio un trabajo interdisciplinario junto a profesionales como nutricionistas, fotógrafos, diseñadores y expertos multimedia.

Palabras claves: Nutrición, Edad Preescolar, Mal nutrición, Aprendizaje, Aplicación Móvil.

Índice

Abstract.....	2
Resumen	4
Denominación	6
Descripción	6
Fundamentación	7
Objetivo general	15
Objetivos específicos.....	15
Destinatarios	15
Actividades	16
Investigación.....	17
Reunión con Nutricionista.....	19
Clasificación de snacks por categorías	19
Tabla de Intercambio	21
Entrevistas	21
Datos Importantes.....	22
Guía de Profesionales	22
Vinculación con otro proyecto - Pausa Por Una Buena Causa.....	22
Barra de menú.....	23
Recomendaciones	23
Recursos humanos	24
Recursos materiales	26
Plan de financiación.....	27
Autoevaluación.....	28
Bibliografía.....	30
ANEXOS	¡Error! Marcador no definido.

Resumen

Esta memoria nace a partir del Proyecto de Aplicación Profesional “Yummy” de la Universidad Casa Grande, desarrollado por primera vez en el año 2017. Fue realizado por un grupo de 5 estudiantes de la carrera Educación Inicial. Este proyecto se desprende del programa de Vinculación con la Colectividad de la Universidad Casa Grande de *Aprendamos* ya que éste busca educar a las personas, tanto niños como adultos por medio de plataformas virtuales, televisión, libros, talleres, entre otros. Es un programa de educación informativa de diversos temas y ha realizado trabajos sobre la nutrición infantil.

Yummy es un proyecto que tiene el objetivo promover la buena nutrición infantil en niños en edad preescolar (3-5 años) por medio de una aplicación móvil dirigida a padres.

A continuación, se detalla en el documento el proceso de generación de contenidos de la aplicación, desde la creación del logo, la cromática utilizada, la construcción del contenido visual y audiovisual y como éste está distribuido dentro de la plataforma. Parte del proyecto fue realizar una investigación cuyo objetivo general fue: Identificar el conocimiento que tienen los padres de la ciudad de Guayaquil respecto a la nutrición infantil. Para lograr ese objetivo se realizó un total de 384 encuestas a padres de familia y 15 entrevistas a padres de familia.

En los resultados se encontró que en los padres de familia existe falta de conocimiento acerca de la importancia que tienen los snacks escolares y de la tarde para una buena nutrición infantil, lo cual se pretende solucionar por medio de la creación de una

aplicación informativa para padres en la que se encontrarán videos de recetas de snacks nutritivos fáciles y rápidos de preparar. En la aplicación también se encuentra datos importantes acerca de la nutrición, un cuestionario de entrevistas a profesionales, una tabla de intercambio para sustituir alimentos cuando no hay alguno en casa y un directorio telefónico de profesionales.

Como parte del proceso para responder a dicha problemática, se plantearon los siguientes objetivos de proyecto:

OBJETIVOS DEL PROYECTO

Objetivo general

Informar a los padres de niños de 3 a 5 años de la ciudad de Guayaquil respecto a la importancia del lunch y snack en la dieta diaria de sus hijos a través de una aplicación móvil.

Objetivos específicos

1. Diseñar una aplicación educativa sobre nutrición infantil para padres de niños de 3 a 5 años de la ciudad de Guayaquil.
2. Mostrar por medio de la aplicación recetas fáciles de snacks saludables para niños de 3 a 5 años de la ciudad de Guayaquil.
3. Generar un cambio alimenticio saludable de snacks en niños de 3 a 5 años.

Denominación:

El nombre elegido para la aplicación fue “Yummy” ya que es una expresión que hace referencia a que la comida está rica, deliciosa o sabrosa y es justamente lo que se busca transmitir en cada una de nuestras recetas. Por otra parte, es un nombre corto lo cual lo hace fácil de recordar. La palabra Yummy en inglés significa “*tasting extremely good*”, “*an exclamation indicating pleasure or delight, as in anticipation of delicious food*” (Cambridge Dictionary , 2017), lo que en español quiere decir una degustación extremadamente buena y además representa una exclamación indicando placer o deleite como anticipo de una comida deliciosa.

Descripción:

El proyecto Yummy consiste en la realización de una aplicación dirigida a padres de familia de niños en edad preescolar, de 3 a 5 años. Es un recetario de snacks nutritivos por medio de videos en los que se muestra su fácil y rápida preparación con ingredientes de uso cotidiano, que estará al alcance de todas las familias guayaquileñas. Tiene como objetivo educar a las madres sobre la nutrición infantil y su importancia en el desarrollo.

Estas recetas están divididas por categorías, las cuales se clasifican por macronutrientes (proteínas, carbohidratos, grasas, etc.). Además, cuenta con una sección de datos importantes y recomendaciones sobre la nutrición infantil y una tabla de intercambio que facilitara a los padres la planeación y preparación del snack de su hijo, mientras los está informando y educando acerca del tema.

Fundamentación:

Según el Comité Interdepartamental de los E.E.U.U. sobre Educación de la Nutrición, “Nutrición es el alimento ingerido y la forma en la que el cuerpo lo aprovecha. Comemos para vivir, para crecer, para mantenernos sanos y para tener la energía suficiente para trabajar y jugar” (Samayoa, 2004).

Existen varios estudios sobre nutrición y alimentación sana y cada vez más adultos se preocupan por comer de forma saludable, ya sea por salud o para verse bien, la cual poco a poco forma parte de una rutina y costumbres que comienzan en la casa, pero las inquietudes llegan al momento de la alimentación sana de sus hijos. Existen vacíos y dudas sobre la nutrición infantil, muchas madres no conocen la importancia que tiene que sus hijos se alimenten de manera sana desde temprana edad, ya que no saben cómo ésta influye de forma directa en el desarrollo integral de los niños. Es decir, en su crecimiento, desempeño escolar, desarrollo intelectual y emocional.

Durante los primeros años de vida de los niños, es el pediatra quien guía la nutrición de ellos, pero a medida que van creciendo las familias no tienen la costumbre de visitar a un especialista en nutrición para los niños y son los padres lo que asumen este rol sin necesariamente tener la información correcta. Algunos buscan en internet acerca de cómo alimentar a sus hijos, mientras que otros simplemente siguen sus patrones de comportamiento o costumbres adquiridas a lo largo de sus vidas, los cuales los repiten y no siempre la alimentación que les brindan a sus hijos es la ideal.

Una buena nutrición es la base de la supervivencia, la salud y el desarrollo infantil. Los niños bien alimentados están mejor preparados para crecer y aprender, para participar

en las comunidades y colaborar con ellas, así como para resistir posibles enfermedades. Una dieta adecuada es aquella que contiene cantidades apropiadas de todos los nutrientes para cubrir las necesidades vitales y mantener la salud de una persona o de una colectividad (Samayoa, 2004).

En el Ecuador hay cifras alarmantes acerca de la nutrición infantil, ya que existe desnutrición y malnutrición en los niños.

La desnutrición infantil es el consumo insuficiente de energía y nutrientes; no sólo es la falta de alimentos adecuados y nutritivos, sino también se relaciona con enfermedades frecuentes, prácticas de atención sanitaria deficientes y con la falta de acceso a servicios de salud y otros servicios sociales (Unicef, 2013, p.1). Según UNICEF (s,f), “en el Ecuador al menos 1 de cada 5 niños menores de cinco años tiene baja talla para la edad es decir desnutrición crónica. El 12% de los niños tiene desnutrición global, es decir bajo peso para la edad. El 16% nacen con bajo peso. Seis de cada 10 embarazadas y 7 de cada 10 menores de 1 año sufren de anemia por deficiencia de hierro”.

La malnutrición es el estado patológico debido a la deficiencia o exceso de la mala asimilación de los alimentos. Un tipo de malnutrición es el sobrepeso, éste se ve reflejado en el 69% de niños y niñas menores de 5 años a nivel mundial según Unicef (2013).

Desde el año 1986 hasta el 2012, el sobrepeso en el Ecuador creció en un 104%. Según datos de la Ensanut Ecu 2011-2013, 3 de cada 10 niños y niñas en el Ecuador en etapa escolar sufre sobrepeso y obesidad lo que lo cataloga como nivel de “Epidemia”.

La malnutrición también puede desarrollar ciertas enfermedades, según El Ministerio de Salud Pública del Ecuador existe evidencia científica que el exceso de azúcar es el factor de riesgo para la diabetes, el exceso de sal para la hipertensión, y el exceso de grasas es factor de riesgo para enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares; por lo que existe en el país una prevalencia de sobrepeso y obesidad de 8,5% para niño/as menores de 5 años, 30% de la población escolar (5-11 años), en 26% en adolescente (12-19 años) y el 63% en la población adulta entre 19 y 60 años (Encuesta nacional de salud y nutrición 2012, citado por el Ministerio de Salud s.f.).

Por esta razón, el gobierno creó la ley del semáforo de alimentos en cada paquete o envase para informar sobre el contenido de azúcar, grasas y sal, poniendo una alerta de lo que se está comiendo y así generar un poco de conciencia ya que facilita a los compradores la lectura de información nutricional.

INEC (2012) también resalta que los 20 productos de mayor consumo, en orden de importancia son: el pan corriente, arroz blanco, colas y/o gaseosas, leche entera en funda, pechuga, alas y piernas de pollo, pollo entero, queso de mesa, aceite de palma africana, huevos de incubadora, agua sin gas purificada, entre otros, concentran el 52% del gasto en alimentos. Se evidencia que no se le da importancia al consumo de frutas y verduras, las cuales son necesarias para una alimentación saludable y balanceada.

El arroz es el producto que más contribuye al consumo diario de carbohidratos en el país. Según la última encuesta del INEC (2012), aporta con el 47,3 % de la ingesta diaria de carbohidratos. Por otro lado, el pan, se consume de manera diaria al igual que los cereales. La fibra, presente en alimentos como la papa o las leguminosas también se

consumen frecuentemente, pero solo uno de cada mil ecuatorianos tiene un adecuado consumo de fibra. La ingesta diaria recomendada es de 25 a 30 gramos. Finalmente, los carbohidratos son consumidos de manera excesiva por el 29,2 % de la población. Los números indican que el consumo supera la recomendación máxima establecida para la prevención de la obesidad y las enfermedades cardiovasculares.

La buena nutrición está relacionada a un buen rendimiento académico. Cuando un estudiante se alimenta ingiriendo todos los nutrientes, su actitud y predisposición para el estudio tiende a ser mejor y aumenta su capacidad de atención “La calidad y la cantidad de la alimentación que reciben los niños y las niñas en esta etapa tiene relación directa con el rendimiento escolar”. (UNICEF, 2004) por lo que los padres deben darle una mayor importancia a la ingesta de alimentos tomando en cuenta que sea un consumo balanceado y con todos los nutrientes necesarios de acuerdo a su edad. “Los primeros dos años de la vida del niño son especialmente importantes, puesto que la nutrición óptima durante este periodo reduce el riesgo de enfermedades crónicas y mejora el desarrollo general, impulsa un crecimiento sano y mejora el desarrollo cognitivo. Además, reduce el riesgo de sobrepeso y obesidad.” (Organización Mundial de la Salud, s.f.) Durante la primera infancia el cerebro se desarrolla con rapidez. Sin los suficientes nutrientes, su estructura y tamaño pueden verse irreversiblemente dañados. (Programa Mundial de Alimentos , 2006).

Es fácil evidenciar cuando un niño tiene malnutrición, ya que existen signos comunes en el aula como, por ejemplo, actitudes pasivas, apatía, falta de integración, reducción de la duración de la atención y de la memoria, disminución de la capacidad de integración sensorial, dificultades de aprendizaje, por ende, logros educativos más bajos, inasistencia por problemas de salud recurrentes, entre otras. En edad escolar “la carencia

de vitaminas y minerales puede limitar la futura capacidad de aprender, por ejemplo, afectando a las características básicas del educando y, por consiguiente, a su capacidad para aprovechar en el futuro las oportunidades de aprendizaje” (Programa Mundial de Alimentos , 2006).

Tomamos la teoría ecológica para sustentar nuestro proyecto. Ésta consiste en un enfoque ambiental sobre el desarrollo del individuo a través de los diferentes ambientes en los que se desenvuelve, que influyen en el cambio y en su desarrollo cognitivo, moral y relacional. Esta teoría tiene cuatro sistemas los cuales explica mejor sobre cómo el niño necesita de todo su entorno para existir y desarrollarse. El microsistema constituye el nivel más inmediato o cercano en el que se desarrolla el individuo, el segundo sistema es el mesosistema que está compuesto por otros entornos inmediatos en donde la persona interactúa y participa de manera activa, el exosistema lo conforman la comunidad más próxima al niño después de su grupo familiar, es decir la iglesia, la escuela, los medios de comunicación, organismos de seguridad, etc. Y por último, el macrosistema que es la relación que tiene el individuo con la cultura, políticas y el trabajo (Linare, 2002).

Existe un programa de alimentación escolar por parte del gobierno llamado "lonchera nutritiva", cuyo objetivo es brindar de manera gratuita servicios de alimentación escolar, buscando mejorar el estado nutricional de los estudiantes de instituciones públicas, fiscomisionales y municipales de Educación Inicial y Educación General Básica del país.

Este lunch está compuesto por un desayuno, el cual es una colada fortificada de sabores y galleta rellena y un refrigerio compuesto de 200 ml en envase tetra brik de leche de sabores y entera. “El desayuno escolar, brinda a los estudiantes el 90% de las

necesidades energéticas y cubre al 85% el requerimiento de proteína requerida para esa hora del día” Ministerio de Educación del Ecuador (2017).

Para llevar a cabo este proyecto se realizó una investigación cualitativa, cuantitativa y bibliográfica con el objetivo de identificar el nivel de conocimiento que tienen los padres de familia acerca de la nutrición infantil. Para profundizarla se hicieron unas observaciones a la hora de lunch a 193 niños en edad preescolar, de ocho diferentes instituciones educativas por el lapso de una semana. Se consideraron, tanto escuelas fiscales, como escuelas privadas, es decir de distintos niveles socioeconómicos. Se encontraron los siguientes resultados:

- La mayoría de los niños observados llevan en su lonchera todos los días con alimentos preparado en casa, pero siempre acompañado de un alimento envasado o enfundado. Igual comportamiento se detectó en aquellas instituciones educativas que tienen un programa de menú escolar obligatorio, observando que el lunch estaba compuesto también por un alimento preparado, acompañado siempre de alimentos envasados o enfundados.
- La mayor parte de los niños que llevan únicamente alimentos preparados en casa, son alimentos altos en grasa (muchines, tortillas de verde).
- Los niños reciben a la hora de su lunch alimentos excesivos tanto en cantidad como en porciones, y la mayoría de casos los niños terminan comiéndose todo, a pesar de que no tengan hambre o ya estén llenos por salir al recreo rápido. Se evidencia que desde casa hay un desconocimiento de las porciones adecuadas a enviar y se tiende a pensar que si el niño no se comió todo el alimento es porque presenta algún problema o es un descuido de la escuela.

- El alimento enfundado o envasado que en su mayoría llevan en su lonchera, está formado por productos altos en azúcar y grasas como: leche saborizada, jugo artificial y yogurt con altos niveles de azúcar, así como galletas, cereales.
- El alimento preparado en casa que llevan la mayor cantidad de niños observados en sus loncheras son sandwiches de queso, jamón, mermelada, así como huevo en diferentes presentaciones, algunos de estos alimentos son embutidos que tienen preservantes y harinas refinadas como el pan blanco.
- La mayoría de los niños lleva siempre una porción de fruta, además de alimentos enfundados. Lo cual hace pensar a la madre o encargada del niño que al enviar una fruta cumple con la dosis de alimentos saludables.
- En su gran mayoría los niños llevan un termo con agua (toman agua por lo general en momentos específicos, como al regresar del parque y en educación física, mas no en la hora de lunch).
- Los dulces, chocolates y caramelos, son los menos populares en el lunch de los niños observados, así como también los jugos naturales, semillas y frutos secos.

Como conclusión se evidencia que no se le da la debida importancia al lunch que llevan los niños a la escuela, muchas madres les mandan casi siempre lo mismo sin mucha variedad de alimentos y nutrientes. Está comprobado que para un niño de edad preescolar (de 3 a 5 años) son necesarias las 5 comidas diarias igual que para los adultos y estas las cuales deben ser debidamente balanceadas. “Alrededor de los dos años, el niño ya debe realizar entre cuatro y cinco tomas diarias de alimentos (desayuno, snack, almuerzo, snack y cena), siendo este el periodo clave para el aprendizaje de hábitos alimentarios adecuados que se inician en el núcleo familiar y se complementan en el ámbito escolar, jugando aquí

un importante papel, la escuela, los padres, maestros y personas encargadas de la alimentación de los niños” (Avendaño., s.f.).

Decidimos utilizar una plataforma digital para cumplir con el objetivo de educar e informar a las madres sobre la nutrición infantil, ya que las TICS brindan una educación que ofrece una diversidad de material didáctico y es un método de enseñanza rápido. También puede ofrecer diversidad de recursos de apoyo a la enseñanza como entornos virtuales, internet, blogs, wikis, webquest, foros, chat, mensajerías, videoconferencias, y otros canales de comunicación y manejo de información. Incluso ayuda al rendimiento estudiantil brindándole un impacto significativo y positivo. (Gallardo & Macedo Buleje, 2010)

Este documento además de mostrar las razones por las que se realizó el proyecto busca informar acerca de cómo se generó el aplicativo móvil y la distribución de la información dentro de la plataforma. Es importante dar a conocer este proceso para que las personas a las que les sea útil, como estudiantes, entidades que vayan a manejar el aplicativo en un futuro o madres que van a utilizar la aplicación “Yummy” sepan el equipo que tuvo atrás su realización y que se llevó a cabo con un grupo de profesionales, es decir que fue un trabajo interdisciplinario para brindar confiabilidad y cumplir con los objetivos de Yummy los cuales buscan brindar información acerca de la nutrición infantil y ayudar a las madres con ideas de recetas rápidas y fáciles de snacks saludable para sus niños.

OBJETIVOS:

Objetivo general

- Recopilar el proceso de generación de contenidos para la creación de la aplicación contra la mala nutrición infantil conocida como “Yummy”.

Objetivos específicos

- Describir cómo está distribuido el contenido dentro de la aplicación “Yummy” dando razones de por qué se eligió dicha información.
- Identificar que función cumple cada tipo de contenido dentro de la aplicación “Yummy” para lograr los objetivos planteados.

Destinatarios:

Este documento va dirigido para estudiantes o miembros de la universidad que deseen y decidan continuar actualizando o hacer crecer la aplicación de nutrición infantil “Yummy”.

También para cualquier empresa o institución que esté planificando hacer alguna plataforma tecnológica vinculada con la alimentación y nutrición infantil. Además, para todo aquel que esté interesado en saber cómo esta aplicación funciona y para que conozcan las razones de la distribución y elección del contenido.

Actividades:

Para representar la marca de nuestro proyecto se decidió crear una imagen corporativa, es decir un logo para que sea de fácil reconocimiento para las personas (VER ANEXO 1). El logotipo está diagramado con una tipografía sin serifa de tipo palo seco, con una cromática de color verde provocando una variedad de sentimientos, tales como la calma, seguridad y relacionándola con la naturaleza. Representando armonía, fertilidad y frescura. Con un isotipo en forma de sandía mordida simulando la ingesta de comida saludable y nutritiva.

Se decide hacer video recetas ya que este contenido audiovisual es más didáctico y llamativo para los usuarios, de esta manera a las personas se les facilita preparar la receta de la misma, ya que pueden visualizar de manera correcta cómo se elabora.

El 11 de julio del presente año tuvimos la primera reunión con las personas con las que trabajamos la producción de videos y fotos, diseño de aplicación y la programación de la misma. Pudimos contarles de que trataba nuestro proyecto y que es lo que nosotros queríamos lograr para así poder definir ideas y diseño sobre y cómo serían los videos. Una vez que ya tuvimos las recetas las empezamos a grabar el día 15 de julio las primeras cuatro recetas más complejas con sus fotos las personas que estuvieron presentes fueron las dos de producción, la nutricionista y todas las integrantes del proyecto. El 21 de junio y el 10 de agosto en la mañana, se grabaron las recetas faltantes donde estuvo presente sólo una de las integrantes, también estaba la nutricionista y los de producción, ya que al ser de mañana se complicaba la asistencia del resto del grupo debido al trabajo. (VER ANEXO 2)

A corto plazo: A continuación se detallarán las actividades que se han logrado o se pretenden lograr en la aplicación hasta que finalice el año 2017.

Investigación

Como primera actividad se realizó una investigación bibliográfica que se detalló anteriormente para sustentar la creación de la aplicación con su respectiva justificación. De ahí se hizo una primera investigación para indagar acerca de lo que buscaba el consumidor en una aplicación sobre nutrición infantil por lo que la semana del 29 de mayo se encuestó a 384 padres de familia de nivel socio económico bajo, medio y alto de la ciudad de Guayaquil. También a finales del mes de mayo y principio del mes de junio se realizaron 15 entrevistas a profundidad a padres de familia, 3 entrevistas a profundidad a nutricionistas, 2 entrevistas a profundidad a pediatras y 2 entrevistas a profundidad a docentes, con el fin de conocer sus opiniones acerca de la nutrición infantil de Guayaquil y desde las áreas correspondientes.

Se investigó acerca de las plataformas similares que existen en el medio sobre nutrición o aplicativos que contengan recetas por medio de videos, en los que se obtuvieron los siguientes resultados:

- My FitnessPal: Es un contador de calorías, cuenta con más de 6,000,000 alimentos en su base de datos; tiene ejercicios personalizados y te controla según la base de datos; posee un scanner de códigos de barras de alimentos y más de 50 millones de descargas.
- Lifesum: Es una guía personalizada de salud y estilo de vida, crea un plan a partir de tus datos, brinda consejos de ejercicios y te mantiene motivado. Tiene más de 5 millones de descargas

- My Plate Calorie Tracker: Contador de calorías de Livestrong.com, tiene una base de datos de más de 2 millones de alimentos y un scanner de códigos de barras, ayuda a definir objetivos calóricos y metas diarias. Registra tu peso y tus progresos, cuenta con ejercicios y 500 mil descargas.
- Kiwilimón: Es una página web que brinda ideas de lunch para niños con recetas de cocina y tips de nutrición y comida saludable. Tiene una página de Facebook, funciona como blog y brinda asesoría nutricional y comparte recetas saludables. Es de una Healthy Coach ecuatoriana y cuenta con más de 4 mil seguidores.
- Tasty: Es una sección de la página de web BuzzFeed, cuenta con recetas y tips de cocina, no sigue una tendencia Fit. Proporciona información de alimentos y recetas de todo tipo de comidas. Cuenta con una aplicación que tiene más de 500 mil descargas y un canal de YouTube.
- Tastemade: Es una página web que comparte recetas, tiene un programa de cocina, videos y noticias relacionadas a la elaboración de alimentos. No sigue una tendencia Fit, cuenta con una aplicación que tiene más de 2 millón de descargas y un canal de YouTube y Facebook.
- Homemade/Las Recetas de Anita Belén: Es una página Web tipo Blog de una guayaquileña, Ana Belén Guevara, Homemade.ec comenzó como una tienda online y después de 3 años su página y blog se transformaron en Las recetas de Anita Belén, donde tuvo más seguidores y actualmente tiene un espacio de cocina en el programa de Ecuavisa En Contacto y hasta el 2016 contaba con más de 28 mil foodies.

Reunión con Nutricionista

Una vez realizada toda la investigación que nos dio la base inicial del contenido del aplicativo “Yummy”, decidimos trabajar junto a Priscila Morán, Licenciada en Nutrición, para definir cada sección del mismo y de su desarrollo, ya que de esa forma éste iba a ser confiable e iba a ser un aspecto diferenciador, debido a que alguna de las aplicaciones que ya existen sobre recetas de comida no son elaboradas o tienen el aval de un nutricionista.

Por lo que acordamos una reunión la cual se llevó acabo el 5 de julio en la UCG donde participamos los miembros del grupo, los guías y tutores y la nutricionista, en ella se la invitó a participar de este proyecto dándole a conocer nuestra idea. Priscila compartió que le gustó mucho la idea ya que no existe algo parecido. Además, nos comentó que muchas madres de familia no tienen conocimiento sobre los nutrientes y las cantidades correctas que deben consumir sus hijos en cada alimento. Tampoco conocen la importancia de la alimentación en el desarrollo de sus hijos. Muchas de ellas se conforman con tan solo darles de comer 3 veces al día a sus hijos, en el desayuno, en el almuerzo y cena; sin tomar en cuenta la media tarde y la media mañana, que son igual de importantes.

Debido a esto y a investigaciones de campo decidimos hacer la aplicación acerca de snacks para niños de edad preescolar y luego de conversar con la nutricionista se definió que la aplicación tendría las siguientes partes:

Clasificación de snacks por categorías

Para el diseño de la aplicación tomamos como referencia, la pantalla de inicio de Spotify, en donde aparecen listas o categorías de canciones de acuerdo a ritmos u

ocasiones. Por lo que decidimos dividir las recetas de la aplicación en las siguientes categorías, donde se encontrarán 2 snacks en cada una de ellas:

- Fin de semana: para los días libres que se quedan en casa, se encuentran recetas que se pueden compartir con todos los miembros de la familia, como hamburguesas con avena y pancakes. (VER ANEXO 3)
- Deportivo: Donde se encuentran recetas con alimentos que brinden más energía, perfecto para niños que realizan actividades físicas. En ella hay una receta de wrap de pollo y un mix de frutos secos y cacao más guineo. (VER ANEXO 4)
- Día de Fiesta: Ideal para cuando los niños invitan amigos a la casa, en esta categoría hay snacks deliciosos y divertidos como canguil y helado de yogurt de frutas. (VER ANEXO 5)
- Equilibrado: Snacks con nutrientes balanceados, una correcta opción para niños que necesitan bajar de peso. (VER ANEXO 6)
- Hipercalórico: para niños con que necesitan aumentar peso, pueden encontrar recetas con más proteínas o grasas. (VER ANEXO 7)
- To go: en esta categoría hay dos ideas de snacks que ya se pueden comprar preparados, pero que no dejan de ser saludables y ricos. Como la fruta, los frutos secos, el yogurt y el agua que no puede faltar en ningún snack. (VER ANEXO 8)

Estas categorías están divididas según las propiedad y nutrientes que cada niño necesita dependiendo de cómo vaya a ser su día; unos son altos en carbohidratos, los cuales suministran la energía necesaria para realizar todas nuestras funciones como correr, caminar, movernos, respirar y pensar, al igual que las grasas. Las proteínas intervienen en la construcción de las estructuras corporales en el mantenimiento y en la reparación de los

tejidos, en el crecimiento y desarrollo de los niños. Por último las vitaminas y minerales intervienen en los procesos de regulación del organismo. (Morán, 2017)

Tabla de Intercambio

En la aplicación “Yummy” podemos encontrar una tabla de intercambios con el objetivo de facilitar la preparación de las recetas y, además, para que todas las madres de niños con edad preescolar puedan realizarlas, sin distinción alguna. Cumpliendo con la idea de que los snacks que te brinda la aplicación pueden ser preparados con los ingredientes que tiene todo guayaquileño en su refrigeradora.

En esta tabla se encuentra la lista de todos los ingredientes que se necesitan para realizar cada uno de los snacks que ofrece la aplicación y muestra con qué otro alimento se puede reemplazar cada ingrediente para no perder su valor nutricional. (VER ANEXO 9)

Entrevistas

En esta sección se encuentran varias entrevistas que realizamos a diferentes profesionales como nutricionistas, docentes y pediatras. Decidimos compartirlas con el fin de despejar dudas y para que las madres se informen acerca de la importancia que tiene la nutrición de sus hijos desde diferentes puntos de vista y como ésta complementa y afecta su desarrollo integral. En ellas se encuentran preguntas sobre ¿Qué es nutrición? Desde el punto de vista de cada especialista, las dudas acerca de la nutrición y alimentación sana que tienen los padres en las distintas etapas de los niños, entre otras. (VER ANEXO 10)

Datos Importantes

Para cumplir con el objetivo de educar a las madres y que “Yummy” no sea solo una aplicación de recetas de snacks, agregamos este espacio donde mostramos datos importantes y estudios que demuestran la importancia de la alimentación en el desarrollo de un niño y cómo esta influye en su desempeño académico, para de esta manera cumplir con el objetivo que tiene la aplicación de educar. Por ejemplo, uno de los datos que se pueden encontrar en Yummy son: *“Los alimentos como los yogures, lácteos, pescados y mariscos ayudan a incorporar yodo, un nutriente que favorece a la correcta actividad neuronal”* (VER ANEXO 11)

Guía de Profesionales

Existe un espacio dentro de la aplicación donde se encuentran varios contactos de profesionales que se relacionan con el desarrollo de los niños, como nutricionistas, pediatras y personas que trabajan en estimulación temprana o que dan apoyo en la parte académica de los niños. En esta sección se encontrará el nombre del profesional, su título y número de teléfono para contactarlos. (VER ANEXO 12)

Vinculación con otro proyecto - Pausa Por Una Buena Causa

Nuestro grupo decidió vincularse con otro PAP (proyecto de aplicación profesional) que es “Pausa Por Una Buena Causa” el cual es una iniciativa social, cuyo objetivo principal es incrementar el número de donantes voluntarios de plaquetas para niños con cáncer. Este año ellas decidieron realizar unas clases de cocina nutricional donde las madres, niños y donantes aprenden a cocinar de manera nutritiva; por lo que hicimos una alianza que permitirá que los padres de niños con alguna enfermedad como el cáncer tengan la oportunidad de encontrar recetas fáciles y rápidas. Además, este vínculo

consiste en promocionar ambos proyectos, ya sea por medio del aplicativo y por parte de “Pausa Por Una Buena Causa” que promociona a “Yummy” en sus redes sociales. En un futuro se desea reforzar esta unión incluyendo en las categorías de las recetas una llamada: “Defensas Bajas” que consiste en incluir un menú de snacks para cuando su hijo está enfermo. (VER ANEXO 13)

Barra de menú

En la barra de menú se encuentran todas las secciones de aplicación para que tenga un manejo fácil y las madres puedan recorrer todo el contenido de la aplicación de la forma que deseen. (VER ANEXO 14)

Recomendaciones:

Si este proyecto continúa con otro grupo de PAP's o con alguna institución o empresa que la maneje, se sugiere y se esperan los siguientes cambios, los cuales fueron resultados de un Pretesteo que se realizó con el aplicativo donde los consumidores sugirieron los siguientes contenidos nuevos:

- Crear más categorías
- Agregar recetas a cada categoría
- Implementar un blog donde las madres puedan compartir sus inquietudes y publicar fotos de recetas que realizan sacadas de la aplicación, además para que ellas aporten con más contenido
- Chat online con especialistas
- Incrementar ingredientes en la tabla de intercambios.

Recursos humanos:

El proyecto de la aplicación móvil sobre nutrición infantil “Yummy” estuvo conformado por los siguientes integrantes:

- Daniella Espinoza, egresada de la Carrera de Educación Inicial con mención en Psicopedagogía.
- Raquel Constante, egresada de la Carrera de Educación Inicial con mención en Educación Especial.
- Sabina Hernández, egresada de la Carrera de Educación Inicial con mención en Educación Especial.
- Ma. Gracia Illingworth, egresada de la Carrera de Educación Inicial con mención en Psicopedagogía.
- Doménica Serratore, egresada de la Carrera de Educación Inicial con mención en Psicopedagogía.

Todas las integrantes del grupo aportaron con conocimientos e investigación, además de recursos y tiempo necesario para la realización del proyecto, ya sea documento escrito, realización de videos, fotos, recetas, reuniones, entrevistas, observaciones y plataforma virtual.

Guía y asesor:

- Adriana Illingworth: Ingeniera en Marketing y Publicidad, Magister en Educación de Universidad de Jaén, España, Magister en Marketing de la Universidad de Especialidades Espíritu Santo, Docente investigador de la UCG y asesora y guía de PAP's desde el 2015

- Andrés Nader: Webmaster Universidad Casa Grande, licenciado en Comunicación Audiovisual y Multimedia. Actualmente cursa Maestría en Comunicación con Mención en Comunicación Digital en la Universidad Casa Grande. Consta con un Diplomado en desarrollo de Apps Móviles otorgado por la Universidad Complutense de Madrid y es también asesor de PAP's desde el 2016.

Además, contamos con la ayuda de las siguientes personas para elaborar la aplicación y todo lo relacionado a ella, es decir videos, fotos, trabajo multimedia, de diseño, entre otras cosas:

- Deborah Ruiz: Graduada de la Universidad Casa Grande como Licenciada en Multimedia.
- Daniel Constante: Estudiante de la Universidad Casa Grande. Fotógrafo profesional.

Para el contenido de la aplicación contamos con la ayuda de:

- Priscila Morán: Graduada de la Universidad Católica como Licenciada en Nutrición.

Adicionalmente trabajamos una parte del proyecto con otro grupo de PAPS que fue Pausa por una Buena Causa, ya que cuentan con un espacio dentro de nuestra aplicación móvil donde se incluyen recetas que pueden ser consumidas por niños con cáncer; este grupo está integrado por:

- María Paula Umpierrez: egresada de la Carrera de Educación Inicial con mención en Educación Especial.

- Karla Novillo: egresada de la Carrera de Educación Inicial con mención en Educación Especial.
- Natalia Patiño: egresada de la Carrera de Comunicación Social con mención en relaciones públicas y comunicación organizacional.
- Mónica Alarcón: egresada de la Carrera de Comunicación Social con mención en relaciones públicas y comunicación organizacional.
- Michelle Granda: egresada de la Carrera de Comunicación Social con mención en marketing y gestión empresarial.

Recursos materiales:

Para llevar a cabo las actividades se requirió de lo siguiente:

- Computadoras
- Libros
- Cámaras de video
- Luces de grabación
- Implementos de cocina
- Alimentos – ingredientes de recetas
- Sala de reuniones (casas y ucg)
- Formularios (entrevistas – encuestas)
- Guías de observaciones
- Laptop, papel, cuaderno, pluma.
- Cocina para grabación de recetas.
- Cámara fotográfica.

- Sillas y mesas.
- Luces para grabación.
- Comunicación vía grupo de whatsapp con guías e integrantes del proyecto
- Comunicación vía grupo de whatsapp con integrantes del proyecto
- Comunicación vía grupo de whatsapp con grupo de producción del video.
- Reunión con la DASE

Plan de financiación:

	DETALLE	VALOR	VALOR TOTAL
CONTENIDO DE LA APLICACIÓN	Grabacion de video y edicion	\$440	\$525
	Sesion de fotos	\$85	
APLICACIÓN	Diseño de Interfaz y Grafico	\$400	\$1.295
	Desarrollo Piloto	\$555	
	Modificaciones hasta Diciembre	\$85	
	Rediseño de tabla de intercambio	\$255	
	Modificaciones de texto e imágenes		
	Directorio de Profesionales		
	Dinámica de Entrevistas		
DISEÑO	Diseño Logo	\$60	\$245
	Diseño pagina web	\$80	
	Diseño PPT Pregrado y Grado	\$105	
ASESORIA APLICACIÓN		\$45	\$45
PRISCILA MORAN	Nutricionista	\$250	\$250
REDES SOCIALES	Videos y Fotos	\$200	\$200
TOTAL			\$2.560

Autoevaluación:

A lo largo del proyecto me he sentido motivada ya que me tocó el PAP que más me había gustado, sin embargo, al darme cuenta que todos los miembros de mi grupo eran de mi misma carrera me asustó un poco, ya que el trabajo interdisciplinario iba a ser más difícil debido a que no teníamos conocimientos sobre multimedia, diseño y comunicación, pero al mismo tiempo conocía a mis compañeras de grupo y sabía que cada una iba a aportar con conocimientos y poco a poco íbamos a descubrir o desarrollar nuevas habilidades. Todas estuvimos comprometidas y fuimos responsables con las actividades asignadas.

El trabajo se dividió y cada una aportó con investigación, materiales y recursos necesarios. Me siento contenta con el trabajo realizado ya que el proyecto avanzó rápido, la idea inicial era realizar una aplicación en modo piloto, sin embargo, para el pregrado ya teníamos lista el programa para subirlo a las tiendas.

La parte que me preocupó fue que teníamos que realizar la aplicación con personas externas al grupo, es decir dos profesionales se encargaron de elaborar la aplicación a partir de las pautas que nosotras les dábamos y con el contenido que se trabajó con la nutricionista, por lo que no dependía de nosotras el tiempo en que se realizó la aplicación, ya que estas personas externas tenían más trabajo y no siempre cumplían con las fechas de entrega.

Además, al momento de subir la aplicación a las tiendas nos encontramos con un problema que tenía una de ellas, la cual había cambiado sus políticas y muy cerca de la

fecha de entrega tuvimos que prácticamente realizar de nuevo la aplicación con otro formato, lo que implicó más tiempo y más dinero.

Uno de los errores que tuvimos como grupo creo que fue confiar la aplicación a otras personas, es decir que dejamos que las personas trabajen sin mucha presión y al final no tuvimos la aplicación a tiempo, además de que tuvimos que hacerla de nuevo debido a los imprevistos mencionados, aunque nosotras como grupo no tenemos conocimiento del tema y no sabíamos que eso podía pasar.

Considero que este proyecto me ha ayudado a crecer como persona y como profesional, ya que logre aprender muchas cosas por parte de mi guía y por parte de mis compañeras de grupo. Fui responsable, respetuosa, puntual y aporté con mis conocimientos y lo requerido. Aprendí además ciertas habilidades que no conocía relacionadas a multimedia y diseño, ya que nos tocó realizar el ppt de manera didáctica, tomar fotos y grabar videos.

Bibliografía

Avendaño., L. L. (s.f.). Alimentación en las etapa Preescolar y Escolar .

Cambridge Dictionary . (2017). Obtenido de

<https://dictionary.cambridge.org/es/diccionario/ingles/yummy>

Carvajal, Y. (2010). Interdisciplinariedad: Desafío para la educación superior y la investigación. Revista Luna Azul, 156-169.

Gallardo, L. M., & Macedo Buleje, J. (2010). IMPORTANCIA DE LAS TIC EN LA EN LA EDUCACIÓN BÁSICA REGULAR .

Linare, E. T. (2002). El modelo ecológico de Bronfrenbrenner como marco teórico de la Psicooncología .

Morán, P. (Julio de 2017). (D. Serratore, Entrevistador)

Organización Mundial de la Salud. (s.f.). Alimentación sana.

Programa Mundial de Alimentos . (2006). El Hambre y El Aprendizaje. Serie de informes sobre el hambre en el mundo 2006 . Roma: Naciones Unidas.

Samayoa, M. E. (2004). Historia de la Nutrición. Guatemala.

UNICEF. (2004). Nutrición, desarrollo y alfabetización .

UNICEF. (2012).

UNICEF. (s,f) . La desnutrición infantil. Ecuador.