



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala



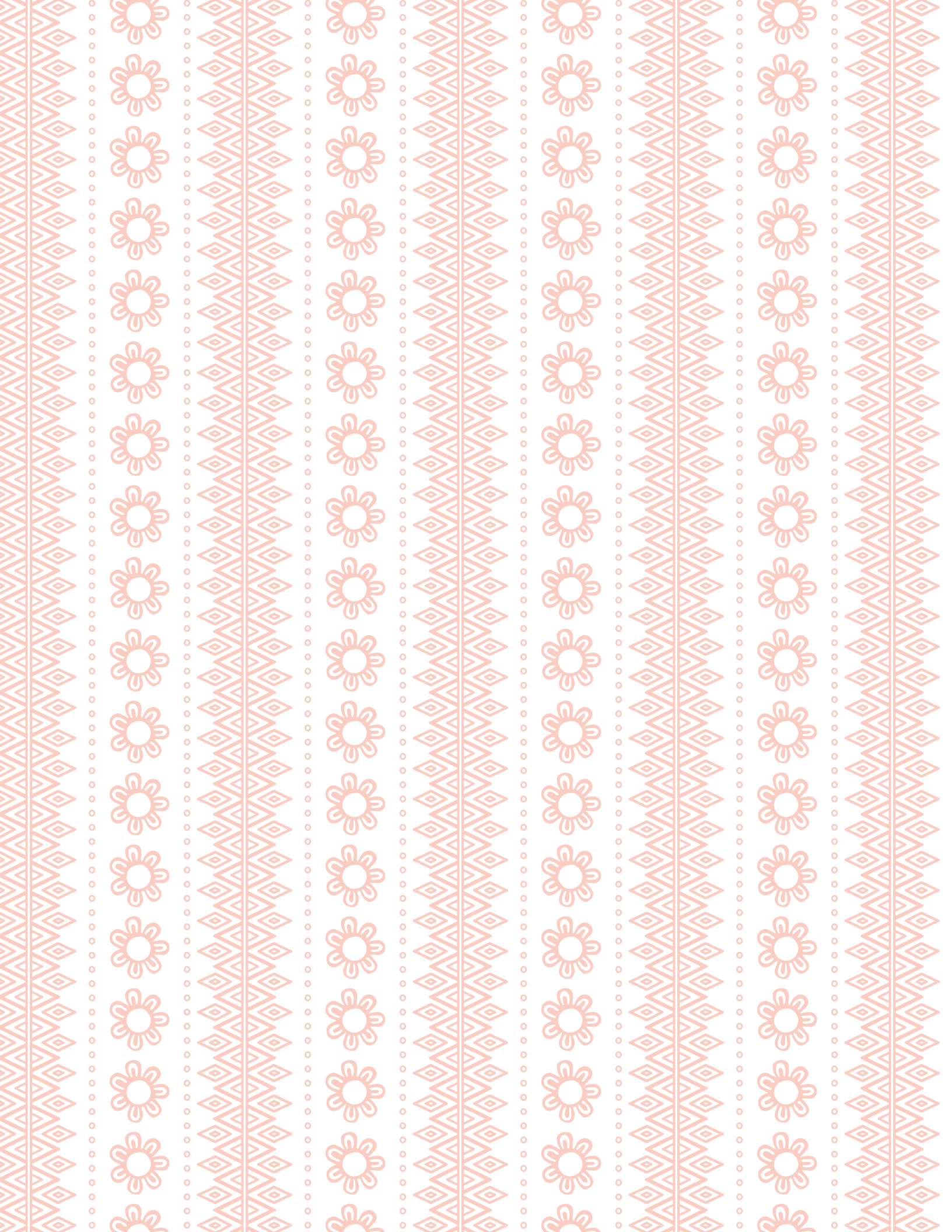
FACULTAD DE
ARQUITECTURA
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Arquitectura
Escuela de Diseño Gráfico

Diseño de guías didácticas sobre salud y nutrición para mujeres en etapa de embarazo y lactancia, de la Región Suroccidental de Guatemala, atendidas por la Fundación Cáritas de Guatemala en prevención de la desnutrición crónica infantil.



Proyecto desarrollado por:
Jaqueline Samanda Paz Pérez
Para optar al título de:
Licenciada en Diseño Gráfico.
Guatemala, abril del 2018.





USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala



FACULTAD DE
ARQUITECTURA
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Arquitectura
Escuela de Diseño Gráfico

**Diseño de guías didácticas sobre salud y nutrición
para mujeres en etapa de embarazo y lactancia, de
la Región Suroccidental de Guatemala, atendidas
por la Fundación Cáritas de Guatemala en
prevención de la desnutrición crónica infantil.**

Proyecto desarrollado por:
Jaqueline Samanda Paz Pérez
Para optar al título de:
Licenciada en Diseño Gráfico.
Guatemala, abril del 2018.

“El autor es responsable de las doctrinas sustentadas,
originalidad y contenido del Proyecto de Graduación, eximiendo
de cualquier responsabilidad a la Facultad de Arquitectura de
la Universidad de San Carlos”



NÓMINA DE AUTORIDADES

Junta Directiva de la Facultad de Arquitectura

Dr. Byron Alfredo Rabe Rendón	Decano
Arq. Gloria Ruth Lara Cordón de Corea	Vocal I
Arq. Sergio Francisco Castillo Bonini	Vocal II
Msc. Arq. Alice Michele Gómez García	Vocal III
Br. María Fernanda Mejía Matías	Vocal IV
Br. Lila María Fuentes Figueroa	Vocal V
Msc. Arq. Publio Alcides Rodríguez Lobos	Secretario Académico

Tribunal Examinador

Dr. Byron Alfredo Rabe Rendón	Decano
Msc. Arq. Publio Alcides Rodríguez Lobos	Secretario Académico
Lic. Carlos Enrique Franco Roldán	Asesor Metodológico
Licda. María Berthilda Gutiérrez de Melgar	Asesora Gráfica



AGRADECIMIENTOS

A **Dios**, por haberme dado la vida y porque en todo momento guía mi camino, me toma de la mano y me cuida, hasta alcanzar mis metas.

A la **Virgen del Carmen** por interceder siempre por mis oraciones con su hijo amado y por acompañarme en todo momento de mi vida.

A mis padres; **Carlos Oviedo Paz Herrera y Olga Leonor Pérez García** por todos sus esfuerzos y guiar mis pasos hasta aquí, gracias a ellos hoy alcanzo una nueva meta. Un eterno agradecimiento por todo su amor y la educación que me han brindado ¡Mil gracias!

A mi novio **Marlon Mazariegos** porque con amor y paciencia me enseñó que con Dios a mi lado todo lo puedo lograr. Es mi apoyo incondicional y mi eterna felicidad, gracias por estar siempre a mi lado ¡Te amo!

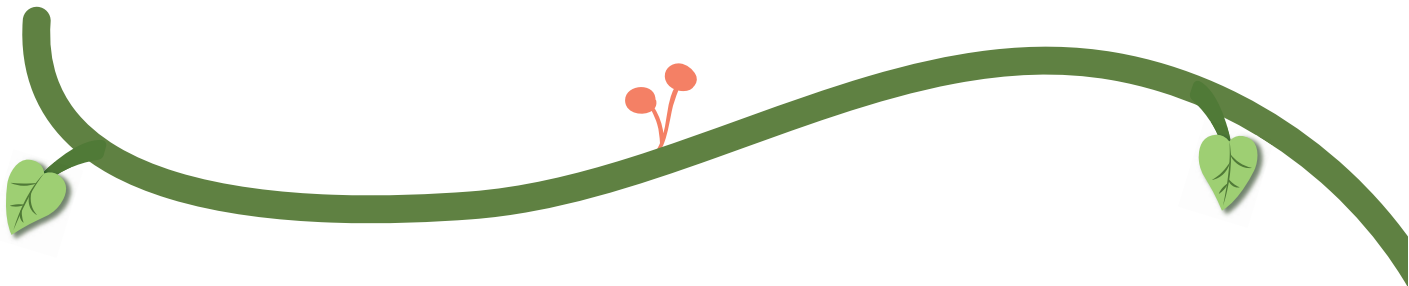
A mis hermanos; **Carlos, Henry, Rocío y Ana**, quienes ya sea cerca o en la distancia, me apoyaron y me alentaron para seguir adelante con seguridad hasta alcanzar la meta. ¡Gracias por estar ahí!

A mis **compañeros y amigos** que, de una u otra forma, estuvieron a mi lado compartiendo momentos especiales durante estos cinco años de la carrera. Gracias por todo su apoyo y su cariño.



A mis asesores; **Lic. Carlos Franco, Licda. María Gutiérrez y Licda. Larisa Mendóza.** Gracias por compartir sus conocimientos, guiarme por el camino correcto y por estar siempre ahí en los momentos que necesité de sus consejos.

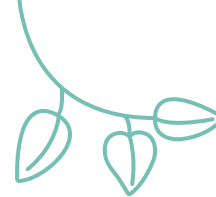
A la fundación **Cáritas de Guatemala** y a todo el equipo de trabajo, quienes estuvieron a mi lado apoyándome durante todo el proceso del proyecto. Gracias por la invaluable experiencia que gané trabajando con ustedes.





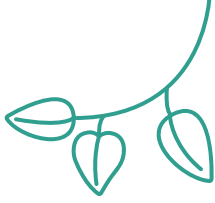
ÍNDICE DE CONTENIDOS

Presentación.....	13
Capítulo 1: Introducción.....	15
Antecedentes	17
Problema	21
Justificación.....	21
Trascendencia.....	22
Incidencia	25
Factibilidad.....	28
Objetivos.....	30
Objetivo general	30
Objetivo específico de comunicación visual ...	30
Objetivo específico de diseño.....	30
Capítulo 2: Perfiles	31
Perfil de la institución.....	33
Perfil del grupo objetivo	48
Capítulo 3: Planeación operativa.....	51
Flujograma	53
Cronograma.....	57
Previsión de recursos y costos	61
Capítulo 4: Marco teórico	65
De vicioso a virtuoso	67
Una guía para orientar, un libro para estudiar.....	79



Capítulo 5: Definición creativa.....	93
<i>Brief</i> de diseño.....	95
Referentes visuales	98
Estrategia de diseño.....	100
Definición del <i>insight</i>	104
SPICE.....	104
POEMS	106
Mapa de empatía	108
Hallazgo	112
<i>Insight</i>	112
Definición del concepto creativo	113
Relaciones forzadas.....	113
Método SCAMPER.....	114
Mapa mental.....	116
Propuesta de concepto creativo.....	117
Concepto creativo	118
Códigos de diseño	119
Código escrito	119
Código tipográfico	120
Código cromático.....	122
Código icónico.....	123
Código de formato	124

Capítulo 6: Producción gráfica y validación de alternativas	127
Primer nivel de visualización	129
Primera evaluación.....	137
Segundo nivel de visualización	143



Segunda evaluación	147
Tercer nivel de visualización.....	154
Tercera evaluación	156
Propuesta final.....	158
Fundamentación	173
Respecto al color	173
Respecto a la tipografía.....	175
Respecto al grafismo.....	177
Respecto al formato.....	181
Lineamientos para la puesta en práctica	182
Presupuesto.....	184
<hr/>	
Capítulo 7: Síntesis del proceso	187
Aspectos que dificultaron el proceso.....	189
Lecciones aprendidas	190
Conclusiones	192
Recomendaciones	194
Referencias	197
Índice de figuras.....	205
Índice de tablas	208
Anexos.....	209
Anexo 1: Evaluación diagnóstica	210
Anexo 2: Primer nivel de validación.....	216
Anexo 3: Segundo nivel de validación.....	221
Anexo 4: Tercer nivel de validación	225
Anexo 5: Cotizaciones	228
Anexo 6: Entrega del proyecto	232



PRESENTACIÓN

Cáritas de Guatemala es una fundación que inició en 1961, con el fin de promover el desarrollo integral de las comunidades que se encuentran en el área rural, pero, principalmente tiene una gran incidencia en el tema de Seguridad Alimentaria y Nutricional, para disminuir los índices de desnutrición en toda la República de Guatemala.

En este país, la desnutrición crónica infantil es provocada por la alimentación incorrecta de las mujeres que se encuentran en etapa de embarazo, lactancia y durante los primeros dos años de vida de sus hijas e hijos. Esta deficiencia nutricional puede, en el futuro, mermar la capacidad del ser humano para luchar y resistir a las enfermedades que enfrenten, con ello, restringir su capacidad mental y social por el resto de su vida.

Esta situación se origina, entre otras causas, por el escaso acceso a la información que tienen los padres de familia para proveer una alimentación adecuada durante la primera etapa de crecimiento. Con el propósito de minimizar el problema de desnutrición crónica infantil en Guatemala, se ha planificado brindar a la población, la información adecuada, acerca del tema de nutrición infantil, mediante las técnicas del diseño gráfico.



Los departamentos de la Región Suroccidental de Guatemala presentan mayores índices de desnutrición crónica infantil, siendo las comunidades indígenas las más vulnerables, por el alto índice de analfabetismo que poseen y por la exclusión social a la que se han enfrentado a través del tiempo.

Gracias a una previa investigación, se descubrió que la estrategia para abordar esta problemática es por medio de diseño, una serie de guías didácticas, con los principales temas de salud y nutrición materno infantil, con ilustraciones contextualizadas y con un mínimo contenido de textos, debido al limitado nivel de los lectores, es decir, del grupo objetivo. Esto con la finalidad de que los padres de familia, principalmente las madres, puedan comprender el contenido y aplicarlo durante el proceso para que sus hijas e hijos puedan gozar de un desarrollo integral.

El presente informe, forma parte de los requisitos para obtener la licenciatura de Diseño Gráfico, el cual contiene los antecedentes del problema, la definición del mismo y su justificación, que han servido como guía para el desarrollo de la propuesta gráfica, junto con el perfil de la organización y el perfil de los grupos objetivos, en búsqueda de una correcta toma de decisiones para establecer la comunicación visual.



CAPÍTULO

1

INTRODUCCIÓN

Antecedentes

Problema

Justificación

Trascendencia

Incidencia del diseño

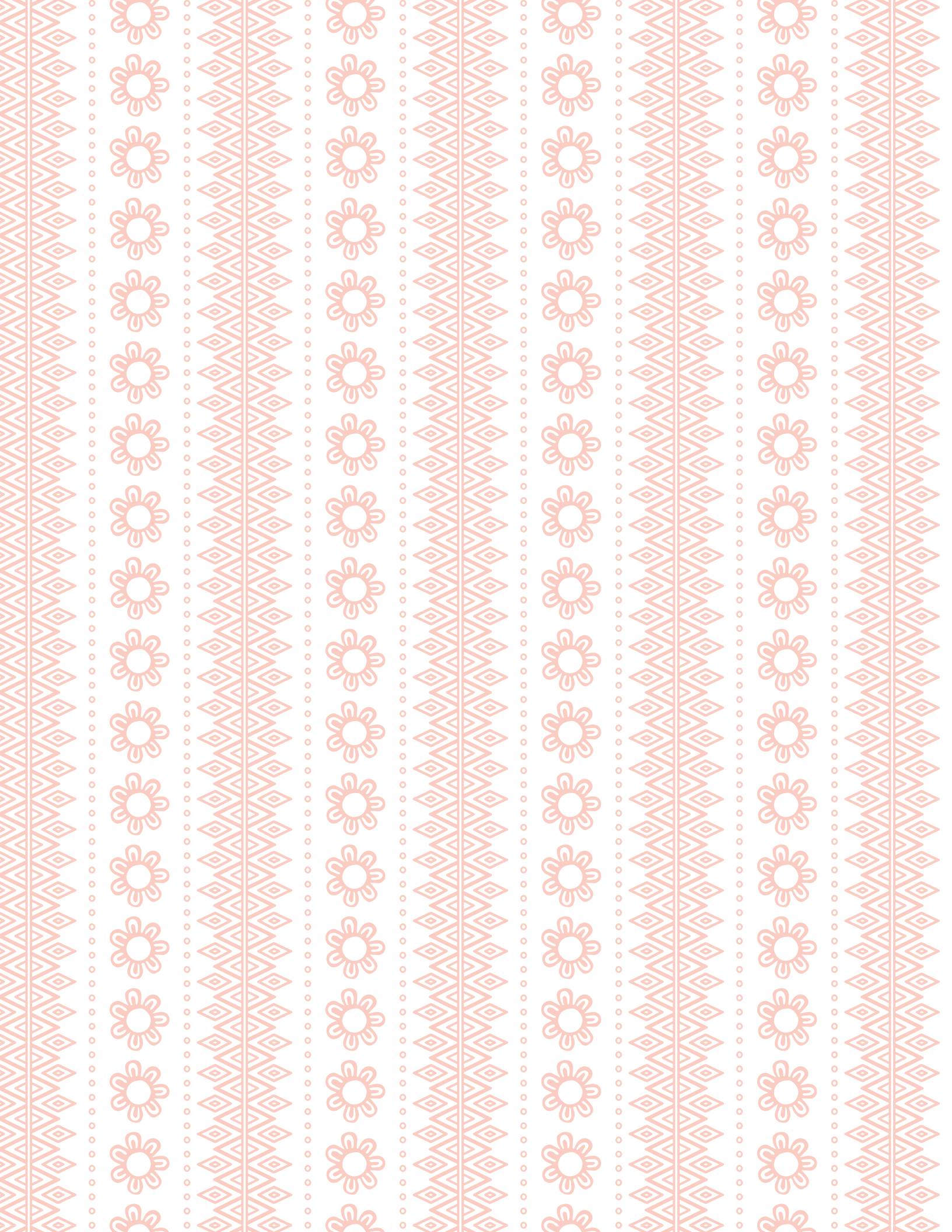
Factibilidad

Objetivos

Objetivo general

Objetivo específico de comunicación

Objetivo específico de diseño gráfico





1.1 | ANTECEDENTES

Cáritas de Guatemala es una fundación de asistencia social creada en 1961, bajo la tutela de la Conferencia Episcopal de Guatemala (CEG), que tiene como objetivo promover y realizar la asistencia caritativa en forma organizada, coordinando sus actividades con la política social desarrollada por la Conferencia Episcopal de Guatemala. (Cáritas de Guatemala, 2012)

En 1965 se introducen modificaciones a los estatutos, entre los cuales se mencionan:

- a. Servir como órgano principal en la administración y distribución de víveres
- b. Promover las gestiones para capacitación de personas

Durante el segundo semestre de 1996, se realizó una visita a la mayoría de los obispos que encabezaban las diócesis del país, con el propósito de escuchar, de parte de ellos, su orientación sobre lo que debía ser el papel de Cáritas para los próximos años.



Después de largas reflexiones y, con el aval de los obispos y miembros de las Cáritas Diocesanas, se logró estructurar un Plan de Acción que se presentó para el período comprendido entre 1997 y 2000.

A principios del año 2002, se inicia la reflexión para hacer un cambio profundo y crear la verdadera identidad de Pastoral Social - Cáritas de Guatemala, el cual queda oficializado con la conformación de su reglamento interno, creando una sola directiva, con miembros laicos y la Comisión Episcopal.

Para Cáritas de Guatemala, un proceso de comunicación comprende de la suma de actores para un cambio, tales como: universidades, centros de investigación, entre otros. Estos procesos desarrollados deben de comprometer a las personas en la búsqueda del desarrollo. El nuevo verbo para el desarrollo no debe ser “sensibilizar” sino “comprometer” a las personas.

Dentro de las acciones de desarrollo humano, integral y solidario, Cáritas de Guatemala ha implementado diferentes procesos en municipios y comunidades con altos índices de desnutrición, en los cuales se ha trabajado en favor del fortalecimiento de los Consejos Comunitarios de Desarrollo (COCODE), así como las Comisiones Comunitarias de Seguridad Alimentaria Nutricional conocidas como COCOSAN y la implementación de Sitios Centinela.

Guatemala, a nivel mundial, ocupa el 5°. puesto de los países con desnutrición crónica infantil, con el 47%. Esta afecta a seis de cada diez (60%) de los niños y las niñas indígenas según UNICEF (2017), es debido a ello por lo que la promoción de la Seguridad Alimentaria y

“El nuevo verbo para el desarrollo no debe ser ‘sensibilizar’ sino ‘comprometer’ a las personas”



del Derecho a la Alimentación ha sido implementado a través de metodologías de huertos familiares y comunitarios, mejora de granos básicos, proyectos pecuarios e iniciativas de producción comunitaria.

Dichas acciones buscan transformar la realidad, la historia, las condiciones de vida de las personas mediante del diálogo reflexivo, el compromiso voluntario, la gestión para incidir tanto en la vida de las familias, las comunidades y las instituciones del Estado. Sin embargo, es complicado abordar el problema desde todas sus perspectivas, por ello es necesario incidir en el cuidado integral de la mujer que se encuentra en las etapas de embarazo y lactancia.

Cáritas de Guatemala ha implementado una serie de proyectos con el fin de reducir la desnutrición infantil, en cuatro municipios de Quetzaltenango y Sololá (Guatemala). Tomando en cuenta temas que van desde la equidad de género hasta la integración de las cosmovisiones indígenas.



Fig. 1

Se ha realizado intercambios de tecnologías, para combatir la desnutrición, talleres de estandarización antropométrica a cargo de la Pastoral Social-Arquidiócesis de Quetzaltenango-Totonicapán y Cáritas Sololá. Este proceso es importante, pues permite identificar y corregir posibles errores en las mediciones de peso y talla realizadas en niñas y niños y mejorar la validez de los análisis que se generen a partir de estos datos.



Otro proyecto realizado en relación con el tema es el del Derecho a la Alimentación.

Dicho proyecto tiene como objetivo: Implementar alternativas que garanticen el derecho a la alimentación, mediante el apoyo productivo, organizativo y el fortalecimiento de capacidades para la incidencia en el manejo de recursos locales y el desarrollo rural sostenible en comunidades indígenas y campesinas.

Es importante tener presente que, si a los dos años de edad, un niño o niña no ha recibido la alimentación que necesita, se verá afectado para el resto de su vida impidiendo que desarrollen plenamente sus capacidades físicas y mentales. (Cáritas de Guatemala, 2017). Es por esta razón que se pretende poner en marcha este proyecto, ya que Cáritas de Guatemala no ha podido cubrir esta perspectiva de la desnutrición crónica infantil.

Esto se estará ejecutado por medio de guías didácticas para los padres de familia, con información acerca de los hábitos correctos de salud y nutrición materno infantil, adaptados a sus necesidades.

Tal como lo afirma Cáritas de Guatemala (2016), cada día que avanza, se hace evidente la urgencia de abordar el problema de la desnutrición desde una perspectiva integral, multidisciplinaria y multisectorial, para dar respuesta a una que día a día incide en el desarrollo de los niños y en la disminución de sus capacidades físicas, mentales y productivas del individuo, cuando ocurre entre la gestación y los treinta y seis (36) meses.



Fig. 2



1.2 | PROBLEMA

Desconocimiento de los hábitos correctos en la alimentación y salud de la mujer en la etapa de embarazo y lactancia, causando desnutrición crónica infantil, la cual vulnera su desarrollo integral.

1.3 | JUSTIFICACIÓN

Guatemala es un país con grandes contrastes y exageradas diferencias sociales, económicas y culturales. Todas estas variables son factores clave que limitan el pleno desarrollo en la calidad de una vida digna en las comunidades del área rural de Guatemala.

En la Región Suroccidental de Guatemala, hay aproximadamente un 43.15% de niños y niñas que comprenden las edades de 0 a 14 años. Es aquí donde se presenta un alto índice de desnutrición crónica, afectando a 6 de cada 10 niños y niñas indígenas menores de cinco años. (UNICEF, 2017)

Estas alarmantes cifras, provocan que disminuyan las posibilidades de un desarrollo integral de quienes se ven afectados por la desnutrición crónica.



Las causas del problema en esta región, no radican únicamente en la cantidad de alimentos que ingieran estos niños, si no en la calidad que están consumiendo, una buena atención y correcta aplicación de prácticas alimentarias por parte de los padres de familia.

La desnutrición crónica infantil, se comienza a formar durante la ventana de los primeros 1,000 días de los niños, este es el período que transcurre desde el embarazo -270 días promedio- hasta los dos años de vida del niño -730 días- (PAHO-OPS/OMS, s.f.)

Este proyecto servirá como una guía para los padres de familia, principalmente las madres, hacia la realización de una buena práctica alimentaria para la mujer en etapa de embarazo y lactancia y para el niño en sus primeros dos años de vida, con lo cual lograrán tener un desarrollo integral pleno.

Trascendencia

Para Cáritas de Guatemala es importante generar proyectos con amplio alcance para suprimir, en lo posible, la desnutrición crónica infantil en Guatemala, ya que con una infancia saludable, las personas pueden aspirar a un mejor futuro, un pleno desarrollo integral, con el que puedan ser miembros productivos y activos en su comunidad, en la sociedad, y en Guatemala.

Creando materiales gráficos adecuados para los futuros padres de familia, y familias con hijos menores de dos años, se espera reducir los casos de desnutrición crónica infantil en la Región Suroccidental de Guatemala. La desnutrición crónica infantil es causada por diversos factores; sociales, culturales, económicos



*“Las madres
informadas generan
transformaciones”*

y de educación. Estos factores han sido débiles causando, principalmente, una exclusión al acceso de la información adecuada para las comunidades del área rural de Guatemala. (UNICEF, 2011)

La Seguridad Alimentaria y Nutricional –SAN-, es un estado en el cual todas las personas gozan, en forma oportuna y permanente, de acceso físico, económico y social a los alimentos que necesitan, en cantidad y calidad, para su adecuado consumo y utilización, garantizándoles un estado de bienestar general que coadyuve al logro de su desarrollo. (INCAP, 1999).

Toda esta información, de la que hace referencia el Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá -INCAP-, relacionada a la nutrición, es fundamental para mejorar la situación de salud en la población atendida. Es por ello que los padres deben tener esta información, adecuada a sus necesidades, para poder ponerlas en práctica en la alimentación de sus hijos y, con ello, proyectarles un mejor futuro.

El ciclo de la desnutrición crónica infantil empieza durante el embarazo. Al poner esta información en manos de los padres de familia, este ciclo se romperá, y con ello, muchos cambios positivos le esperan a la madre y a sus hijos.

Las madres informadas generan transformaciones personales y sociales, tales como: salud integral, confianza consigo mismas, amor propio y por su familia y apoyo para su familia.



De igual forma, el hijo o hija (s) tendrá buena salud, buen rendimiento físico y mental, crecimiento y desarrollo de su cerebro, con ello un buen desempeño escolar y un futuro próspero como adulto productivo.

Actualmente, la desnutrición crónica infantil afecta más en el área rural en un 43.4%, (UNICEF, 2017) en donde el nivel de analfabetismo es mayor, presentando un promedio de 55% en la Región Suroccidental de Guatemala, según lo afirma el Comité Nacional de Alfabetización -CONALFA-. (CONALFA, 2016) Es por ello que estos materiales gráficos creados, deben tener un predominio de la gráfica sobre el texto, para que estas personas a las cuales se dirige el contenido, puedan comprender de una mejor forma para aplicarlo a su vida.

Con esto, la creación de proyectos para disminuir la desnutrición crónica infantil, provocará grandes cambios en los niños, tales como un correcto crecimiento físico, y buen desarrollo motor, buen desarrollo cognitivo y una buena salud.

De igual forma para la familia, brindará tranquilidad y seguridad a nivel social y económico, ya que un hijo bien alimentado no significará excesivos gastos para cuidar su salud y podrá desarrollarse como un niño sano.

Cuando estas madres y los niños salen de este ciclo, tendrán un mejor futuro, alcanzando mejores niveles de educación y mejores oportunidades laborales en su etapa adulta.

Con ilustraciones adecuadas, la comprensión es mejor ya que esta desarrolla sus propios lenguajes visuales y

*“...mejores
oportunidades
laborales en
su etapa adulta”*



su modo de concebir imágenes, empatizando de una manera más directa con el grupo objetivo.

De igual forma, las ilustraciones facilitarán la memorabilidad del receptor. Adaptándolas al contexto, existe siempre una carga narrativa más evidente y directa hacia el grupo objetivo, el cual se sentirá identificado y el aprendizaje se les facilitará debido a la empatía generada.

Un buen comienzo, para el niño o niña que se está desarrollando en el vientre de su madre, es fundamental, no solamente para su supervivencia sino también para su desarrollo físico, intelectual y emocional. Si en los primeros dos años de vida se le brinda una correcta práctica de salud y nutrición, hay grandes posibilidades que pueda alcanzar su pleno potencial y erradicar el ciclo de pobreza y hambruna sin fin que se vive en su comunidad.

Este proyecto pretende que los niveles de desnutrición crónica infantil disminuyan y que se rompa el círculo vicioso de la desnutrición en la Región Suroccidental de Guatemala, ya que actualmente es la región más vulnerable con este problema.



Incidencia

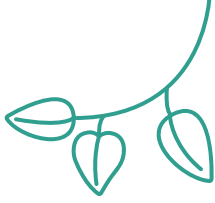
Las consecuencias de la desnutrición crónica infantil conllevan a un estado cíclico o a un círculo vicioso en el cual se sigue acrecentando la pobreza, exclusión social, limitación de una vida digna y menor acceso a servicios básicos, debido a la desinformación o descuido que se le tiene al problema, por parte de las propias comunidades hasta el Estado de Guatemala.

Cuando una mujer en estado de embarazo tiene baja estatura, obesidad y anemia, se da como resultado un niño o niña con desnutrición crónica.

Después del parto, los niños son expuestos a prácticas negligentes y deficientes de lactancia y alimentación, provocando que este estado no pare.

Adoptar un buen cuidado en la alimentación para los niños en sus primeros 1000 días de vida, previene que estas situaciones se agudicen. Una desnutrición va interrelacionada con el hambre y la pobreza extrema, es decir; que si el descuido en la alimentación de la madre en etapa de embarazo y del niño en sus primeros dos años de vida, provocarán un futuro de calamidad en todos los sentidos.

La falta de interés y el descuido de los padres, solo incrementan el círculo vicioso de la desnutrición, ya que la desinformación conlleva al descuido, y este provoca que la madre no esté bien alimentada. Cuando la madre está embarazada y mal alimentada, y luego de eso dar a luz, el niño o niña tiene muchas probabilidades de nacer con la desnutrición crónica.



“Ninguna de estas organizaciones tienen material gráfico adecuado al contexto”

Si la madre sigue alimentándose mal, y luego queda embarazada, todo se vuelve a repetir sin acabar, vulnerando así, el desarrollo integral de su hijo o hija.

Por los mismos esquemas de exclusión que hay en la sociedad, no existen materiales adecuados a las características de los padres y madres de familia que necesitan informarse de cómo realizar de manera correcta estas prácticas alimentarias.

Las mujeres de las comunidades tienen un nivel lector sumamente bajo, y el material que hay en existencia mantiene un alto predominio de texto, el cual resulta poco eficaz para aplicarlo a estos lugares de la Región Suroccidental de Guatemala.

Esto provoca que la desinformación se mantenga y con ello, los padres no tengan la preparación adecuada que les permita ofrecerles a sus hijos un pleno desarrollo integral, por el contrario, estas acciones son el reflejo de un escenario incierto de su futuro y para el país, que esto provoque cifras desalentadoras.

El proyecto que se desarrollará para resolver la problemática, se basa en la creación de guías didácticas las cuales presentarán el contenido de manera gráfica para que pueda ser comprendido con gran satisfacción por el grupo objetivo.

Con una correcta comprensión de los materiales diseñados, las futuras madres de familia, estarán mejor informadas y pueden comenzar con los cuidados, tomar en cuenta las recomendaciones y estar preparadas para la llegada del nuevo integrante de la familia y para ofrecerle una mejor calidad de vida.



Factibilidad

Con 55 años de fundación, Cáritas de Guatemala es una fundación sólida que desarrolla proyectos que impulsan el desarrollo integral de Guatemala.

En la actualidad diversas organizaciones atienden el problema de la desnutrición en Guatemala, sin embargo ninguna de estas organizaciones tienen material gráfico adecuado al contexto. Debido a esto se pretende implementar este proyecto alternativo a los programas existentes de Cáritas de Guatemala.

Cáritas de Guatemala implementa proyectos que estén orientados hacia el desarrollo de la Seguridad Alimentaria y Nutricional en Guatemala, hacia poblaciones vulnerables y un claro enfoque social.

Esta fundación cuenta con personal especializado para investigar y brindar toda la información necesaria que se colocará en estas guías didácticas y capacitadores que puedan orientar a las mujeres en el seguimiento correcto de las mismas, utilizando de referencia los materiales educativos en “Nutrición materno-infantil en los primeros 1,000 días de vida” de la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional –SESAN–.

El proyecto consiste en crear guías didácticas sobre salud y nutrición sumamente gráficas como una herramienta que informe y prepare a los padres de familia de las comunidades del área rural de la Región Suroccidental de Guatemala acerca de la correcta



práctica alimentaria en la etapa de embarazo y lactancia para las madres y sus hijos menores de 2 años, tal como lo recomienda la Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional -SESAN-.

Al proporcionar a las madres estas guías serán beneficiadas, ya que, contarán con un recurso que les facilite la comprensión y puedan aplicarlo día a día.

De igual forma estas guías contarán con espacios especiales en donde ellas puedan llevar un control de su embarazo, su alimentación y la alimentación de sus hijos durante los primeros 1000 días de vida.

Cáritas de Guatemala realiza alianzas estratégicas, y de esta forma el proyecto puede tener mayor alcance y ser reproducido para las familias que actualmente atienden. Este material puede ser reproducido cuando lo deseen para ser entregado al grupo objetivo en capacitaciones, charlas y talleres que se realicen.



1.4 | OBJETIVOS

Objetivo General

Promover las buenas prácticas de salud y nutrición por medio de guías didácticas dirigidas a mujeres indígenas residentes en la Región Suroccidental de Guatemala, para monitorear su progreso durante la ventana de los primeros 1,000 días en dirección a una mejor calidad de vida y desarrollo integral, poniéndolas en práctica en el segundo semestre del año 2018.

Específico de comunicación visual

Informar a madres de familia por medio de guías didácticas que faciliten la comprensión en cuanto a temas relacionados con nutrición y salud materno infantil en la ventana de los 1,000 días, como herramienta para el desarrollo integral de las comunidades de la Región Suroccidente de Guatemala.

Específico de diseño

Realizar un diseño gráfico que tenga predominio de la imagen sobre el texto y con ilustraciones adaptadas al contexto de las comunidades de la Región Suroccidente de Guatemala, con el fin de generar una mayor identificación y que enriquezcan la composición visual de las piezas gráficas.



CAPÍTULO

02 PERFILES

Perfil de la institución

Perfil del grupo objetivo



| 2.1 | PERFIL DE LA INSTITUCIÓN



Fig. 3

Características del sector social

La fundación Caritas de Guatemala tiene como objetivo impulsar un desarrollo humano integral, que busca sobre todo promover los buenos principios humanos y la justicia social en Guatemala. Se dedica a irradiar la caridad, la promoción humana y la justicia social en Guatemala, en forma ecuménica, promueve la vida, la dignidad humana, la justicia, la paz y la solidaridad, signos del Reino de Dios.

Colabora con las instituciones Católicas y de Asistencia Social dependiendo jerárquicamente de la Conferencia Episcopal de Guatemala y pertenece a la Confederación de Caritas *Internationalis*. Siendo una fundación apolítica y no lucrativa, realiza desde hace varios años diferentes proyectos a favor de la población en distintos departamentos del país.



Caritas de Guatemala es una fundación caritativa, apolítica y no lucrativa que se encuentra ubicada en el Km. 15 Carretera Roosevelt 4-54 zona 3 de Mixco.



Los principales problemas atendidos por la fundación son los que se encuentran relacionados a la falta de atención en salud, los bajos niveles productivos en el país, la desnutrición en el país, hay una mala calidad en los servicios de salud, los bajos niveles de educación, y otros aspectos de servicios que son necesarios para el desarrollo humano integral de la población.

La fundación recibe el apoyo de otras organizaciones similares que operan en Europa y Asia, quienes les ayudan con proyectos, especialmente en casos de emergencias.

Historial de la institución

Cáritas desarrolla su labor en los siguientes países de América:

Antillas, Argentina, Bolivia, Brasil, Canadá, Chile, Colombia, Costa Rica, Cuba, República Dominicana, Ecuador, El Salvador, Estados Unidos, Guatemala, Haití, Honduras, México, Nicaragua, Panamá, Paraguay, Perú, Puerto Rico, Uruguay y Venezuela.



Los inicios de Caritas internacional se remontan a una organización creada inicialmente en Colonia, Alemania, el 9 de noviembre de 1897 por el prelado (sacerdote) *Lorenz Werthmann*, “*Charitasverband für das katholische Deutschland*” (Asociación Caritativa para la Alemania Católica, así fue nombre original). (Cáritas Arquidiocesan, 2014)

Cáritas nace como institución eclesial como el instrumento oficial de la Iglesia para coordinar y animar las obras ya existentes (Cáritas de Guatemala, 2012).



De esta frase se desarrollan dos elementos constitutivos de Cáritas:

Ser un órgano oficial del Episcopado

Ser un instrumento que anima y sirva al conjunto de las acciones sociales de la Iglesia.

Cáritas de Guatemala es una fundación de asistencia social creada en 1961, bajo la tutela de la Conferencia Episcopal de Guatemala (CEG), que tiene como objetivo promover y realizar la asistencia caritativa en forma organizada, coordinando sus actividades con la política social desarrollada por la Conferencia Episcopal de Guatemala y colaborando con las instituciones católicas y asistencia social, establecidas o que se establezcan en el futuro. (Cáritas de Guatemala, 2012)

En el año de 1965 se introducen a Cáritas modificaciones a los estatutos, entre los cuales se mencionan:

a. “Servir como órgano principal en la administración y distribución de víveres”

b. “Promover las gestiones para capacitación de personas”

Tal como lo indica el Plan Estratégico de Cáritas de Guatemala (2012) en 1976 se establece que Cáritas es un órgano de la pastoral social de la Iglesia siendo el coordinador oficial de la acción social de la Iglesia que deberá generar, promover, e incentivar programas en favor de los más pobres del país, que impulse un



desarrollo humano integral, basado en el Evangelio, Magisterio y Doctrina Social de la Iglesia; promoviendo la vida, la dignidad humana, la justicia, la paz y la solidaridad. A través de los años, Cáritas de Guatemala realizó una labor destacada en la reconstrucción de Guatemala después del terremoto de 1976. Durante el segundo semestre de 1996, se visitó a la mayoría de los Obispos que encabezaban las diócesis del país, con el propósito de escuchar de parte de ellos, su orientación sobre lo que debía ser el papel de Cáritas para los próximos años. (Cáritas de Guatemala, 2012)

Después de largas reflexiones y, con el aval de los Obispos y miembros de las Cáritas Diocesanas, se logró estructurar un Plan de Acción que se presentó para el período de 1997 al 2000 y con el pasar de los años Cáritas de Guatemala ha trabajado Planes estratégicos para alcanzar los objetivos planteados en ciertos períodos de tiempo. (Cáritas de Guatemala, 2012)

Los congresos de *Cáritas Internationalis* han reafirmado el compromiso eclesial con la realidad de los más necesitados: servir a los pobres y asumir los retos que el mundo de hoy nos plantea, irradiar la caridad y la justicia social en el mundo.

De esta idea, se desprende una tarea pedagógica de parte de Cáritas al interior de la sociedad, como parte de su vocación y nos compromete a promover una cultura de fraternidad en un mundo que se deshumaniza. Un reto al que no podemos renunciar como sociedad, si queremos ser fieles a las raíces y a la vocación de Cáritas en la comunidad eclesial.

“Servir a los pobres y asumir los retos que el mundo de hoy nos plantea, irradiar la caridad y la justicia social en el mundo”



Filosofía

Misión

Cáritas de Guatemala es una instancia de la iglesia católica guatemalteca que, a la luz del Evangelio y la Doctrina Social de la Iglesia, acompañamos y contribuimos al proceso de transformación de la realidad de los pueblos de Guatemala, con acciones de asistencia solidaria, promoción humana e incidencia a nivel nacional, con el protagonismo de los pobres y excluidos; para construir, en armonía con la creación, una sociedad justa, digna y fraterna, como signo del Reino de Dios. (Cáritas de Guatemala, 2016)

Visión

Queremos una Cáritas Nacional en comunión y participación diocesana; vinculada y trabajando conjuntamente con las demás Comisiones de la Pastoral Social Nacional, en sintonía y protagonismo con las líneas pastorales de la Zona CAMEX; con la fortaleza, eficacia y eficiencia para responder y atender solidariamente a la población más vulnerable, con acciones de asistencia solidaria y promoción humana que inciden en los procesos históricos de transformación nacional, para hacer presente el Reino de Dios. (Cáritas de Guatemala, 2016)



Objetivos de Cáritas de Guatemala

Objetivo general:

Fortalecer de manera estructurada, coordinada, orgánica e integral el compromiso de la pastoral social que se realiza a través de las Cáritas Arquidiocesanas, Diocesanas y Vicariatos de Guatemala, iluminando desde la sensibilidad y compasión del Evangelio y la Doctrina Social de la Iglesia, la liberación auténtica de toda persona humana, haciendo presente el Reino de Dios en la realidad y coyuntura social guatemalteca, en comunión con todas las demás Instancias eclesiales de pastoral social; abiertos a la coordinación con la obra social de otras denominaciones cristianas y con la de las instituciones civiles.

Objetivos específicos:

Fortalecer la estructura y funcionalidad de las Cáritas Nacional en armonía, inclusión y protagonismo de todas las Cáritas como instancia que anime, motive y coordine el compromiso de pastoral social de las Cáritas Diocesanas de manera estructurada, orgánica e integral.

Fortalecer la incidencia social mediante el anuncio, denuncia y testimonio evangélico; en la elaboración e implementación de políticas sociales de inclusión que atiendan las variadas necesidades de la población y que conduzcan a un desarrollo humano sostenible integral.

Promover y formar cauces para el ejercicio de la caridad, subsidiariedad y solidaridad cristiana a ejemplo del buen Samaritano.



Participar y animar el protagonismo de las Cáritas, en la dinámica de trabajo y actividades que se promueven a nivel de la Zona Camex.

Fortalecer a oficina de Cáritas de Guatemala, para que responda efectivamente a las directrices que se sugieren e indican por parte de la Asamblea y Directiva Nacional de Cáritas. (Cáritas de Guatemala, 2016)

Valores

Respeto y defensa de la vida humana y de su dignidad en armonía con la creación y el medio ambiente.

Amor y respeto al pueblo, que significa buscar el bien de los demás e implica respeto a las personas, a su cultura y sus propios procesos.

Servicio, como respuesta al seguimiento de la actitud evangélica de compasión y sensibilidad por los demás, particularmente por los menos favorecidos.

Pasión por la justicia y por la libertad frente a un sistema opresor.

Pasión por la verdad, que es coherencia, responsabilidad y disciplina en lo que se proclama y se realiza.

Conciencia social, que es la disponibilidad y apertura para atender los desafíos de la realidad.

Autoestima y madurez humana, para que, libres de complejos ó comportamientos de inferioridad o superioridad, se pueda valorar y respetar a los demás.



Capacidad de escucha y diálogo, su fundamento es la conciencia de que todos tenemos los mismos derechos y responsabilidades.

La equidad de género traducida en nuestras acciones y discursos.

Solidaridad siendo sensibles, compasivos y activos ante todo sufrimiento humano.

Apertura y diálogo con todas las expresiones religiosas que luchan por la vida.

Búsqueda del bien común, sin privilegios, por encima de intereses personales o de grupo.

Principios fundamentales

Dignidad de la persona humana: toda persona tiene dignidad dada por Dios al haber sido creado a su imagen y semejanza.

La Iglesia ve en los hombres y mujeres, en toda persona, la imagen viva del mismo Dios; Cristo, por medio de la encarnación, se ha unido a cada persona dándole una dignidad incomparable e inalienable.

Bien común: de la dignidad, unidad e igualdad de todas las personas deriva, en primer lugar, el principio del bien común, exige la capacidad y la búsqueda constante del bien de los demás como si fuese el bien propio.

Destino universal de los bienes: Dios ha dado la tierra a todo el género humano para que ella sustente a todos los habitantes, sin excluir a nadie ni privilegiar

*“Dios ha dado la
tierra a todo el género
humano...”*



“Empeñarse por el bien de todos/as de manera responsable, sensible y compasiva unos de otros”

a ninguno; por su misma fecundidad y capacidad de satisfacer las necesidades de los seres humanos, es el primer don de Dios para el sustento de la vida.

Subsidiariedad: es imposible promover la dignidad de la persona si no se cuida a la familia, los grupos, asociaciones, las realidades territoriales locales en definitiva; aquellas expresiones agregativas de tipo económico, social, cultural, deportivas, recreativas, profesionales, políticas, a las que las personas dan vida espontáneamente y que hacen posible su efectivo crecimiento social.

La red de estas relaciones forma el tejido social y constituye la base de una verdadera comunidad de personas, haciendo posible el reconocimiento de formas más elevadas de sociabilidad.

Participación y comunión: en actividades donde el ciudadano/a como individuo o asociado/a a otros/as, directamente o por medio de los propios representantes, contribuye a la vida cultural, económica, política y social de la comunidad a la que pertenece. La participación es un deber que todos han de cumplir conscientemente, en modo responsable y con vista al bien común.

Solidaridad: es la determinación firme y perseverante de empeñarse por el bien de todos/as de manera responsable, sensible y compasiva unos de otros.

Opción por los pobres: implica defender y promover los derechos de los pobres, marginados y los oprimidos (Cáritas de Guatemala, 2016)



Horizontalidad: que genera una relación entre iguales, una relación compartida con actitudes, responsabilidades y compromisos hacia logros y resultados exitosos. La igualdad se da porque el facilitador como él o la participante son adultos y poseen experiencia, lo que determina en gran medida la organización de los procesos educativos, que incluyen vivencias, aspiraciones, necesidades, madurez e intereses de personas adultas. (Cáritas de Guatemala, 2016)

Participación: significa tomar decisiones en conjunto o compartir determinada tarea. Esto requiere madurez, reflexión, valoración hacia la otra persona, empatía, respeto, motivación. Los procesos en la práctica educativa con personas adultas orientan más en lugar de enseñar y aprender.

Ejes transversales

Medio ambiente

Gestión de riesgos y emergencias

Multiculturalidad

Género: abordar la cuestión de género en cualquier acción evangelizadora supone identificar que se está trabajando por alcanzar la bienaventuranza de la justicia, con el objetivo de lograr una mayor equidad entre ambos sexos.



Comunicación: se comprende la pastoral como la labor de la Iglesia de anunciar y comunicar la vida que ella tiene como participación de la Vida de Dios, siguiendo los pasos de Jesús. Por eso, comunica para incidir en favor de una cultura de valores por la vida y la dignidad humana. Para tener presencia en la Iglesia y en la sociedad y contribuir a que las decisiones vitales sean tomadas teniendo en consideración a los predilectos del Señor: los pobres.

Participación ciudadana e incidencia política: los sistemas políticos necesitan fortalecer su vocación al bien común, por eso Cáritas cree que es un tiempo para participar de un modo más organizado, potenciando el trabajo en red con otros, la formación y los espacios de incidencia, que permitan construir una cultura inclusiva, comunitaria y con responsabilidad socio política. (Cáritas de Guatemala, 2016)

Estrategias de Cáritas de Guatemala

Fortalecimiento y desarrollo de Cáritas de Guatemala: formación integral y sostenibilidad.

Ejercicio de la caridad: promoción y desarrollo humano integral.

Participación ciudadana para contribuir a la transformación social: promoción de la gobernanza.

Servicios que presta a diversos usuarios



Área de cobertura

El área de influencia comprende la Región Suroccidental de Guatemala, específicamente de los Departamentos de Quetzaltenango y Sololá. En Quetzaltenango abarcan los municipios de San Juan Ostuncalco y San Martín Sacatepéquez y en Sololá abarcan los municipios de Sololá y San José Chacayá.

Población meta

Cáritas de Guatemala atiende alrededor de 1,050 familias. Padres de familia con un rango de edad de 20 a 60 años, la edad promedio es de 32.08 años. Y madres de familia, las cuales su edad promedio es de 30.48 años y el rango de edad está comprendido entre los 17 y 49 años.

Proyectos realizados

Proyecto juvenil Convivencia Pacífica y Reducción de Violencia:

Cáritas de Guatemala y la Red Multisectorial para el Desarrollo de Mixco realizan Foro “La Juventud y su incidencia para la prevención de la violencia en el Municipio de Mixco”.

Espacio de análisis, discusión y reflexión acerca de la problemática y los principales factores de riesgo que afectan a la juventud en el municipio, para generar propuestas de acción interinstitucionales.



Fig. 4



Fig. 5



Taller con jóvenes de Centros Educativos:

Pastorales y Grupos Comunitarios sobre “Derechos Fundamentales de la Juventud” en la Parroquia Nuestra Señora de Belén, La Brigada zona 7 de Mixco. (Cáritas de Guatemala, 2016)

Reduciendo la Desnutrición Infantil



Fig. 6

En cuatro municipios de Quetzaltenango y Sololá (Guatemala) desde la equidad de género y la integración de las cosmovisiones indígenas. Por medio de intercambios de tecnologías, para combatir la desnutrición.

Este proceso es importante ya que permite identificar y corregir posibles errores en las mediciones de peso y talla realizadas en niños(as) y mejorar la validez de los análisis que se generen a partir de estos datos.

Identidad y comunicación visuales

Cáritas de Guatemala utiliza la misma imagen a nivel internacional, el logotipo no puede ser modificado.

A pesar de ser una institución a nivel internacional, no existe un manual de normas gráficas con el cual se puedan guiar los países aliados.

Caritas Guatemala ha trabajado en cooperación fraterna con otros miembros de la Confederación Caritas: española, noruega y coreana, entre otras, y con cada proyecto que realizan la línea gráfica cambia.



Es por ello que Cáritas de Guatemala no poseen una línea gráfica establecida, el material que realizan contiene ilustraciones contextualizadas a las comunidades atendidas y respondiendo a las necesidades del momento.



Fig. 7



Fig. 8



Fig. 9



Fig. 10



Fig. 11

2.2 | PERFIL DEL GRUPO OBJETIVO



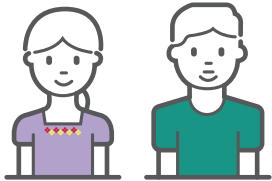
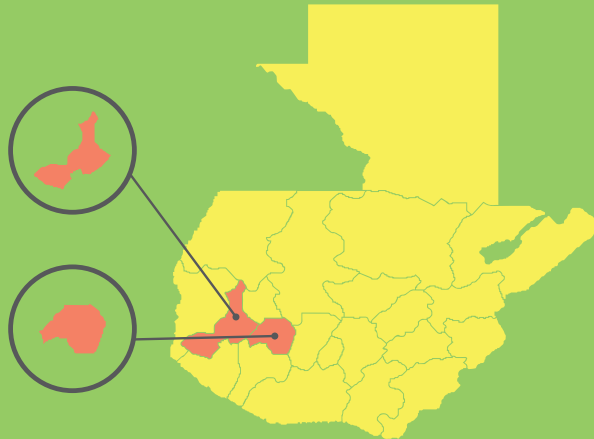
Mujeres en etapa de embarazo y lactancia del área rural de Guatemala, específicamente la Región Suroccidental; en los Departamentos de Quetzaltenango y Sololá.

Quetzaltenango

Quetzaltenango en los municipios de San Juan Ostuncalco y San Martín Sacatepéquez.

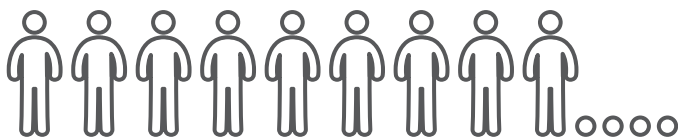
Sololá

Sololá en los municipios de Sololá y San José Chacayá.



Rango
18-47 años
Promedio
29 años

Su familia se compone de 3 a 18 miembros



Cosechan



Tejen



Cuidan el hogar

Características socioeconómicas



Nivel
BAJO Y VULNERABLE*

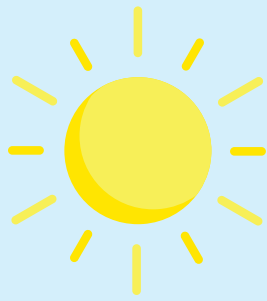
Ingresos
Q. 500.00

1,000.00
Mensual

*Según el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo en Guatemala (2014) en donde establece que esta población tiene ingresos de \$4 y \$10 al día, este análisis se basa en los datos del Centro de Estudios Distributivos Laborales y Sociales (CEDLAS).

Los productos de consumo básico los consiguen en tiendas o mercados.





Se caracterizan por **la unión familiar**

Jornada laboral desde

6 AM

Finaliza a las

6 PM

Hijos de **6 a 10 años** asisten a la escuela



Medio de transporte: **Pickup o a pie**



Fuente: Elaboración propia
Referencias: Información proporcionada por Cáritas de Guatemala (2017)

22.65%

Es su nivel de educación

Andragogía

Su aprendizaje debe estar encaminada a incrementar el **pensamiento, la autogestión**, el mejoramiento de sus prácticas para tener una **vida digna**, la generación de oportunidades para lograr una **autorrealización**.

Idiomas

MAM

KAKCHIQUEL

K'ICHE'

ESPAÑOL





CAPÍTULO

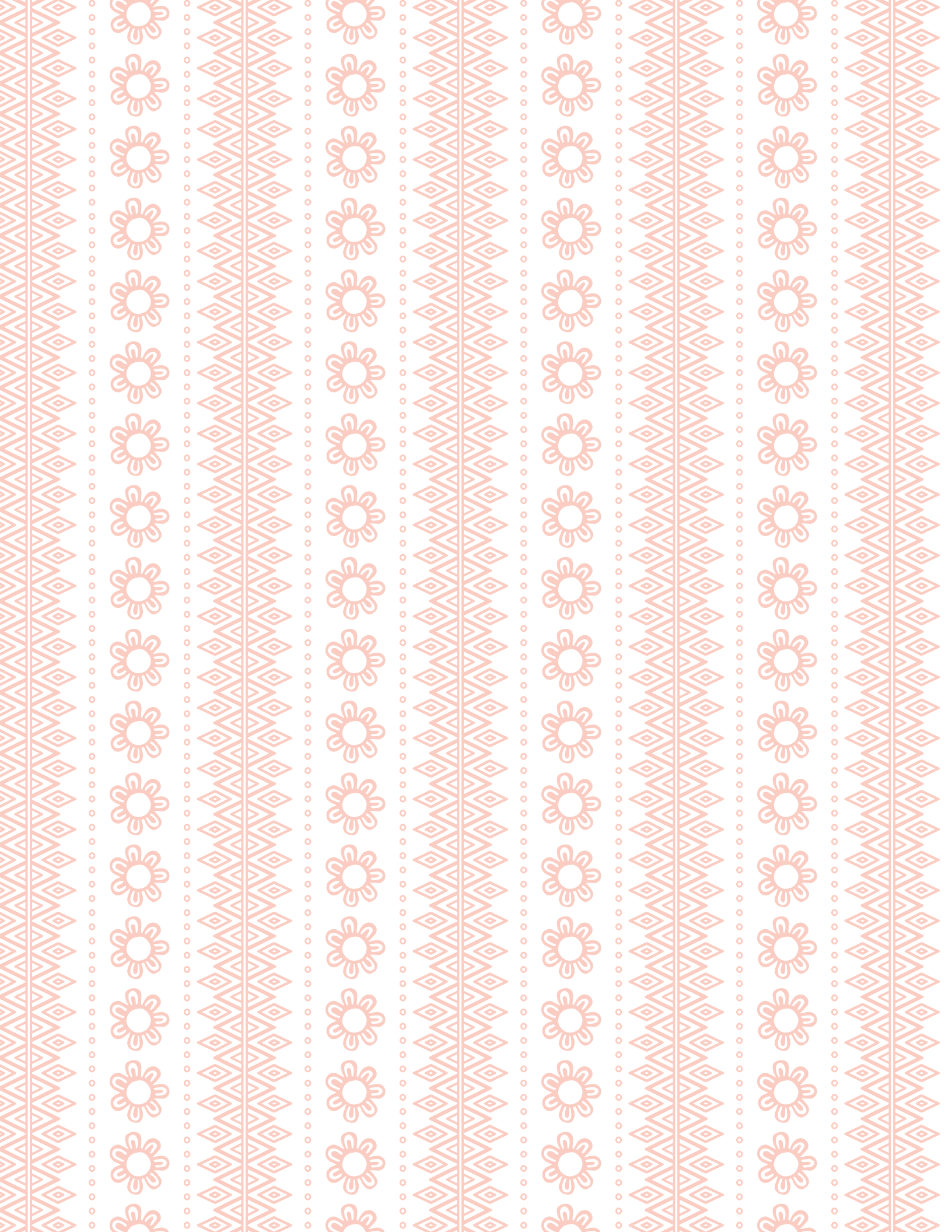
03

PLANEACIÓN OPERATIVA

Flujograma

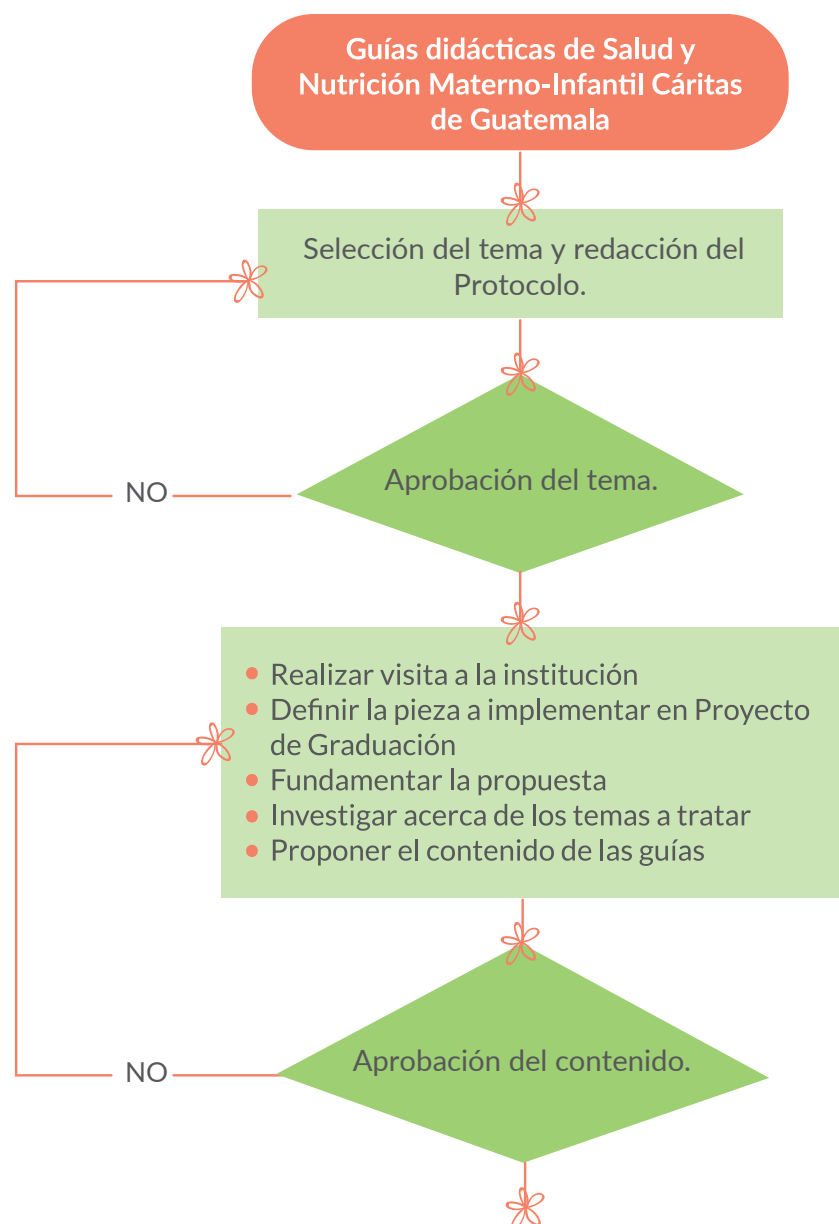
Cronograma

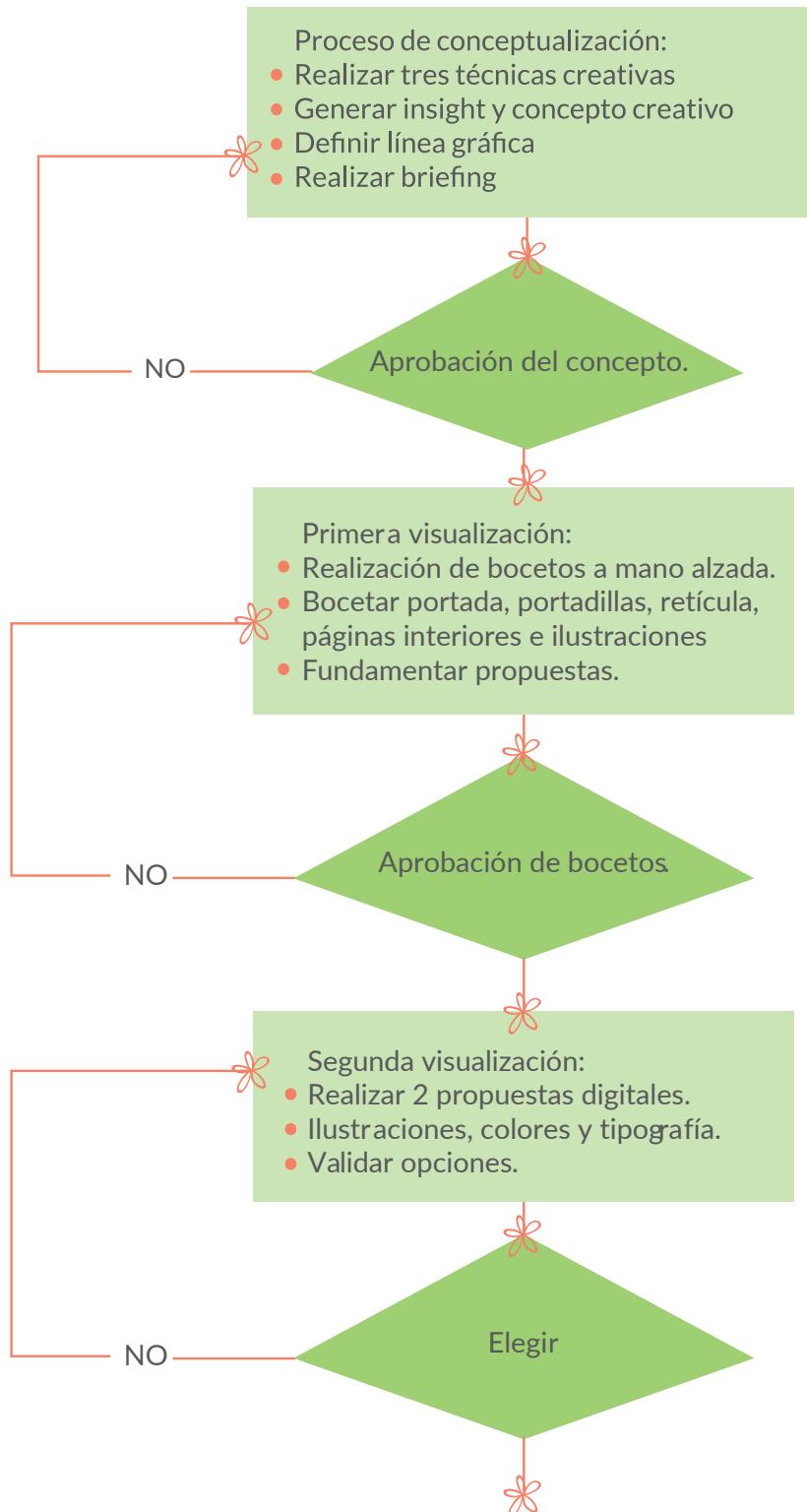
Previsión de recursos y costos

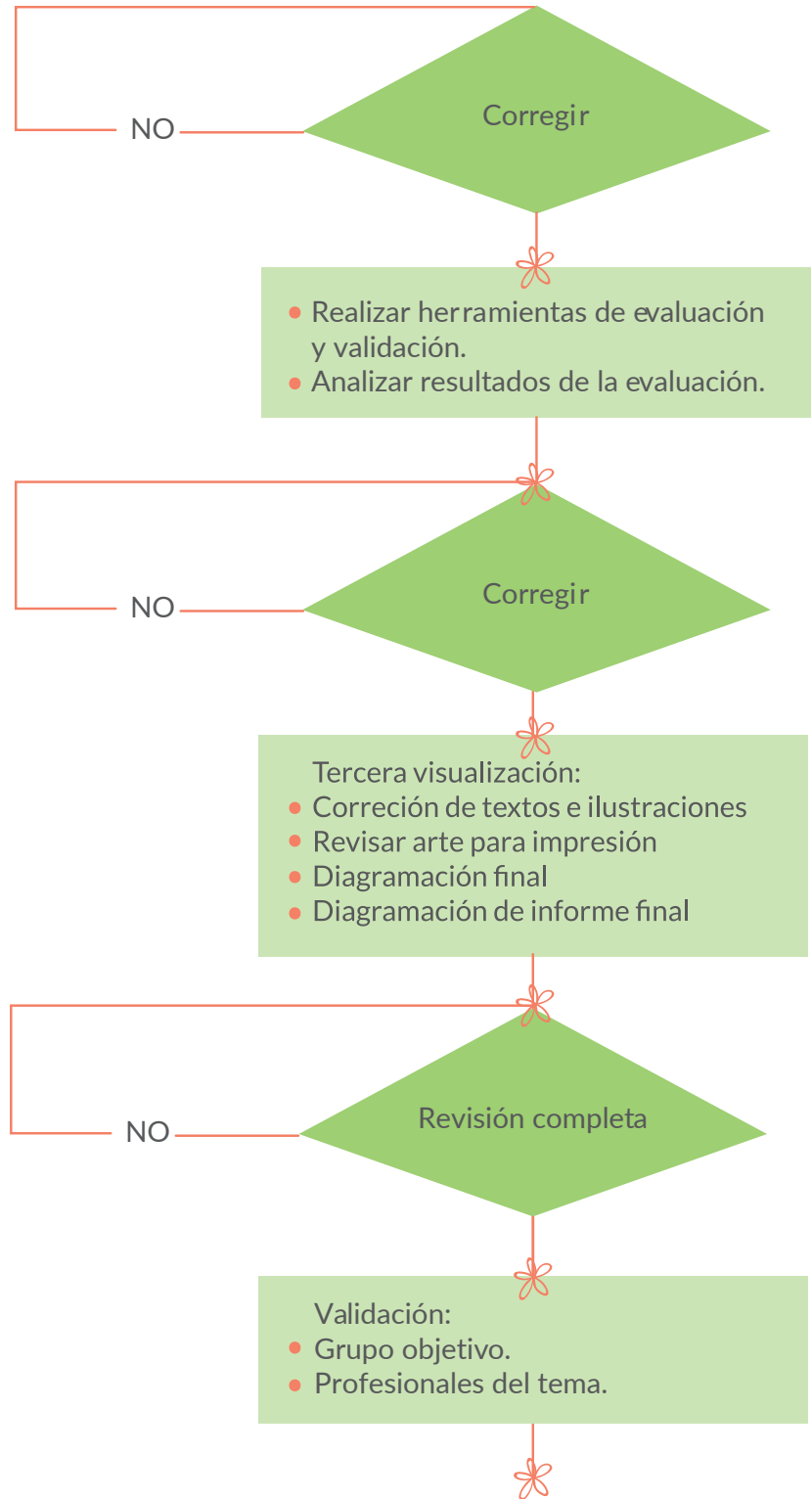




3.1 FLUJOGRAMA







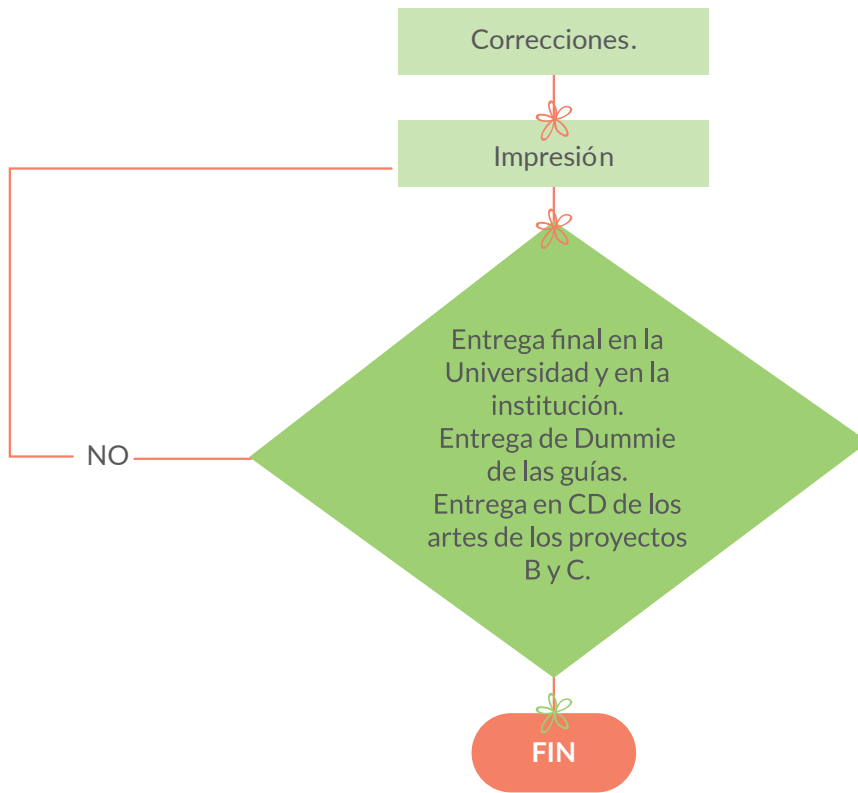
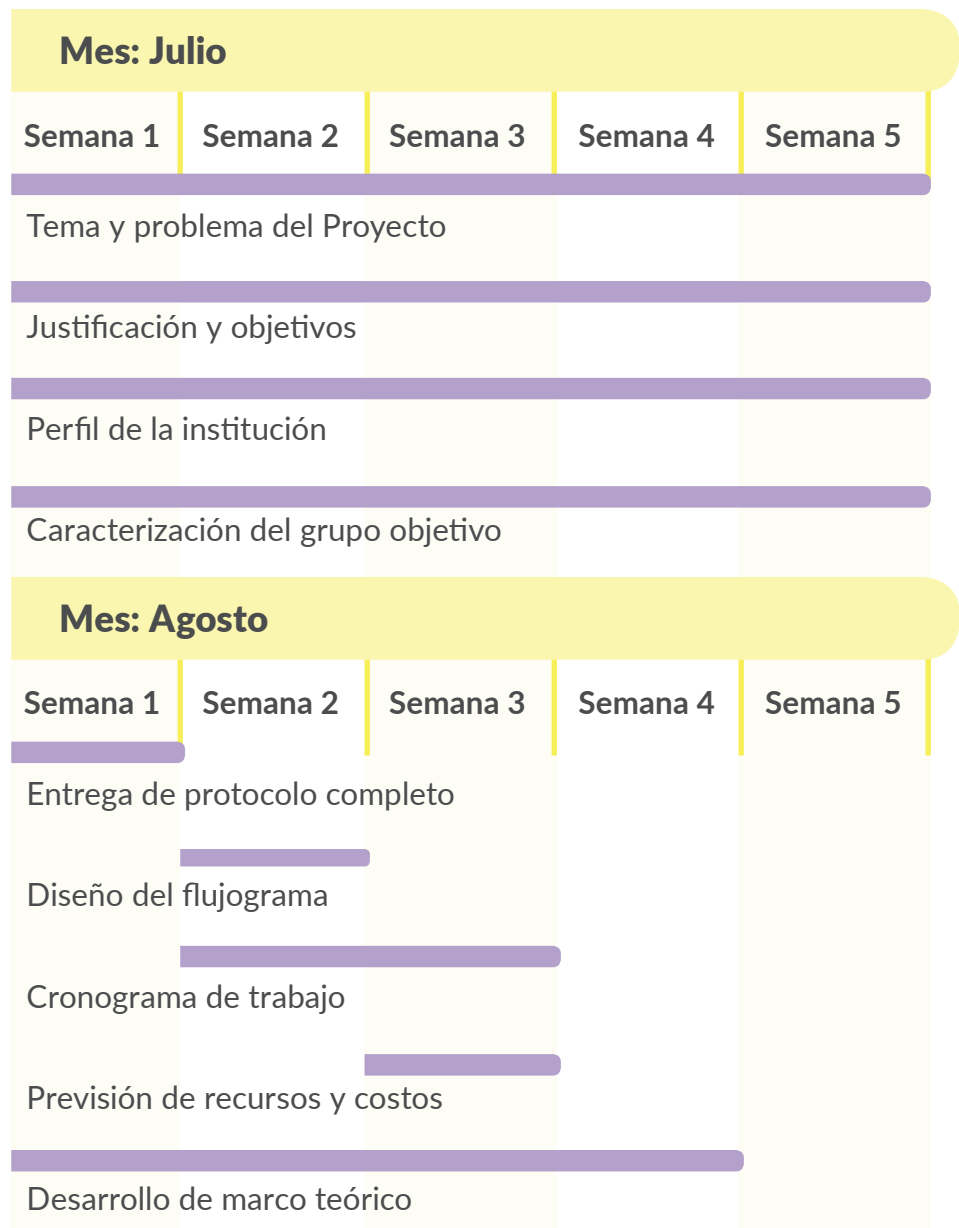


Fig. 12



3.2 | CRONOGRAMA



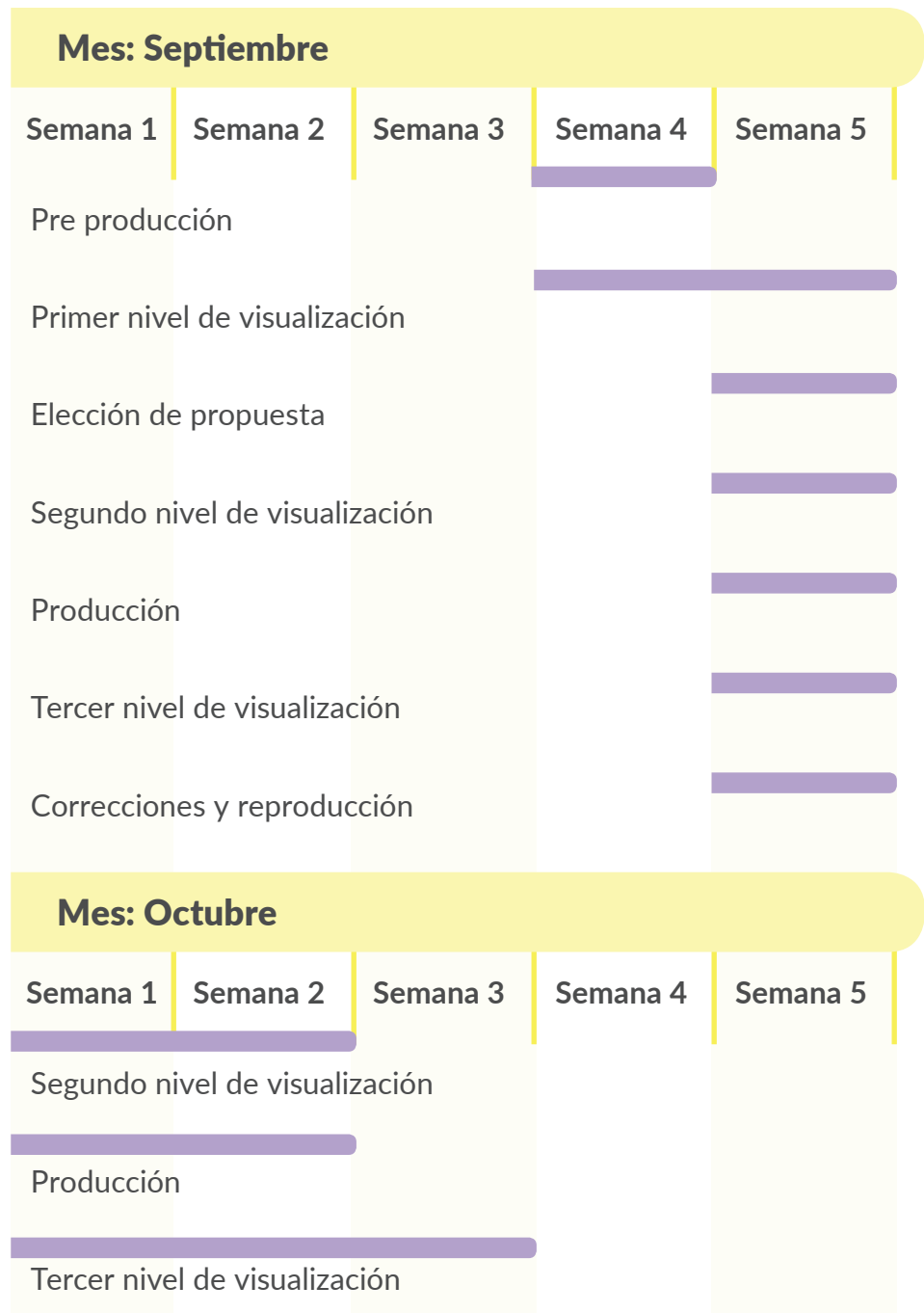


Mes: Agosto

Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5
Redacción de ensayo 1				
	Redacción de ensayo 2			
Mapa de empatía, 6W, SPICE y POEMS				
		Técnicas creativas		
		<i>Insight</i> y concepto creativo		
		Códigos visuales y construcción de línea gráfica		

Mes: Septiembre

Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5
Mapa de empatía, 6W, SPICE y POEMS				
Técnicas creativas				
<i>Insight</i> y concepto creativo				
Códigos visuales y construcción de línea gráfica				
	Estrategia creativa			



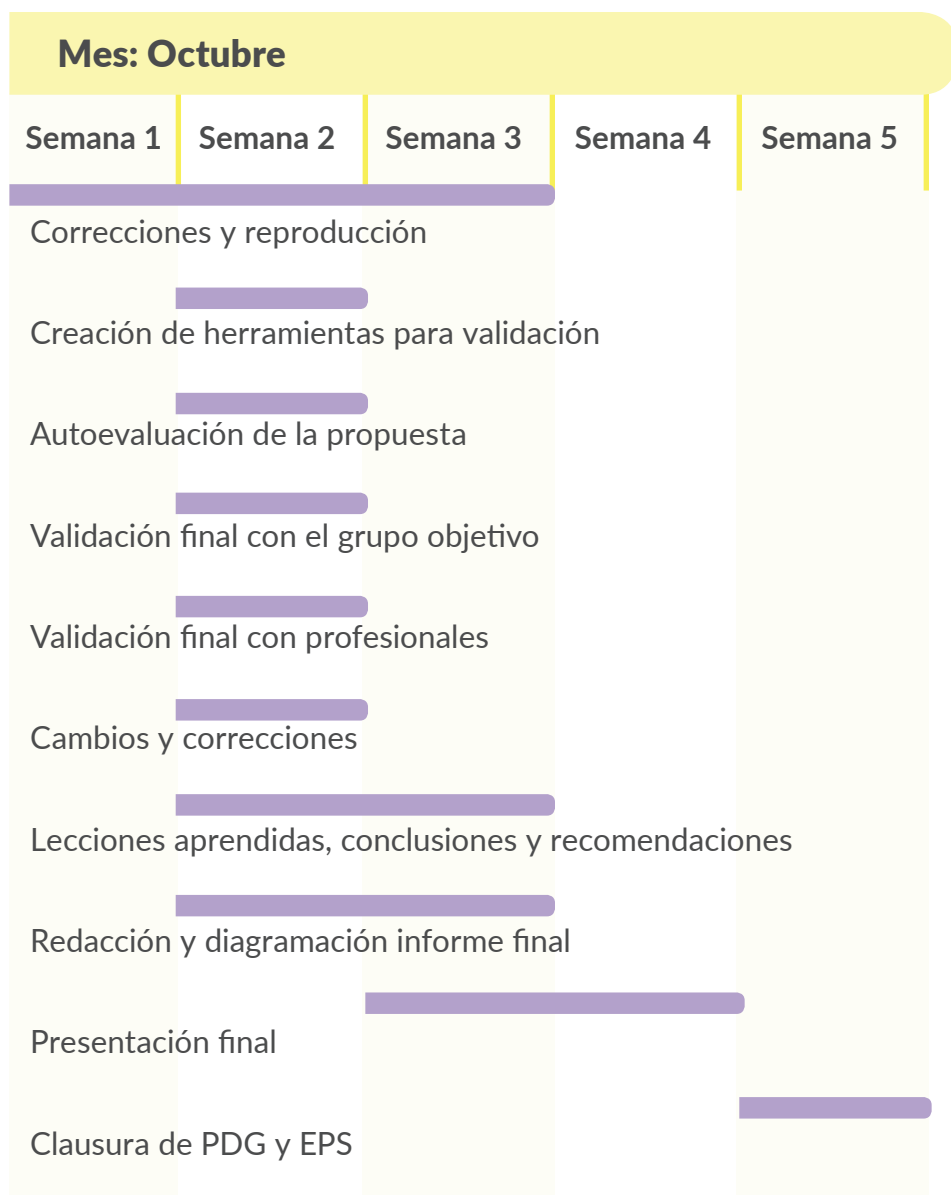


Tabla 1



3.3 | PREVISIÓN DE RECURSOS Y COSTOS

Recursos, costos y responsables			
	Recurso	Responsable	Costo
Recursos humanos	Ing. Mario Arévalo	Secretario Ejecutivo Cáritas de Guatemala	Q 0.00
	Licda. Rosenda García	Coordinadora Técnica Cáritas de Guatemala	Q 0.00
	Lic. Alejandro Farfán	Técnico de Monitoreo Cáritas de Guatemala	Q 0.00
	Jaquelline Paz Pérez	Epesista	Q 0.00
Recursos materiales	Instalaciones de la Fundación Cáritas de Guatemala	Cáritas de Guatemala	Q 0.00
	Residencia de la epesista	Epesista	Q 0.00
	Universidad de San Carlos de Guatemala	Asesores	Q 0.00
	Transporte público	Epesista	Q 100.00



Recursos, costos y responsables

	Recurso	Responsable	Costo
Recursos materiales	Resmas de papel bond	Epesista	Q 60.00
	Tinta	Epesista	Q 200.00
	Cuaderno en blanco	Epesista	Q 25.00
	Lápices	Epesista	Q 15.00
	Lapiceros	Epesista	Q 3.00
	Borrador	Epesista	Q 5.00
	CD y DVD	Epesista	Q 50.00
	Impresiones	Epesista	Q 650.00
	Contenido de las guías	Epesista/ Licda. Rosenda García / Lic. Alejandro Farfán	Q 0.00
Recursos técnicos	Computadora de escritorio (depreciación)	Epesista	Q 1,000.00
	Laptop (depreciación)	Cáritas de Guatemala	Q 1,000.00
	Impresora (depreciación)	Epesista	Q 300.00



Recursos, costos y responsables			
	Recurso	Responsable	Costo
Recursos técnicos	Dispositivos de almacenamiento	Epesista	Q 100.00
	Teléfono e internet (Q 200.00 mensual)	Epesista	Q 650.00
	Teléfono inteligente (depreciación)	Epesista	Q 150.00
	Tableta digitalizadora (depreciación)	Epesista	Q 300.00
	Escáner (depreciación)	Epesista	Q 200.00
	Electricidad (Q 200.00 mensual)	Epesista	Q 650.00
	Softwares	Epesista	Q 1,885.00

Temporalidad: 85 días / 8-9 horas diarias

Tabla 2



CAPÍTULO

04

MARCO TEÓRICO

De vicioso a virtuoso

Círculo vicioso

Dura realidad

Seamos útiles

Estética y funcionalidad:

unidas hacia un cambio

Comunidad nutrida

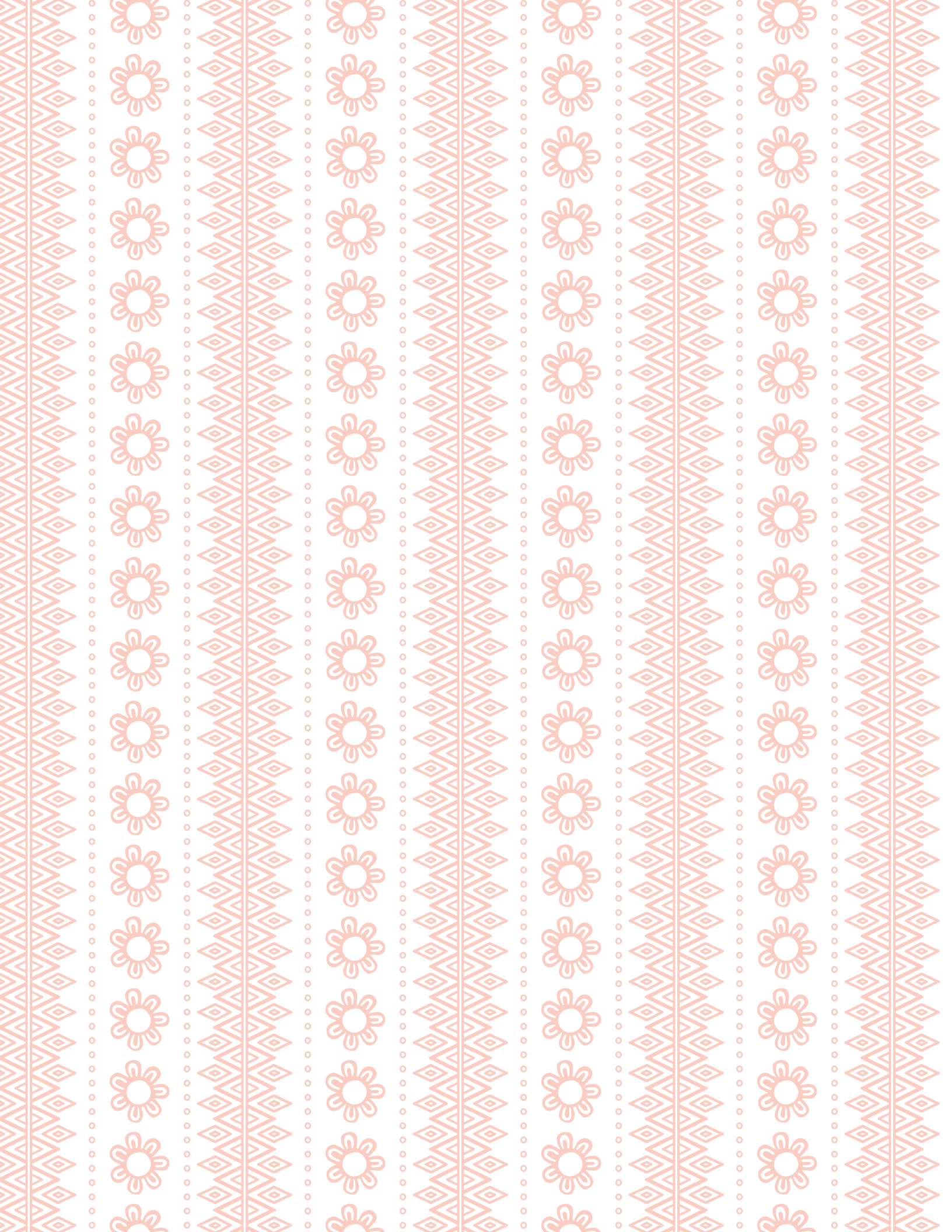
Una guía es para orientar, un libro para estudiar

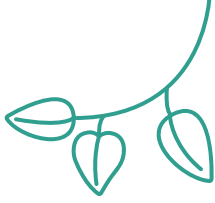
¿Cómo aprenden los adultos?

Integración del diseño editorial

Empatía

Más que letras





| 4.1 | DE VICIOSO A VIRTUOSO

Cuántas veces hemos escuchado las alarmantes cifras de la desnutrición crónica infantil en Guatemala y alguna vez se ha preguntado **¿en manos de quién está evitar esto?** La respuesta no son los niños, aunque si son ellos los afectados.

Entonces, **¿por qué no se buscan otras maneras de hacer reaccionar a las personas que tienen en sus manos el futuro de estos niños?**

Tal como lo expresa Coronado (2014), la desnutrición es un conjunto de manifestaciones clínicas, alteraciones bioquímicas y antropométricas causadas por una ingesta deficiente y/o aprovechamiento biológico de macro nutrientes ocasionando la insatisfacción de requerimientos nutricionales. (p. 8)

Cuando se habla de una “ingesta deficiente” hace referencia a una alimentación materna de baja calidad, debido a la mala alimentación que tuvo durante la etapa prenatal y la que mantiene en el período post natal, lo que eventualmente provoca la desnutrición en los niños o niñas.

El “aprovechamiento biológico” se puede asociar con el consumo de nutrientes que el neonato debe obtener de la madre, pero debido a la ausencia de los mismos en la madre, **la desnutrición continúa.**



Martínez y Fernández (2006) determinaron que el estado nutricional de la madre a menudo determina el peso de nacimiento, la salud y el pronóstico vital del recién nacido. (p.25)

Coronado (2014) describió que la desnutrición crónica disminuye permanentemente las capacidades físicas, mentales y productivas del individuo, cuando ocurre entre la gestación y los treinta y seis meses. (párr. 3)

Izás (2011) afirma que:

“Los efectos de la desnutrición se pueden ver a corto plazo en donde se relaciona directamente con problemas infecciosos frecuentes en estos niños, así como una alta mortalidad infantil. En tanto que a largo plazo, los efectos repercuten no solo sobre el niño, futuro adulto, sino sobre la economía de toda la comunidad, la que tiene un futuro incierto en donde hombres y mujeres con educación limitada en su infancia entre otros factores por la fatiga causada por la desnutrición” (p. 54)

Por esta razón, surge la necesidad de una capacitación integral hacia la mujer en estado de embarazo y lactancia, pues, dependiendo de su salud, nutrición e higiene, **preverá un desarrollo más beneficioso para el niño, durante la ventana de los 1,000 días de vida.**

Como ya se mencionó anteriormente, una de las causas inmediatas de la desnutrición crónica es la utilización biológica de los alimentos, del cual se derivan las deficiencias biomédicas y la calidad de los alimentos.



Fig. 13



Cuando se habla de las deficiencias biomédicas, hace referencia a los mecanismos moleculares, bioquímicos, celulares y genéticos de las enfermedades humanas. Estos mecanismos se debilitan debido a la falta de nutrientes que la madre puede brindarle al hijo. (CSIC, s.f.)

La calidad de alimentos va ligada a la higiene y nutrición. Darle de comer al hijo cualquier tipo de alimento, no es suficiente, ya que en los primeros meses de vida debe cumplir una ingesta de nutrientes esenciales para su desarrollo. De igual forma, si estos no son preparados de la forma correcta y limpia, el niño es propenso a adquirir enfermedades, tales como la diarrea.

Werner, Thuman y Maxwell (1995) afirman que aunque la diarrea tiene muchas causas, una de las principales es la mala alimentación. La desnutrición causa diarrea y la diarrea causa desnutrición, lo que hace de esto un círculo vicioso sin fin. (párr. 1)

Círculo vicioso

No solo la diarrea es un círculo vicioso, la desnutrición crónica infantil también lo es. Cuando una mujer no se alimenta de la forma adecuada **antes, durante y después del embarazo**, tiene altas probabilidades de que el hijo nazca desnutrido, en consecuencia, será un adulto desnutrido, con un futuro incierto y vulnerable.

Izás (2011) y Estrada (2008) coinciden en que los problemas de desnutrición empiezan antes del nacimiento, de acuerdo con la situación de salud de madres antes y durante el embarazo, determinando el peso y tamaño del niño al nacer. (p.66)



La prevención de este círculo vicioso se basa en buenos hábitos alimenticios y de higiene, brindados a las futuras madres y padres de familia para que los puedan implementar a tiempo.

Las embarazadas deben tener un buen estado nutricional para que el desenlace de su embarazo sea positivo para ella y el nuevo ser.

Las mujeres cuyo estado nutricional es deficiente en el momento de la concepción tienen mayor riesgo de enfermedad y muerte; su salud depende en gran medida de la disponibilidad de alimentos y, por tanto, es poco probable que puedan responder al aumento de las necesidades de nutrientes durante el embarazo. (OMS, 2011, p. 3)

Paraje (2008) establece que:

“El nivel educacional de los padres, especialmente de la madre, es otra variable que influye decisivamente en el nivel y la distribución de la desnutrición crónica. Para que las mejoras en la educación tengan un efecto pleno sobre la desnutrición deben beneficiar principalmente a los hogares más pobres y deben concentrarse primeramente en el nivel básico” (p. 7)

La presencia de la desnutrición es tres veces mayor cuando las madres no tienen escolaridad, es por ello que surge la necesidad de comunicar a esta población vulnerable, un contenido adaptado a sus necesidades ya que las madres son como los actores principales para lograr mejorar la alimentación de su familia, de lo contrario estos números de la desnutrición irán en aumento y sin control.

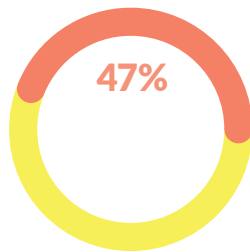


Fig. 14

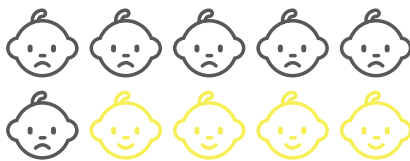


Fig. 15

Dura realidad

Para enero de 2016 en Guatemala, la población superaba los 17 millones de habitantes, según el Registro Nacional de las Personas. De estos 17 millones, la desnutrición crónica infantil afecta al **47% de la población**, según la Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil 2014- 2015 (ENSMI 2014-2015).

De este porcentaje, la Región Suroccidental del país es la más vulnerable, ya que presenta un promedio del 51.9% de la población afectada según indica la ENSMI 2014 - 2015.

Como bien se mencionó, **6 de cada 10 niños** en esta región, presentan desnutrición crónica. Estos niños corresponden a una parte de las 1,050 familias atendidas por la Fundación Cáritas de Guatemala. Para un mejor estudio ENSMI, dividió grupos según las edades donde el porcentaje más elevado se encuentra en el rango de edad de 18 a 22 meses con el 55% de desnutrición crónica infantil, luego el rango de edad comprendido de los 24 a 47 meses con un porcentaje de 51%. El grupo menos afectado es de 0 a 2 meses, representando únicamente el 27%.

Cuando un niño con desnutrición crónica alcanzan la edad escolar son más bajos que otros y tienen limitaciones en su rendimiento escolar. (Izás, 2011, p.50).

Durante su adolescencia y edad adulta, muestran los daños causados por desnutrición, tales como problemas en su salud reproductiva, baja productividad y cociente intelectual disminuido; y si es una mujer, cuando se embarace tendrá recién nacidos con iguales condiciones. (Izás, 2011, p.50)



Es notable como el factor educación influye, ya que las madres sin educación presentan mayor porcentaje de hijos con desnutrición crónica infantil de un 67% y las madres con la primaria incompleta, les corresponde un 55%. (ENSMI, 2015). Por ello es fundamental brindarles la información adecuada para una mejor preparación para el cuidado adecuado de ellas y de sus hijos menores de dos años.

El uso de una guía didáctica, sirve como una herramienta que complementa y dinamiza un texto básico; mediante el uso de estrategias de comunicación, como la ilustración, simula y reemplaza la presencia del profesor o capacitador, generando un ambiente de comprensión y autoaprendizaje.

Seamos útiles

Estrada (2008) indica claramente que:

“Si bien la atención de niños y madres no solo debe mantenerse sino profundizarse, el país cuenta, de manera creciente, con un gran contingente de adolescentes, jóvenes, adultos y adultos mayores, quienes tienen sus problemas particulares; ignorar o postergar la atención de esos problemas, únicamente magnificará los problemas de salud a niveles mucho más complejos e impactará de manera negativa el desarrollo del país” (p. 72)



Como diseñadores gráficos, la profundización a estos problemas se basa en la interacción, ya que con ello se reconocen los códigos visuales del grupo objetivo dando como resultado un diseño con el lenguaje apropiado, listo para ponerse en práctica.

La generación de material didáctico en búsqueda de la solución, es solo un granito de arena dentro de un mar de colaboradores. **Sumando actores y acciones, proyectos de diseño gráfico con perspectiva social, pueden alcanzar grandes resultados.**

El diseño gráfico debe mantener esta postura, una función social que no se puede pasar por alto. Esta función tiene una proyección hacia el desarrollo humano sostenible, el desarrollo colectivo. Un diseño editorial que motive, oriente, promueva la interacción y conduzca al capacitado, a través de diversos recursos y estrategias, hacia el aprendizaje autónomo.

Apoyándonos de la corriente filosófica del utilitarismo, se puede colocar al diseño gráfico como una herramienta orientada a maximizar el bienestar social.

Puede decirse que el utilitarismo tiene una idea de las aspiraciones humanas y de la felicidad, colocando la utilidad por encima de los placeres insensibles. Este pensamiento acepta como fin último crear felicidad.

No se trata de hacer a un lado el placer, sino juntar el placer más la liberación del dolor, por lo tanto se convierte en la **resolución de problemas**, que unido a un pensamiento liberal, se puede interpretar como la creativa solución de problemas.



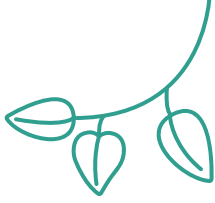
Cuando se trabaja bajo ideas del utilitarismo se logra alcanzar las metas de proyectos de Diseño Gráfico con una perspectiva social, ya que se han basado en la utilidad y la eficacia que producen las acciones para alcanzar la felicidad y el bienestar social. En el momento en que el Diseño Gráfico se utiliza para la resolución de problemas sociales, **interfiere también en la modificación de actitudes, como generador de reflexiones y un pensamiento de acciones.** (Fajardo, 2014)

Un diseñador gráfico comprometido sabe que el mundo debe ser **cambiado y transformado**, no basta con que cada quien viva a su manera, porque en esta sociedad existen muchísimas personas sin recursos, con problemas y que no gozan de libertad, de las cuáles nadie se preocupa por accionar hacia un cambio y brindarles felicidad. (Mill, 1984)

Las acciones que se hacen llamar buenas, aumentan la felicidad. La obligación como Diseñadores Gráficos es efectuar aquellas acciones promotoras de mayor felicidad. Definiendo felicidad, se entiende como “un estado de ánimo de las personas que se sienten plenamente satisfechas por gozar de lo que se desea o por disfrutar de algo bueno”. (Porto & Merino, Definicion de, 2009)

Estética y funcionalidad: unidas hacia un cambio

Esta es la labor del Diseñador Gráfico, la resolución de problemas, satisfacer necesidades, crear bienestar en la sociedad.



Durante la formación de esta profesión, se brinda un sinnúmero de herramientas y conocimientos, las cuales ayudan a realizar acciones al servicio de la sociedad, se aprende que un diseño tiene estética y funcionalidad, pero de ahí no se avanza, no se profundiza.

La estética abarca un pensamiento liberal, aquello bello que impacte y que identifique al creador como único y original. Mientras que lo funcional atiende a una filosofía utilitarista, que va hacia las necesidades del grupo objetivo, resolviendo sus problemas.

Si se logra entender estas dos posturas tan opuestas, pero al mismo tiempo tan unidas, se comprenderá el verdadero significado de la profesión de Diseño Gráfico. Se trata de despertar la conciencia de los demás diseñadores sobre el poder que tiene su trabajo, si se aplica de la manera correcta.

Un diseño por más simple que sea **contribuye a un cambio, una persuasión que debe ser positiva y provoque cambios en la sociedad.** La comunicación social se convierte en un pilar fundamental en la construcción de una conciencia colectiva. El Diseño Gráfico tiene el poder de ser un ente de cambio, con una gran carga emocional, capaz de generar una transformación en la sociedad en la que se vive.



Comunidad nutrida

Para mejorar la salud y el estado nutricional de la mujer antes de la concepción, durante el embarazo y la lactancia hay que adoptar una serie de medidas que permitan aumentar la calidad y ampliar la cobertura de los servicios, proporcionar información sobre las afecciones relacionadas con la nutrición. (OMS, 2011, p.5). La desnutrición tiene efectos negativos en distintas dimensiones de la vida de las personas, entre los que destacan los impactos en la salud, la educación y la economía. (Martínez y Fernández, 2006, p. 35).

En el momento de brindar capacitación a las futuras madres y padres de familia, **se está brindando esperanza de mejorar su futuro.**

La nutrición constituye una función indispensable para que las diferentes fases del ciclo de vida del ser humano, tengan lugar de manera óptima. El crecimiento de los seres humanos depende, en gran parte de su alimentación. (Coronado, 2014, p.12)

El círculo virtuoso que se espera, consiste en que la futura madre esté bien nutrida, y al momento de estar en la etapa de embarazo y lactancia, dé a luz a un niño o niña saludable, que pueda crecer plenamente y ser un adulto saludable capaz de alcanzar metas.

Estudios realizados por Villeda y Lázaro (2014) demuestran el efecto positivo que tienen las prácticas alimentarias adecuadas sobre el estado nutricional en niños de 0 a 12 meses de edad.



La introducción de alimentos de buena calidad, el consumo de una dieta alta en diversidad y frecuencia, una correcta higiene mejoran la condición de vida. Contenido que se encuentra en las guías didácticas.

Estas acciones generan un estado nutricional óptimo favoreciendo el crecimiento y el desarrollo, manteniendo la salud general, brinda apoyo a las actividades cotidianas y protege al individuo de las enfermedades y trastornos. (Villeda y Lázaro, 2014, p. 13). En conjunto a Cáritas de Guatemala, es posible alcanzar estados nutricionales óptimos para las familias residentes en la Región Suroccidental de Guatemala.

Esta población indígena guatemalteca, se encuentra vulnerable, ya que por sus condiciones sociales, económicas, culturales o psicológicas pueden sufrir maltratos contra sus derechos humanos y, por lo tanto, se encuentran en riesgo de inseguridad alimentaria. (Colón et al, 2012, p.96)

Es por ello que se busca generar contenido de calidad, para que, respetando su idiosincrasia, puedan comprender el contenido y aplicarlo adecuadamente, para, así obtener los mejores resultados y alcanzar los círculos virtuosos de la nutrición.



Izás (2011) afirma que:

“El círculo vicioso de la desnutrición se puede romper cuando la mujer desnutrida se embaraza y se alimenta durante este periodo de forma adecuada, mejorando su estado nutricional durante el embarazo. Ella tendrá un recién nacido de buen peso que, de seguir con una buena alimentación, crecerá bien nutrido y llegará a ser una madre o padre bien nutrido; si es madre, a su vez tendrá recién nacidos bien nutridos; rompiéndose con esto, el círculo vicioso de la desnutrición, para convertirse en un círculo virtuosos de buena nutrición” (p.51)

Entonces, si en las manos de las madres y los padres está una de las soluciones más importantes, **¿por qué no brindar las herramientas necesarias para que ellos sean los protagonistas del cambio?**

El intercambio de conocimiento es esencial, nutrimos a la sociedad como diseñadores gráficos y ella nos nutre de conocimiento. **La realización de un diseño cercano y funcional llevará a esta interacción, un juego en equipo donde cada uno de los jugadores conoce las fortalezas y desventajas para alcanzar la solución.**

No es la eficacia y la utilidad de la acción lo que la hace moralmente buena, sino que es la bondad moral que obliga al hombre a una acción, que sea instrumento de verdadero perfeccionamiento humano (Papanek, 1977).



Si las acciones por parte de otros entes no han servido de mucho, hay que pensar en nuevas soluciones que logren hacer un cambio consiente, que empatice con la sociedad y las personas atendidas. No hay que estar de brazos cruzados, ignorando las necesidades de los demás y menos si se trata de los niños, que serán el futuro de Guatemala. **¿Qué estamos esperando para bajar los números?**

4.2 | UNA GUÍA ES PARA ORIENTAR, UN LIBRO PARA ESTUDIAR

En la actualidad existe basta cantidad de materiales que contienen información de salud y nutrición materno infantil, aunque en su mayoría, estas van orientadas a los médicos, capacitadores u otros profesionales que comprenden en su totalidad el contenido y muy pocas veces requieren de recursos gráficos para entenderlo.

Pero, **¿qué sucede después que el capacitador o profesional imparte la información a las madres y padres de familia?** Exacto, estas personas no tienen cómo volver a ver este contenido, sino hasta que los capacitadores regresen con el material o cuando realice el monitoreo.

Las guías didácticas son un recurso de aprendizaje que permite la autonomía del estudiante.



Estas constituyen un recurso esencial del cual no se debe prescindir en los procesos de aprendizaje. (García & de la Cruz, 2014)

Estos medios didácticos permiten que el estudiante **tenga a disposición el contenido, frecuenten su uso** y que tengan la capacidad de tomar decisiones y asumiendo las consecuencias de las mismas.

Tal como afirma García y de la Cruz (2014):

“Definitivamente, es importante reconocer que las guías didácticas constituyen un recurso que tiene el propósito de orientar metodológicamente al estudiante en su actividad independiente, al mismo tiempo que sirven de apoyo a la dinámica del proceso docente, guiando al alumno en su aprendizaje, favorecen este proceso y promueven la autonomía a través de diferentes recursos didácticos como son: explicaciones, ejemplos, comentarios, esquemas, gráficos, estudio de casos y otras acciones similares a las que el profesor utiliza en sus actividades docentes”

Por muy bueno que sea un material didáctico, si no está orientado hacia el grupo objetivo pertinente, puede provocar en una **falta de motivación** tal como lo afirma Ruiz (et al, 2001) conducirá al educando al abandono, siendo una de las debilidades que tienen la mayoría de instituciones de enseñanza a distancia.

Para solucionar este problema, las guías didácticas deben estar **adaptadas al contexto del grupo objetivo**, no solo en aspectos visuales como: tipografía, color,



diagramación, etc., sino que en saber cómo son las características pedagógicas del grupo objetivo.

¿Cómo aprenden los adultos?

La orientación del aprendizaje del adulto está basada en la andragogía. Si bien se considera que el término comienza a utilizarse en el siglo XIX por el maestro alemán Alexander Kapp, estudioso de las ideas platónicas sobre la educación, el concepto se desarrolla hace unos 40 años. Hay quien lo considera un neologismo para denominar la educación permanente o durante toda la vida. (Aguilar, 2011).

Tal como lo afirma Aguilar (2011):

“La andragogía tiene como centro el sujeto a educar y se fundamenta en el “aprendizaje basado en problemas”. Los “problemas” son el punto de partida para la adquisición e integración de los nuevos conocimientos”

La relación en este modelo es horizontal, ya que este permite la delegación de tareas para que el protagonismo real sea el del educando.

El adulto tiene una experiencia de vida, y un conocimiento previo del tema, esto permite tomarse como punto de partida para establecer un diálogo.

De acuerdo a la afirmación de Jiménez (2017) en la actualidad existe una tendencia errónea de querer aplicar la misma metodología en la formación de personas adultas que en la enseñanza escolar o secundaria. Sin embargo, existen grandes diferencias



esenciales entre cómo aprende un adulto y cómo aprende un niño o adolescente.

Estas diferencias tienen que ver con el dominio de habilidades, siendo estas el nivel de lectura y el seguimiento de instrucciones, la motivación y los intereses personales; ya que para el adulto en este caso su interés será el cuidado del niño o niña, por ende, el de su familia.

Su situación personal, la disponibilidad que tenga y las condiciones en que se encuentre; ya que en muchos casos estos cuidados no son tomados como prioridad, se debe analizar como empatizar para establecer un buen nivel de preferencia. El aprendizaje adulto se fomenta mediante conductas y actividades de formación, en las que se demuestre respeto, confianza y preocupación por el que aprende. (Gómez et al, 2013)

Por lo tanto, en la realización de guías didácticas para el adulto, se necesita combinar los **aspectos teóricos con los prácticos**, y relacionar lo abstracto con lo concreto y cotidiano, establecer un clima de confianza y entendimiento mediante el tono de la comunicación y motivar al educando. (Jiménez, 2017).

Integración del diseño editorial

El diseño editorial se ocupa de estudiar la forma, el formato, efectividad y funcionalidad del medio para transmitir un mensaje. Tal como lo afirma Garrido (2015):



“El diseño editorial es un campo del diseño gráfico muy extenso que abarca gran cantidad de elementos para su buena funcionalidad y propósito. Todo se ve muy complejo a simple vista, pero al momento de diseñar, cada elemento se convierte en herramienta para crear una composición visual que impacte al grupo objetivo” (p. 47)

El diseño editorial une diversas áreas del diseño gráfico para generar recursos de comunicación eficaces.

Es necesario que el material diseñado se vea bien, tenga legibilidad, sea dinámico y coherente en su contenido; además, debe estar pensado en función de las necesidades específicas de un sector claramente delimitado de personas al que se dirige, y de esta forma, llamar su atención teniendo en cuenta sus **características sociales, culturales**, etc.; buscando destacar las partes más importantes, que los títulos sean atractivos, las imágenes sean llamativas y equilibradas dentro de la doble página. (Villegas, 2014)

No podemos olvidar que la calidad de las interacciones que se consiguen en el diseño editorial, depende de una serie de variables; podemos encontrar manejo tipográfico, de ilustraciones y fotografías.

La retícula permite la unificación de todas las partes del diseño, ya sean tipográficas o ilustrativas. Para algunos diseñadores, la retícula proporciona precisión, orden y claridad en los diseños, mientras que otros piensan que dificulta su expresividad debido a la limitación que generan las líneas guías. (Garrido, 2015)



Sumado a la retícula; el uso de color, manejo tipográfico, jerarquías, equilibrio visual, etc., y la contextualización de los elementos que acompañan al contenido, permitirán que el educando pueda apreciar el contenido, identificarse con él y por lo tanto comprenderlo para aplicarlo a su vida diaria.

Empatía

Usando el “pensamiento de diseño” y la experiencia del diseñador, se puede lograr no solo atraer la atención del usuario, sino la trasmisión adecuada del conocimiento por medio de códigos cromáticos, formales, tipográficos, acústicos, estructurales, etc., que permitan generar lenguajes específicos para ser utilizados posteriormente en la resolución adecuada de problemas. (López, 2012)

Tal como lo afirma López (2012):

“Una vez adquirido el conocimiento, el reto es hacer uso de herramientas tecnológicas de instrucción y trasmisión del conocimiento capaces de generar individuos mejor adaptados al contexto global, que puedan resolver problemas específicos, usando el conocimiento generado a partir de la correcta aprehensión y aplicación del mismo” (párr. 26)

Utilizar los lenguajes específicos nos lleva a empatizar con el grupo objetivo, y con esto se hace referencia a la contextualización de códigos visuales tales como, uso de personajes, símbolos e íconos que complementarán la información para que el grupo objetivo tenga un mensaje completo del contenido o mensaje que se les está comunicando.



De acuerdo a Borrayo (2013) el desarrollo del diseño gráfico abarca aspectos culturales y se tiene la obligación de realmente comunicar algo. (p. 43)

Cada elemento representado en el diseño gráfico, es aquel que interviene en la vida cotidiana, todas estas situaciones y objetos que rodean al grupo objetivo y que forman parte de su vida diaria, porque conforman en diversos aspectos el yo de estas persona, y además, contribuyen a fomentar, a respetar su propio ambiente y cultura, sus costumbres y sus tradiciones. (Borrayo, 2013, párr. 4)

Tal como Cahuex indica (2014) los espectadores se ven más atraídos a la imagen. Cuando la portada de una ilustración es de esta índole, significa que el elemento visual predominante es la imagen, en la que su intención es capturar al espectador. (p. 31) Es por ello que las ilustraciones contenidas en las guías didácticas deben predominar, no solo par que impacten, si no para que connoten adecuadamente.

Conociendo lo anterior, se puede confirmar que el uso de ilustraciones en el diseño editorial sirve para transmitir un mensaje de forma precisa y efectiva (Mola Studio, s.f.), convirtiéndose en herramientas extremadamente potentes en términos de la comunicación visual.

Cuando la comprensión lectora o el nivel de alfabetismo son bajos, las ilustraciones cobran un papel importante en el desarrollo de la interpretación de los mensajes, ya que facilitan la comprensión y la lectura; representan el principal apoyo del texto, son una guía esencial para la comprensión de los símbolos y una ayuda para



retenerlos en la memoria, mientras que para la lectura suplementaria indica la trama de la narración. (Neijs, 1961)

Tal como lo indica Neijs (1961):

“Un exceso de ilustraciones puede complicar el trabajo de memorización en la medida en que se reconoce el texto por los detalles que lo acompaña, lo que retarda el aprendizaje de la lectura independiente. En definitiva, las ilustraciones no son más que auxiliares que deben: representar objetos familiares o el medio ambiente; ser naturales, es decir, bien dibujados; ajustarse al tema y no contener detalles innecesarios o excesivos y dar a conocer en forma clara e inmediata su contenido o su significación” (p. 108)

Conviene utilizar el color de una manera realista tanto en las ilustraciones como en el texto, aplicándolo con fines concretos, como por ejemplo para hacer resaltar algo. (Neijs, 1961)

Tal como se ha mencionado con anterioridad, una ilustración es un complemento del texto, y en este caso el tipo de ilustración que se debe establecer, es de género narrativo.

Este género tiene como objetivo mostrar un suceso o secuencia de sucesos basados en la narrativa que lleve. Debido a que el contenido de las guías sucede en una línea de tiempo desde el primer mes de embarazo, pasando por los nueve meses hasta el cumplimiento de los dos años de vida del niño o la niña.



Cahuex (2014) cita a Sanmiguel cuando establece que el ilustrador, en el género narrativo, debe tomar en cuenta la interpretación personal y el mundo imaginario que percibe el lector; manteniendo un equilibrio entre ambos, puesto que ello implica la apariencia de los personajes, la reconstrucción de una época y todo elemento que cree la atmósfera que el texto contenga. (Párr. 2)

Las ilustraciones en una guía didáctica tienen diversas funciones, tales como; explicar acciones, conceptos e informar sobre los aspectos del entorno para proporcionar mensajes completos.

Aplicar la tendencia adecuada, no es solo ver si está de moda o no o si se ve bien. Va más allá de la superficialidad. Una tendencia se debe aplicar en cuanto a la cultura visual del grupo objetivo. **¿Cómo eliminar detalles si su cultura visual es baja?** Lo que se conseguiría con esto es únicamente hacer de todo el diseño, una pieza inútil.

Es por esto que las ilustraciones apelan a la tendencia del **esqueuomorfismo**, ya que esta es una técnica de diseño en la que un objeto derivado retiene ornamentos o estructuras que eran necesarias del objeto original. Con el objetivo de contextualizar la ilustración con los detalles que el grupo objetivo reconoce para generar empatía y memorabilidad.

Con el diseño esqueuomorfista se consigue una cierta familiaridad de base con la interfaz por analogismo del usuario con los referentes materiales que conoce. Aunque el uso excesivo o inadecuado de esta técnica provoca su desuso, si hay algunas que lo necesitan,



o por lo menos, minimizar el diseño de elementos decorativos en pro del uso, para crear un estilo más versátil y contemporáneo. (Aranzazu, 2013)

En resumidas palabras se puede concluir que la ilustración editorial se trata de conceptualizar el tema, contiene un proceso de análisis, abstracción y búsqueda de relaciones. El objetivo es unir estos elementos comunes para generar algo nuevo que empatice con el grupo objetivo.

Más que letras

Del Real (2016) afirma:

“La perspectiva sobre la importancia en la elección de los tipos de letra utilizados en el material pedagógico destinado a la lectura difiere entre la opinión de educadores y tipógrafos. Por una parte, mientras que los tipógrafos opinan que los tipos de letra, así como las características gráficas de un texto (layout en inglés) podrían influir en el acto lector; la opinión de los educadores, enfocándonos a un contexto europeo específicamente, es que un tipo de letra no es importante. Sin embargo, la corriente sobre la importancia de los tipos de letra en la enseñanza de la lectura y escritura en Latinoamérica es que dependiendo de los tipos de letra, estos podrían favorecer o no la salud de lectores” (p. 62).

Teniendo en claro esto, conocemos la necesidad, ya que nos hemos topado con materiales de diseño editorial perfectamente diagramados, pero no son aptos para todos los grupos objetivos.



Dichos documentos alcanzan ciertos niveles de dificultad comunicativa, no se adapta a las habilidades de todos.

En este sentido, conviene que estas guías didácticas faciliten la tarea de la comprensión sin abandonar el requerimiento del mensaje a transmitir. Este material debe contener mensajes escritos con claridad, ausentes de ambigüedad y director para que el receptor comprenda en un primer momento el mensaje y la acción que debe realizar. Muchas veces las guías didácticas o libros educativos caen en una redacción mala, es por ello que al momento de realizar los textos se debe pensar en un lenguaje sencillo y explicado de una forma accesible al grupo objetivo; en este caso, las mujeres del área Suroccidental de Guatemala.

Teniendo el contenido adecuado, se puede avanzar hacia los objetivos, ya que no todo termina aquí.

Tal como lo afirma Garrido (2015):

“Al momento de realizar composiciones visuales, es posible explorar los distintos usos de la tipografía incluyendo mayúsculas para resaltar una palabra en un texto con minúsculas o una frase u oraciones en versalitas para mayor unidad. También es posible mezclar tipos ya sean en la misma línea o en distintas, lo más común es verlo en títulos, subtítulos o portadas de publicaciones gráficas. Es mejor aun cuando se combinan las proporciones y alturas de las palabras creando un contraste sensato” (p. 44)



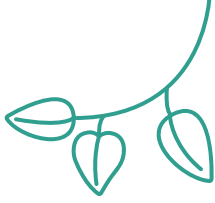
El manejo tipográfico juega un papel importante, principalmente en las personas con un nivel de alfabetismo bajo. La legibilidad es subjetiva, no a todas las personas les ayudan los mismos textos con la misma tipografía. Tal como lo afirma la DISFAM (2014) cuando se toman en cuenta las necesidades de legibilidad de cada grupo, y seleccionando algunas características gráficas en las letras de los textos (tipo de letra, espaciamientos), se puede ofrecer un mejor material que ayude al lector, estos son detalles que pueden contribuir en la creación de material inclusivo.

Las características de las personas analfabetas o con bajo nivel de lectura, son muy parecidas a las de un niño que recién aprende a leer. Es por eso que la selección tipográfica debe estar basada en este argumento.

Algunas investigaciones muestran indicios de que los tipos de letra de imprenta, con terminaciones sutiles, como la *Sassoon Infant* (Dixy) o Verdana pueden favorecer los procesos lectores. Esto se debe a que estos tipos de letra tienen características que permiten reconocer fácilmente las palabras conocidas y, por sus espacios entre letra, permiten leer con facilidad las palabras desconocidas, al poder identificar cada grafía por separado. (DISFAM, 2014)

Por una parte, un excelente diseño editorial radica en lograr una unidad armónica y comunicativa entre el interior, exterior y contenido del texto.

Pero más allá de la elección de color, diagramación, tipografía e ilustración; la clave está en colocarse en los zapatos del grupo objetivo, ver con sus ojos e



identificar los aspectos esenciales para transmitir el mensaje de la manera más eficiente y orientar al grupo objetivo para la toma de decisiones correctas para el mejoramiento de la calidad de vida de la persona y la de su familia o comunidad.

Citando a Frasacara (2000):

“La atracción ejercida por un mensaje, el tono emocional de su recepción por el público y la posibilidad de que ese público recuerde el mensaje y actúe en consecuencia, está en gran medida influidos por la estética. Pero ésta debe ser una estética motivada por el contenido del mensaje y relacionada con el mundo del público buscado” (p.21)

Nunca hay que olvidar que el diseño gráfico le debe al público la **creación de mensajes comprensibles** porque con este aprendizaje, el individuo se orientará hacia la construcción continua de sí mismo, de sus saberes, sus aptitudes, su capacidad de juicio y de decisión; se abrirá el camino para adquirir nuevas competencias, mejorar su interacción social, con su entorno y consigo mismo. (Guerra, 2013)



CAPÍTULO

5

DEFINICIÓN CREATIVA

Brief de diseño

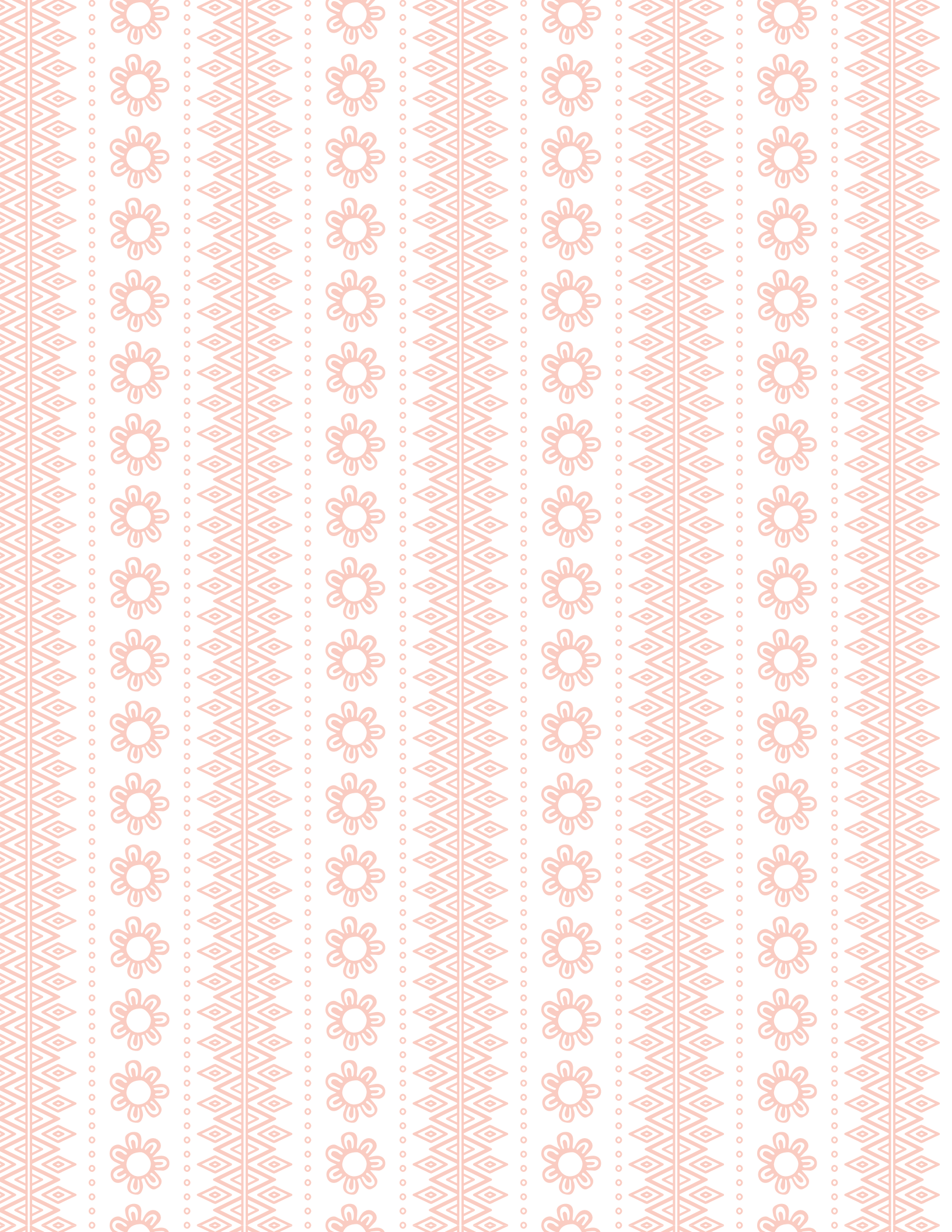
Referentes visuales

Estrategia de diseño

Definición del *insight*

Definición del concepto creativo

Códigos visuales





| 5.1 | BRIEF DE DISEÑO

Información sobre el cliente

Datos de la Fundación: Cáritas de Guatemala es una fundación caritativa, apolítica y no lucrativa que se encuentra ubicada en Km. 15 Carretera Roosevelt 4-54 zona 3 de Mixco.

Antecedentes: Cáritas de Guatemala es una fundación de asistencia social creada en 1961, bajo la tutela de la Conferencia Episcopal de Guatemala (CEG), que tiene como objetivo promover y realizar la asistencia caritativa en forma organizada, coordinando sus actividades con la política social desarrollada por la Conferencia Episcopal de Guatemala y colaborando con las instituciones católicas y asistencia social, establecidas o que se establezcan en el futuro.

Problemas que atiende: Los principales problemas atendidos por la fundación son los que se encuentran relacionados a la falta de atención en salud, los bajos niveles productivos en el país, la desnutrición en el país, hay una mala calidad en los servicios de salud, los bajos niveles de educación, y otros aspectos de servicios que son necesarios para el desarrollo humano integral de la población.

Servicios de la Fundación Cáritas de Guatemala: Impulsar el desarrollo humano integral, que busca sobre todo promover los buenos principios humanos y la justicia social en Guatemala.



Se dedica a irradiar la caridad, la promoción humana y la justicia social en Guatemala, en forma ecuménica, promueve la vida, la dignidad humana, la justicia, la paz y la solidaridad, signos del Reino de Dios.

Información sobre el proyecto

Proyecto: Guías didácticas sobre salud y nutrición para mujeres en etapa de embarazo y lactancia, de la Región Suroccidental del Guatemala, atendidas por la Fundación Cáritas de Guatemala en prevención de la desnutrición crónica infantil.

Descripción del proyecto: Diseño de dos guías didácticas, abordando los principales temas de salud y nutrición materno infantil, con ilustraciones contextualizadas al grupo objetivo y con bajo contenido textual. Para que los padres de familia, principalmente las madres, puedan comprender el contenido y aplicarlo con sus hijos para gozar de un desarrollo integral y sin desnutrición crónica.

Objetivos del proyecto

Promover las buenas prácticas de salud y nutrición.

Informar a madres de familia por medio de guías didácticas, que faciliten la comprensión en cuanto a temas relacionados con nutrición y salud materno infantil en la ventana de los 1000 días.

Realizar guías didácticas que tenga predominio de la imagen sobre el texto y con ilustraciones adaptadas al contexto de las comunidades.



¿Cómo se divide el contenido?

El contenido se divide en dos guías; la primera guía comprende la etapa de embarazo hasta el parto. La segunda guía trata desde los 0 meses de vida de la niña o el niño hasta los 24 meses de vida.

Grupo objetivo

250 familias con hijos menores de 2 años las cuales comprenden, mujeres en etapa de embarazo y lactancia de 18 a 40 años.

Medio o canal de difusión

Medio impreso y una versión digital.

Mensaje por transmitir

La importancia que tiene, estar informado y realizar buenas prácticas de salud materno infantil en la ventana de los 1000 días para el desarrollo integral del niño o niña, a través de recursos creativos que despierten el interés del capacitado para reducir la desnutrición crónica infantil en estos cuatro municipios (San Juan Ostuncalco, San Martín Sacatepéquez, Sololá y San José Chacayá).

Estilo y tono

Cercano y cordial: Para hablar con confianza, amabilidad y respeto.

Pedagógico o de recomendación: para indicar acciones en concreto a realizar.



5.2 REFERENTES VISUALES

Los referentes visuales sirven únicamente de inspiración en la toma de decisiones para la nueva pieza gráfica. Los elementos analizados tienen relación al tema de las guías, en donde se detecta que las ilustraciones están contextualizadas y se representa al núcleo familiar completo.



Fig. 16



Nacimiento de la mujer embarazada y en periodo de lactancia

Al final de la dinámica, moldea a los participantes que cuenten con quién salieron, los nombres y qué les gusta hacer. Facilita por su participación en el ejercicio.

2. "¡Dicho basta a hacer!"

- Invite a los participantes a formar un círculo.
- Indique que deberá haber un jugador que comience (puede ser el facilitador) y diga su nombre y hace a uno participante. ejemplo: "Cecilia llama a María" el participante que se llama María responderá: "¡Basta basta a María!" y así sucesivamente.
- Si no responde rápido a su nombre pagará una penitencia que puede ser contar un chiste, bailar con la escoba, cantar, entre otros, o que los participantes usen un objeto.

3. Dinámica para conformación de grupos (alternativa)

- Pida que se formen siete los grupos que nacieron en ciertos meses del año, ejemplo, enero, febrero marzo, abril, entre otros, y repita el ejercicio.
- Si los grupos que se han conformado, no están de acuerdo al número requerido, realice preguntas al final.

4. "¿A qué hora?"

- Prepare 4 cartas que digan: 1. Hora 2. Sur 3. Est 4. Ocaso, y colócalas en los extremos de la pizarra.
- La dinámica consistirá en decir, que se contará una historia y al momento que se diga cuando los participantes deberán contar hacia el reloj, cuando el con todos los puntos conformados se puede poner final número 5 los que van a ser un punto, dependiendo del número de participantes y cuantos grupos se quiera conformar.

Ejemplo de historia: "Había una vez una ciudad en la que todos eran felices, pero llegó un día maldadísimo en que empezó a llover desde el norte de la ciudad, por eso los días y almorzar una maraca de toros que venían del sur, quisieron escapar y corrieron hacia el este pero al final llegó donde no podía pasar los toros en por el oeste." "Y un día de vino una tormenta que cayó con todo!"

4. Agenda general (para los tres módulos de capacitación)

Actividades	Metodología	Tiempo (aproximado)	Recursos
Introducción y descripción del objetivo del taller	Expositiva	5 minutos	
Presentación de los participantes	Dinámica	10 minutos	Materiales básicos.
Conformación de los grupos de trabajo	Dinámica	10 minutos	Materiales básicos.
Rescatando sus experiencias	Conservatorio grupal a través de preguntas generadoras	20 minutos	Materiales de trabajo (materialización, pizarra, marcadores, etc.)
Sensibilizando: análisis reflexivo	Tercer momento: análisis reflexivo	10 minutos	Dispositivos: pizarra, marcadores, etc. Materiales: tarjetas, cinta adhesiva, hojas blancas, etc.
Presentando los conocimientos, conceptualización	Presentación de conocimientos teóricos	40 minutos	Hoja, equipo de sonido, pizarra, marcadores, etc.
Alimentación durante el embarazo	Bases nutricionales: las necesidades nutricionales, la alimentación durante el embarazo, la alimentación durante el primer trimestre de embarazo	25 minutos	Comercio, revistas, pizarra, marcadores, etc.

Al inicio de cada sesión de capacitación se plantearán reglas básicas como:

- Cumplir con los horarios establecidos de manera puntual.
- Apagar el celular y presentarse en silencio, considerando un caso de emergencia.
- Apagar computadores portátiles, tabletas y otros artefactos electrónicos que puedan distraer la atención de la actividad planteada.

Fig. 17

Nacimiento de la mujer embarazada y en periodo de lactancia

Tema 1: Alimentación de la mujer embarazada

Primer momento: Rescatando sus experiencias
Tiempo: 20 minutos

Conservatorio grupal

Preguntas generadoras

1. ¿Qué importancia tiene la alimentación de la madre embarazada en el crecimiento y desarrollo de su hijo o hija?
2. ¿Cómo se puede alimentar adecuadamente durante el embarazo para apoyar el crecimiento de su hijo o hija?
3. ¿Cómo se puede asegurar el crecimiento que refuerza la alimentación de la embarazada?
4. ¿Cómo se puede asegurar que el crecimiento y desarrollo de su hijo o hija por el consumo de lactancia materna?
5. ¿Cómo la madre en la cual debe ganar peso durante el embarazo para apoyar el adecuado crecimiento de su hijo o hija?
6. ¿Cómo los problemas de salud más frecuentes en las mujeres embarazadas que pueden afectar el bienestar de su hijo o hija?
7. ¿Cómo debe alimentarse una adolescente embarazada para apoyar un adecuado crecimiento y desarrollo de su hijo o hija?

Segundo momento: Sensibilizando: análisis y reflexión
Tiempo: 10 minutos

En materia de nutrición, el futuro de los niños comienza antes de la concepción, con el estado nutricional de la madre inmediatamente antes del embarazo. Las madres que padecen desnutrición no sólo comprometen a su hijo o hija pero al nacimiento, pueden tener un crecimiento adecuado en el útero y llegar a la edad de procrear dar a los hijos desnutridos. (La nutrición materna, Unicef)

El periodo de embarazo significa para la mujer una amplia serie de cambios y adaptaciones que permiten el desarrollo adecuado del feto, al mismo tiempo que permite satisfacer las necesidades de la madre. Si el feto de desarrollo de la madre debe cubrir no solamente sus propias necesidades sino las comprendidas al feto en desarrollo. Si hace dependiente para su sobrevivencia del aporte de nutrientes transferidos desde su madre.

El estado nutricional de la madre en una de las fases más relacionadas con la evolución del embarazo y la salud del recién nacido. El estado del feto de una malnutrición materna

depende de la fase de desarrollo en que se produce. Durante la gestación se produce un aumento de los requerimientos nutricionales y la calidad de la alimentación constituye un factor fundamental que afecta la salud de la mujer embarazada y del niño a medida que avanza la gestación. (Cátedra Alimentación, UNICEF)

Al disminuir la desnutrición materna se puede reducir hasta en un tercio la tasa de discapacidad de los lactantes. Es importante que las mujeres embarazadas obtengan la suficiente y adecuada alimentación con nutrientes esenciales. (La nutrición materna, Unicef)

Tercer momento: Presentando los conocimientos: conceptualización
Tiempo: 40 minutos

Alimentación durante el embarazo

Durante el embarazo, las necesidades nutricionales son un poco mayores, sin embargo esto no significa que la mujer debe alimentarse de manera abundante. La alimentación diaria debe ser completa, variada y brindar todos los nutrientes necesarios para cubrir los requerimientos de la mujer y del feto.

Durante la gestación se produce un aumento de los requerimientos nutricionales y la calidad de la alimentación que constituye un factor fundamental para la salud de la embarazada y de su hijo o hija a medida que avanza la gestación.

Alimentación durante el primer trimestre de embarazo

En los tres primeros meses de embarazo la mujer suele tener náuseas, vómitos, y falta de apetito, entre manifestaciones que ocurren mucho tiempo, pero si afectan a su alimentación y hace que no coma mucho. En estos primeros meses, la cantidad de alimento no es tan importante como su calidad, por lo que se recomienda el consumo de alimentos variados con alto contenido de nutrientes como: lácteos, carnes con poca grasa, frutas, hortalizas, vegetales, frutas secas (nueces, almendras, granos, cereales) azúcar y agua.

Fig. 18

Aprendemos a ser padres y madres en el camino

Empezamos a ensayar la paternidad y la maternidad desde mucho antes de convertirse en madres y padres.

- Lo hacemos desde la infancia al imitar nuestros roles de adultos.
- Lo aprendemos, como hijos e hijas, cuando recibimos el cuidado de nuestros padres, cuando vamos descubriendo nuestra relación con ellos y el papel que juega cada uno y vamos experimentando qué nos hace sentir cuál nos hace sentir.
- También el juego es una buena escuela. Por eso es importante que los niños y las niñas jueguen a ser padres y así ensayen los papeles de mamá y papá.
- Otra fuente de aprendizaje consiste en visitar a otros familiares o compañeros adultos. Podemos ver cómo actúan los padres y madres en otros hogares y compararlos con la familia en el presente, así como imaginar la futura, la que construiremos de adultos.

Los cambios durante el embarazo

Así como es normal que en algunos etapas del embarazo la mujer sienta náuseas o tenga otros cambios, también es normal que experimente cambios en sus hábitos y preferencias, lo que también le sucede al papá.

- Para estar mejor, es importante hablar con otros papás y madres, o también con familiares y con el personal del hospital.
- Será muy bueno para todos que el papá sepa que, aunque los cambios visibles suceden en el cuerpo de la mamá, él es igualmente importante durante todo el proceso. En todos los etapas su presencia, cariño, apoyo y su actitud de comprensión y responsabilidad son fundamentales para el bienestar más saludable de la familia.
- Algunos mamá deben enfrentar este proceso de un compañero a su lado. Estas pueden haberlo elegido así, pero otras veces su embarazo junto con la tristeza y el dolor que les produce la ausencia de apoyo con quien pensaban compartir esta etapa. A veces se sentirán muy solas, desorientadas, abrumadas por la vida que no se detiene. A lado de un compañero que no se detiene. A lado de un compañero que los apoya, busca, sostiene en la maternidad, amigos, vecinos o profesionales.

cerca de las permitirle ir encontrando la fuerza interior necesaria. Ser madre sola no es fácil, pero numerosas mujeres han demostrado con los hechos que es posible y que vale la pena el esfuerzo.

Fig. 19



5.3 | ESTRATEGIA DE DISEÑO

La estrategia de comunicación se basa en darle a las futuras madres o madres de familia información contextualizada, sintetizada y objetiva para que puedan poner realizar las buenas prácticas de salud y nutrición materno infantil. Para dar mayor visibilidad al producto se recurren a características como la sencillez, claridad y contextualización de cada elemento gráfico que constituye las piezas finales.

¿Qué?

Realización de dos guías didácticas de salud y nutrición materno infantil para reducir la desnutrición crónica infantil en niños menores de 2 años.

La primera guía contiene el desarrollo, monitoreo y control de la mujer en sus etapas de embarazo hasta la llegada del niño o niña. Esta guía informa a las futuras madres del desarrollo del niño o niña dentro de su vientre, sintomatología, higiene, alimentación, cuidados y consejos especiales.

La segunda guía trata los temas de, salud y nutrición para los niños y niñas de los 0 meses hasta los 24 meses de vida, el cuidado, alimentación e higiene de la madre lactante y aspectos esenciales para el óptimo desarrollo.

Ambas guías, con un contenido textual bajo, simple y sintetizado para una mejor comprensión, siendo apoyado en su mayoría por ilustraciones adaptadas al contexto del grupo objetivo.





¿Para qué?



Con la creación de dichas guías didácticas para las mujeres residentes de la Región Suroccidente de Guatemala, atendidas por Cáritas de Guatemala, cumple con su objetivo específico de fortalecer la incidencia social mediante el anuncio, denuncia y testimonio evangélico; en la elaboración e implementación de políticas sociales de inclusión que atiendan las variadas necesidades de la población y que conduzcan a un desarrollo humano sostenible integral.

La creación de las guías didácticas, acorde al enfoque andragógico, tendrán resultados positivos ya que la mujer capacitada y su familia, tendrán un mayor interés, si éstas se adaptan a sus preferencias principalmente de carácter visual, con un contenido que le permita llevar un control según la disposición de tiempo y lugar en donde se encuentre y todas sus necesidades.

Con el interés y la disposición, se puede esperar alcanzar resultados positivos, como, la asistencia constante para realizar el control y monitoreo adecuado de la mujer embarazada en el Centro de Salud, porque ya contará con las directrices adecuadas y así contribuir con la disminución de la desnutrición crónica infantil.

Los indicadores de logros, adheridos a los que busca Cáritas de Guatemala son:

Utilizar los conocimientos y buenas prácticas nutricionales para promover una alimentación equilibrada, generar condiciones favorables para el desarrollo físico y mental, el aprendizaje y evitar enfermedades en niñas y niños menores de dos años.



Implementa acciones de manera responsable sobre cómo cuidar su salud y la de su familia, para prevenir enfermedades respiratorias y diarreicas, cuidar la salud de la mujer embarazada, lactantes y de los niños menores de cinco años.

Que realicen prácticas adecuadas que permitan mejorar la malnutrición en niñas y niños menores de cinco años, mujeres embarazadas y lactantes.

¿Con qué?

Mediante el diseño de guías didácticas ilustradas sobre salud y nutrición para mujeres en etapa de embarazo y lactancia.

Los materiales que pueden complementar el proceso de comunicación y monitoreo son: tarjetas de control prenatal, para el análisis de peso y talla de la mujer embarazada y lactante y el desarrollo del niño.



¿Con quiénes?

Mujeres embarazadas entre los 18 y 40 años de un nivel socioeconómico vulnerable o bajo. Tienen un estilo de vida conservador, ya que cumplen con las responsabilidades que se les asignan. Además se rigen con un estilo conservador por el simple hecho de mantener una dedicación en sus labores diarias.

Son mujeres que pertenecen a familias del área rural de Guatemala, específicamente de la Región Suroccidental; en los Departamentos de Quetzaltenango y Sololá.





Técnicos encargados de brindar las guías, de control y monitoreo, de las familias con mujeres embarazadas.

¿Cuándo?

La elaboración de las guías se dará en un período de tres meses, aproximadamente.



La duración del proyecto será durante la ventana de los 1,000 días, que son aproximadamente 33 meses, con la posibilidad de insertarse en los proyectos ya existentes en Cáritas de Guatemala.

¿Dónde?

Cáritas de Guatemala, atiende a 1,050 familias, entre ellas mujeres que se encuentran en etapa de embarazo y lactancia y pertenecen al área rural de Guatemala, específicamente de los departamentos de Quetzaltenango y Sololá.



En Quetzaltenango abarcan los municipios de San Juan Ostuncalco y San Martín Sacatepéquez; en Sololá abarcan los municipios de Sololá y San José Chacayá.

La distribución del material puede realizarse en el hogar, mediante las visitas de control a los hogares donde haya mujeres embarazadas o lactantes.



| 5.4 | DEFINICIÓN DEL *INSIGHT*

Un *insight* o la verdad revelada del grupo objetivo, permite encontrar el punto de partida que lleva al camino de la solución. Este se obtiene tras una investigación y análisis del usuario, para lo cual se utilizaron tres técnicas: SPICE, POEMS y mapa de empatía,

SPICE

Social

Necesita apoyo y sentir confianza en su familia. Desea tener un buen aprendizaje y que todas las personas le tengan paciencia y estén apoyándolos en todo el proceso y les den el acompañamiento requerido para poder realizar las cosas de la mejor forma y superarse.

Necesita tener un entorno de armonía, en cuanto a su hogar, para poder llevar su embarazo saludablemente.

Físico

Desea sentirse saludable, con fuerzas para poder llevar los nueve meses de embarazo

Le gusta estar en actividad, ya sea con el que hacer del hogar, también con el cuidado del exterior (por ejemplo sus huertos).



Fig. 20



Desean tener una buena alimentación, vivienda y vestuario. Además necesitan capacitación en sus habilidades para ponerlas en práctica.



Fig. 21

Identidad

Se identifica como una mujer amorosa ya que cuida con esmero a su familia y a los que ama.

Se identifica como una persona solidaria, que comparte con todos los que están a su alrededor, aunque un poco tímida, le gusta formar parte de grupos que la tomen en cuenta. Va con gusto a estas actividades a las que puede asistir o la invitan.

Comunicación

Quiere saber qué es lo que sucede en la comunidad, saber si sus vecinos o familiares que viven cerca se encuentran bien y no tienen alguna necesidad.

Quiere saber cómo va su embarazo y qué hacer para que pueda desarrollarse bien sin ningún problema.

Le interesa saber de noticias en relación a salud: ¿cuándo habrán jornadas médicas? ¿Cuándo regresarán las capacitaciones y monitoreos?



Emocional

Estas personas quieren amor y comprensión por parte de las personas más allegadas a su persona. Buscan la alegría en todo lo que hacen y además la solidaridad de las personas para su crecimiento personal.

POEMS

Personas

Mujeres embarazadas
Pareja de la mujer embarazada
Familiares de la mujer embarazada
Médico o comadrona certificada

Objetos

Libros o guías que sirvan para capacitar a estas personas interesadas en mejorar su calidad de vida, al igual que la del futuro integrante de la familia que viene en camino.

Afiches que informen a los padres de jornadas médicas o de vacunación y cartillas donde puedan llevar el monitoreo y control.



Fig. 22

Entorno

La comunicación se puede dar en espacios municipales o salones comunales gestionados por COCODES o Alcaldes municipales.

Casas de los COCODES o los representantes de todas las comunidades.

Mensajes y medios

Afiches, libros, guías y trifoliales con mensajes contextualizados y de fácil interpretación.

Servicios

Capacitaciones, conferencias, control y monitoreo.



Mapa de empatía

¿Qué piensa y siente?

Considera importante su familia, la alimentación y el trabajo, le preocupa contraer enfermedades y no puedan ser atendidas pronto.

Le preocupa que el bebé que lleva en su vientre le suceda algo malo, también le preocupa comer las cosas adecuadas para ella y él bebe.

Le preocupa que la falta de higiene le afecte a ella y el bebé.

Siempre que puede es optimista y alegre, siente la necesidad de estar acompañada y desean superar la pobreza y tener nuevos conocimientos que le permitan sacar adelante a su familia.

Se sienten agradecidos por ser tomados en cuenta para su desarrollo integral e importantes ya que los toman en cuenta para estos procesos de capacitación.

Actúan con aceptación, con una reacción pacífica con los capacitadores, aceptando los contenidos de la capacitación y aplicándolos para su bienestar.

Tiene la certeza que a través de la capacitación puede mejorar su calidad de vida. Estas personas quieren amor y comprensión por parte de las personas más allegadas a su persona. Buscan la alegría en todo lo que hacen y además la solidaridad de las personas para su crecimiento personal.

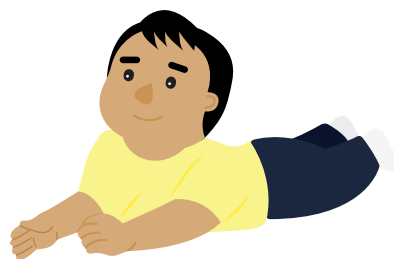


Fig. 23



Fig. 24

¿Qué ve?

Su entorno es natural, ve casas, tiendas, puestos de salud, centros de salud, municipalidades y huertos. Ve a su familia y a los vecinos que viven cerca de su casa, la mayoría familias con hijos. También ve jornadas médicas que llegan, ve a los capacitadores o técnicos que visitan sus familias en los monitoreos y los materiales de diseño que la Fundación les otorga cuando llegan a capacitarlos.

¿Qué oye?

Oye consejos de comadronas o de mujeres que ya son madres, consejos de los médicos del puesto o centro de salud.

Las personas más influyentes le dicen que se alimente bien, que cuide su higiene y la forma en la que se viste para no dañar al feto.

Los vecinos, amigos o familia le dicen que asista a sus controles y que visite regularmente el puesto de salud. Los técnicos y capacitadores les dan consejos para mantener una correcta alimentación y buenos hábitos de higiene.

¿Qué dice? ¿Qué hace?

Su factor diferencial es la buena actitud para aprender y mejorar su vida. Su actitud en público es un poco



tímida al inicio, pero cuando entra en confianza puede llegar a ser muy alegre. Explora las ideas a través de la creación, la solución de problemas, el ensayo y error y la experiencia de primera mano.

Disfrutan dando una mano y compartiendo su experiencia, sobre todo con las personas que les importan. Actúan tranquilas pero de repente espontáneas, muy curiosas.

Estas mujeres se vuelven comunicativas cuando están con otras personas, captan la información aprendida durante de las capacitaciones, que les será de ayuda para tener una mejor calidad de vida.

Las familias compran productos que cubran las necesidades básicas, compran alimento para el día o para la semana y materiales que le ayuden a sus trabajos de producción agrícola o artesanal, compran para satisfacer sus necesidades y para ser más productivos en sus labores cotidianas. Compran por los beneficios que traen a dichas necesidades primarias.

Esfuerzos

Sus miedos son enfermarse y enfermar al bebé que está en su vientre, temen a que el niño o niña se enferme y no tengan lo necesario para revertirlo y a que el bebé no crezca adecuadamente.



Fig. 25



Tiene miedo a estar sola, ya que sabe que necesita tener a alguien a su lado para apoyarla. Tiene miedo e inseguridad de no ser buena madre.

Sus frustraciones son por no tener un nivel lector básico o avanzado que le permita comprender el contenido de los documentos que le otorgan para mejorar su calidad de vida y la de su familia.

Le frustra estar en un nivel vulnerable, porque sabe que por el dinero es que no tiene el acceso necesario a muchos servicios básicos.

Uno de los obstáculos es la distancia que debe recorrer para realizar cualquier actividad, ya que la mayoría de cosas quedan lejanas. Un obstáculo es la falta de empleo que hay en su comunidad lo que provoca bajos ingresos y con ello una deficiente ingesta de alimentos.

Resultados

Su motivación: la familia. Necesita cuidar su salud y su higiene para no enfermarse y que el bebé se desarrolle en óptimas condiciones.

Necesita el apoyo de su pareja en todo momento y las instrucciones claras para mejorar su calidad de vida. Las oportunidades que tiene son las constantes capacitaciones, talleres, monitoreos y visitas para poder preguntar lo necesario y comenzar a poner en práctica todo lo aprendido.



Hallazgo

Una guía didáctica es como la orientación y un apoyo en el desarrollo de la mujer en etapa de embarazo y durante la lactancia.

Insight

“Sola no puedo, ¿me ayudan?”

Toda madre necesita consejos y apoyo en la etapa de embarazo y lactancia, para darle lo mejor a su hijo, ya que muchas veces siente que no podrá hacerlo sola.

Ella quiere sentir apoyo, ya que eso la motiva a esforzarse cada día más.



| 5.5 | DEFINICIÓN DEL CONCEPTO CREATIVO

Para generar el concepto creativo, se utilizaron las siguientes técnicas creativas:

Relaciones forzadas

A partir de palabras aleatorias ordenadas en cuatro columnas, se enlazaron por filas sin importar que no tengan un sentido lógico entre ellas para generar una nueva idea relacionada al *insight* seleccionado.

Semilla

Abrazo

Risa

Llama

Concepto: Plantar con amor

Marcador

Mesa

Ternura

Cadera

Concepto: Tracemos dulzura

Botella

Agua

Caricia

Abrir

Concepto: Abriendo caminos

Madre

Maceta

Corazón

Vida

Concepto: Enraizando una nueva vida



Hijo	Luz	Pan	Risa
Concepto: Alimentamos conocimiento			
Zapato	Bolsa	Rojo	Juntos
Concepto: Corazones cercanos			
Camino	Madera	Alegría	Repetir
Concepto: Viajo acompañada			

Método SCAMPER

(Sustituir, combinar, adaptar, modificar, otros usos, eliminar, reordenar).

Método en donde se combinan varias técnicas en unalista de preguntas que estimulan la generación de ideas. Problema: Prácticas de salud y nutrición materno infantil.



S: ¿Sustituir? (Cosas, lugares)

¿Qué pasaría si los niños no alimentan bien a sus padres? ¿Qué pasaría si los adultos no tuvieran buenos hábitos de salud y nutrición?

C: ¿Combinar? (ideas, temas)

¿Si los niños aprendieran a cocinar sus alimentos? ¿Si los adultos esperan que sus hijos los alimenten bien?



A: ¿Adaptar? (ideas, personas)

¿Qué haría un niño si quiere desarrollarse bien? ¿Qué se ha hecho en otros lados para que los niños tengan una salud y nutrición adecuada según su edad?

M: ¿Modificar? (Se añade algo)

Que todos los adultos miren a sus hijos como el futuro de sus comunidades.

Que todos los niños aprendan del buen cuidado que sus padres tuvieron con ellos para continuar viviendo de esa manera.

P: ¿Utilizarlo para otros usos? (se manifiestan las cosas ocultas)

¿Qué piensan las madres? ¿De qué depende que tengan un mejor futuro dentro de la sociedad?

E: ¿Eliminar o reducir al mínimo? (eliminar partes del problema)

¿Y si no existiera comida? ¿Si no existieran niñas y niños con desnutrición? ¿Si la prevención de salud y nutrición no existiera?

R: ¿Reordenar? (invertir, combinar)

¿Niños bien sanos? ¿Adultos responsables? ¿Futuros profesionales para la sociedad?

Conceptos: Pasos completos, dominó de oportunidades y volar alto.



Mapa mental

Generación de ideal a partir de las “Guías materno infantil” para crear conceptos creativos uniendo las palabras. Es una forma lógica y creativa, expresar ideas sobre un tema en forma radial.

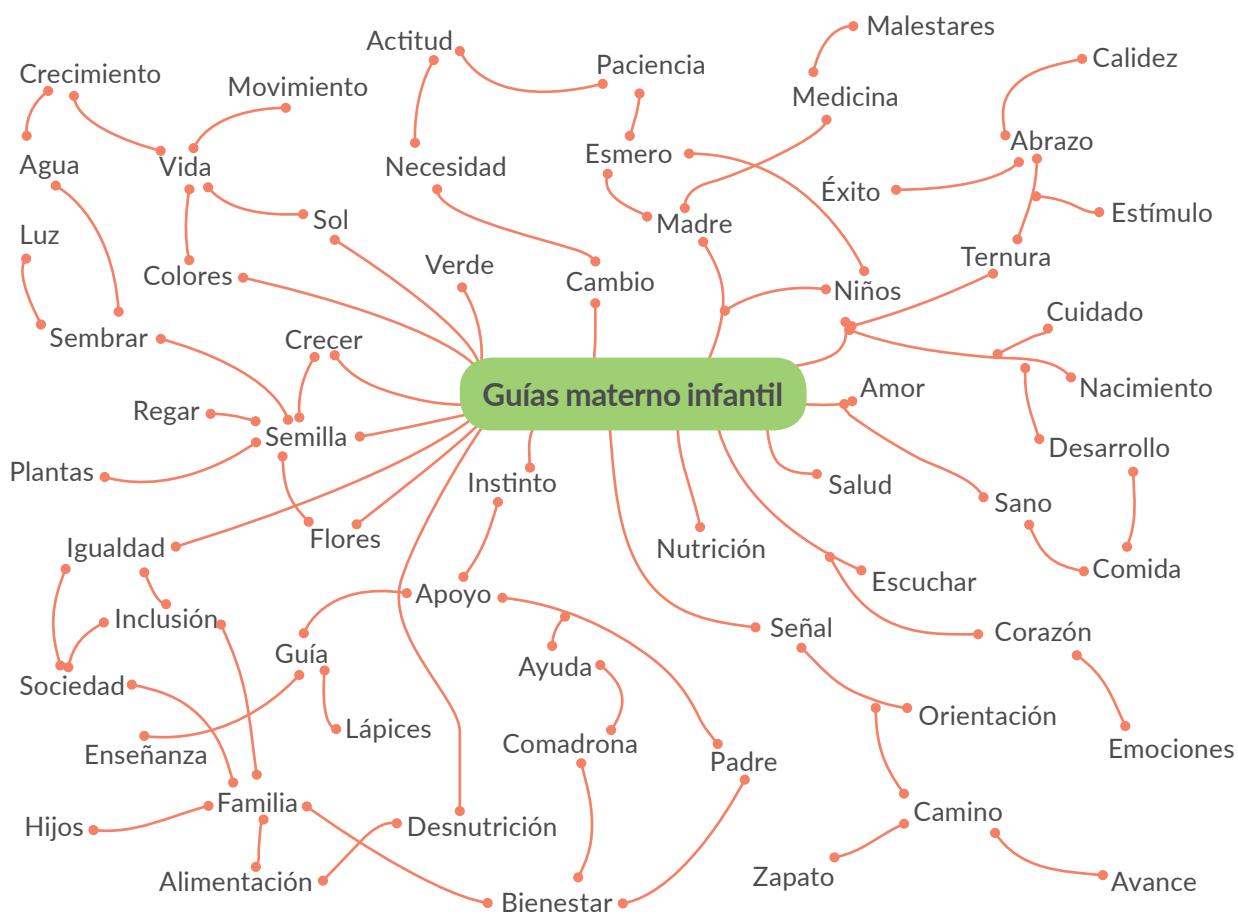


Fig. 26



Conceptos: Cuidando las semillas con esmero, reguemos con amor, iluminemos los pasos, cambio de ruta, paso a paso, somos dos, jardín de amor, multicolor, camino al sol, creamos vida, el árbol de la vida y frente a frente.

Propuestas de concepto creativo

Plantar con amor: es una metáfora de una madre como agricultora, quien es la encargada de plantar en su jardín (su ser) las mejores semillas para que el mismo florezca abundantemente y de buena manera.

Realizar esta acción con amor, hace referencia al cuidado que tiene con lo que siembre, para que estas semillas den buen fruto.

Enraizando una nueva vida: este concepto es la comparación entre la buena tierra y las buenas semillas (la mujer embarazada es la tierra y las semillas son los conocimientos y buenas prácticas) la planta que está en crecimiento echará raíces profundas y no será fácil que se dañe, se marchite o que muera.

Cuidando las semillas con esmero: cuidar semillas con esmero es una analogía con el nuevo ser que vendrá a la vida. Cuidar es amar, velar por las necesidades de este ser, responsabilizarse y hacer el mayor esfuerzo en ello.



Dominó de oportunidades: Es una metáfora desde la perspectiva de los padres, ya que si el adulto es responsable, las consecuencias serán positivas y se desencadenarán a lo largo de la vida de la niña o del niño en crecimiento.

Concepto creativo

“Plantar con amor”

Plantar es sinónimo de sembrar y cultivar, lo cual tiene como objetivo colocar dentro de la tierra una semilla para que eche raíces y se desarrolle completamente.

Es por lo que el concepto “plantar con amor” es una metáfora de una madre que, como agricultora, es la encargada de plantar (en su ser) las mejores semillas para hacerlas florecer abundantemente y de buena manera (su futuro).

Realizar esta acción con amor, hace referencia al cuidado que se debe tener durante la siembra, para que las plantas den buen fruto.



Fig. 27



| 5.6 | CÓDIGOS DE DISEÑO

Código escrito

Este puede lograr cierta expresividad mediante el manejo tipográfico, su tamaño y otros signos gráficos. La comunicación de este código se logra a través de un soporte físico, en este caso las guías didácticas con un mensaje coherente.

Para la realización de las guías didácticas, las cuales abordan principales temas de salud y nutrición materno infantil, se utiliza el título “Semillero” ya que estos son espacios de tierra en los que se plantan las semillas como al lugar donde éstas se guardan.

La función de los semilleros no es otra más que ayudar a que las plantas germinen y comiencen su desarrollo de la mejor forma posible. Para lograr esto se debe proporcionar a las semillas, y luego a las plantas las mejores condiciones que necesitan para desarrollarse.

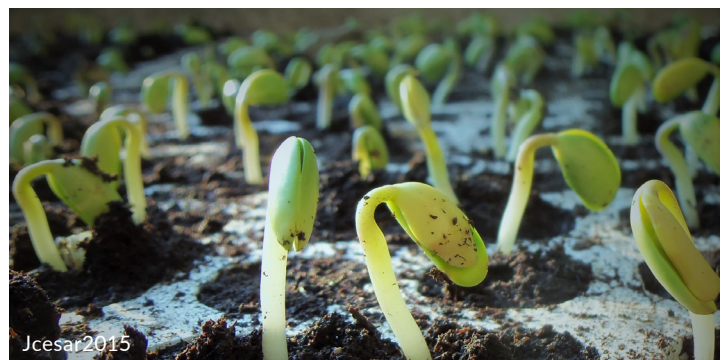


Fig. 28



Código tipográfico

Los contenidos textuales son los principales responsables de transmitir un correcto mensaje al receptor. La tipografía hace que se destaquen las palabras y adquieran personalidad y sentido.

Para conseguir contraste se combinan los grupos tipográficos *sans serif* con *serif*.

Serif

Sans serif

Fig. 29

A pesar de ser un material impreso, la tipografía que se usa para los cuerpos de texto pertenecen al grupo *sans serif* de estilo humanista. Este se caracteriza por las modulaciones en sus trazos distinguidas por su aspecto orgánico y considerada como las de mejor rendimiento en lectura (Tipos formales, 2010)

Humanista

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj
 Kk Ll Mm Nn Oo Pp Qq Rr Ss
 Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz 0123456789

Fig. 30



Por el manejo de contraste, los titulares de primero, segundo, tercer nivel y ante titulares tienen un tratamiento tipográfico *serif*. Dicho grupo se caracteriza por la formalidad y seriedad, cualidades que se quieren transmitir en el contenido de las guías didácticas.

Estos titulares pertenecen a la familia de Romanas Antiguas donde presentan algunas modificaciones en sus serifas y entre otras virtudes que ofrece es la legibilidad en la lectura.

ESTE ES UN TITULAR

Antetitular

Titular primer nivel

Titular segundo nivel

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj
Kk Ll Mm Nn Oo Pp Qq Rr Ss
Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz 0123456789

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj
Kk Ll Mm Nn Oo Pp Qq Rr Ss
Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz 0123456789

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj
Kk Ll Mm Nn Oo Pp Qq Rr Ss
Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz 0123456789

Fig. 31



Código cromático

Para el diseño de las guías didácticas usar una paleta de colores relacionadas a la naturaleza, permiten que exista adherencia al concepto creativo establecido. Dichas combinaciones van de tonalidades frías (para proporcionar estados de concentración y serenidad) a cálidas (como activador del ánimo y la proactividad).

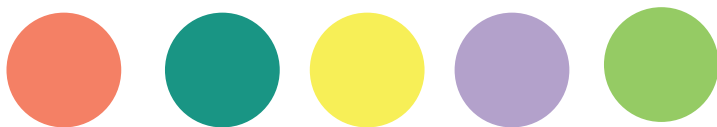


Fig. 32

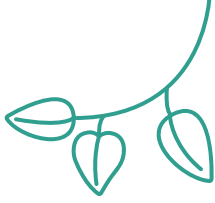
Acoplado estos colores, se mantiene el equilibrio cromático en la composición.

Utilizando el color de semi saturado a fuerte, ya que, si se usa el color en su saturación completa, es posible que los mensajes principales se pierdan debido al alto contenido de información que se encuentra en el color de las ilustraciones.

El modelo de color utilizado para la versión impresa es CMYK (*Cyan, Magenta, Yellow, Key*), mientras que para la versión digital se diseña bajo el modelo aditivo RGB (*Red, Green, Blue*).



Fig. 33



Código icónico

Para transmitir el mensaje eficaz y completamente, el uso de íconos e ilustraciones es fundamental en el desarrollo de las guías didácticas de salud y nutrición materno infantil.

Las ilustraciones son un reflejo de las acciones que realiza una mujer embarazada a lo largo de su proceso hasta llegar a la etapa de alumbramiento y posterior a ello, los dos años de vida de su hijo o hija. El manejo de éstas se basa en destacar las características más representativas, para que el grupo objetivo lo comprenda y al mismo tiempo se sienta identificado con las mismas.

Dichas ilustraciones responden a la tendencia esqueumorfista, apelando a su característica de retener ornamentos o estructuras que eran necesarias del objeto original, con el fin de contextualizar la ilustración con los detalles que el grupo objetivo reconoce para generar empatía y memorabilidad.

De igual forma los íconos, pertenecen a los códigos no lingüístico visuales ya que solo bastará con verlos para interpretarlos en su totalidad.

Debido a ello el nivel de abstracción debe ser manejado con mucho cuidado, para que el receptor pueda comprender el mensaje de forma correcta. De forma contraria, no se debe caer en detallar la iconografía, debido al tamaño que se manejarán, ya que puede ocasionar que se recargue y por ende no transmitir la idea deseada.



Los iconos trabajados a línea tienen la versatilidad de ser simples, ocupar menos espacio, utilizarse con distintos colores y adaptarse a la cultura visual del grupo objetivo, mediante terminaciones redondas que connoten amabilidad y empaticen con ellos.

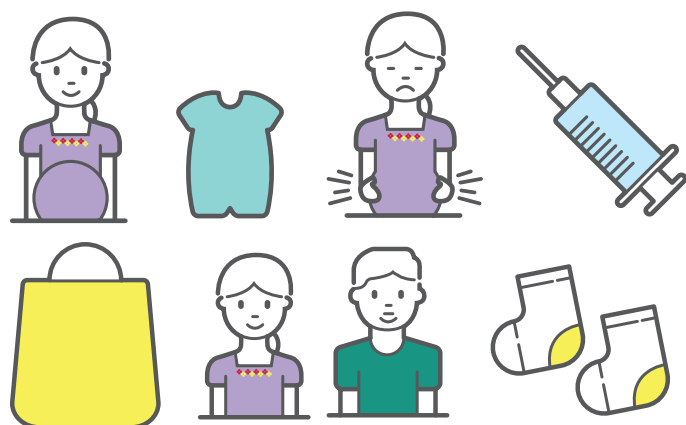


Fig. 34

Código de formato

El formato de páginas para las Guías didácticas tiene una medida de 8.5" de ancho por 11" de alto, en posición vertical.

El empleo de márgenes permite un mejor manejo de las páginas, evitando así, que la encuadernación obstruya el contenido y que el texto no se pierda al momento de cortar el papel.

Los márgenes utilizados son de 0.75" en la parte superior, 0.75" en la parte inferior, 0.75" en la parte externa y 1" en la parte interna de la página.

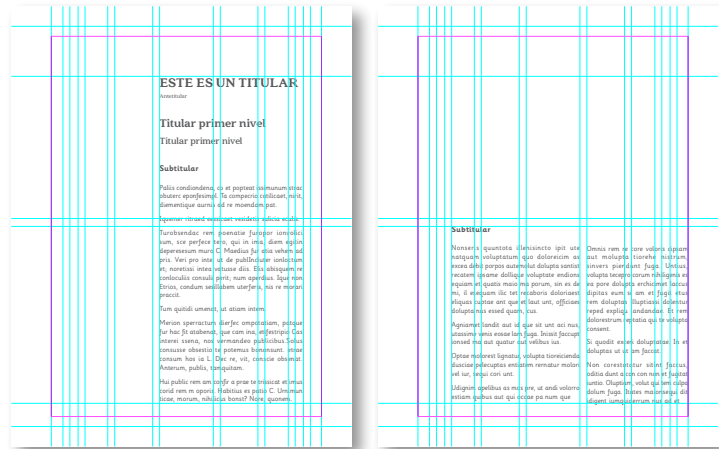


Fig. 35

La retícula utilizada es aplicada según la secuencia de Fibonacci en el que el ancho de las columnas aumentan, según su unidad, se usa de la siguiente manera: 1, 1, 2, 3, 5, 8, 13...etc.

La unidad utilizada es de 0.25” con un medianil del mismo tamaño. La secuencia se repite de la siguiente forma: 1, 1, 2, 3, 5, 3, 2, 1 y 1 unidad.

Este tipo de retícula permite una mayor flexibilidad al momento de ordenar los elementos dentro del espacio de trabajo establecido y favoreciendo al uso de espacios en blanco, para dar descanso visual al lector.

CAPÍTULO

06

PRODUCCIÓN GRÁFICA Y VALIDACIÓN DE ALTERNATIVAS

Primer nivel de visualización

Primera evaluación

Segundo nivel de visualización

Segunda evaluación

Tercer nivel de visualización

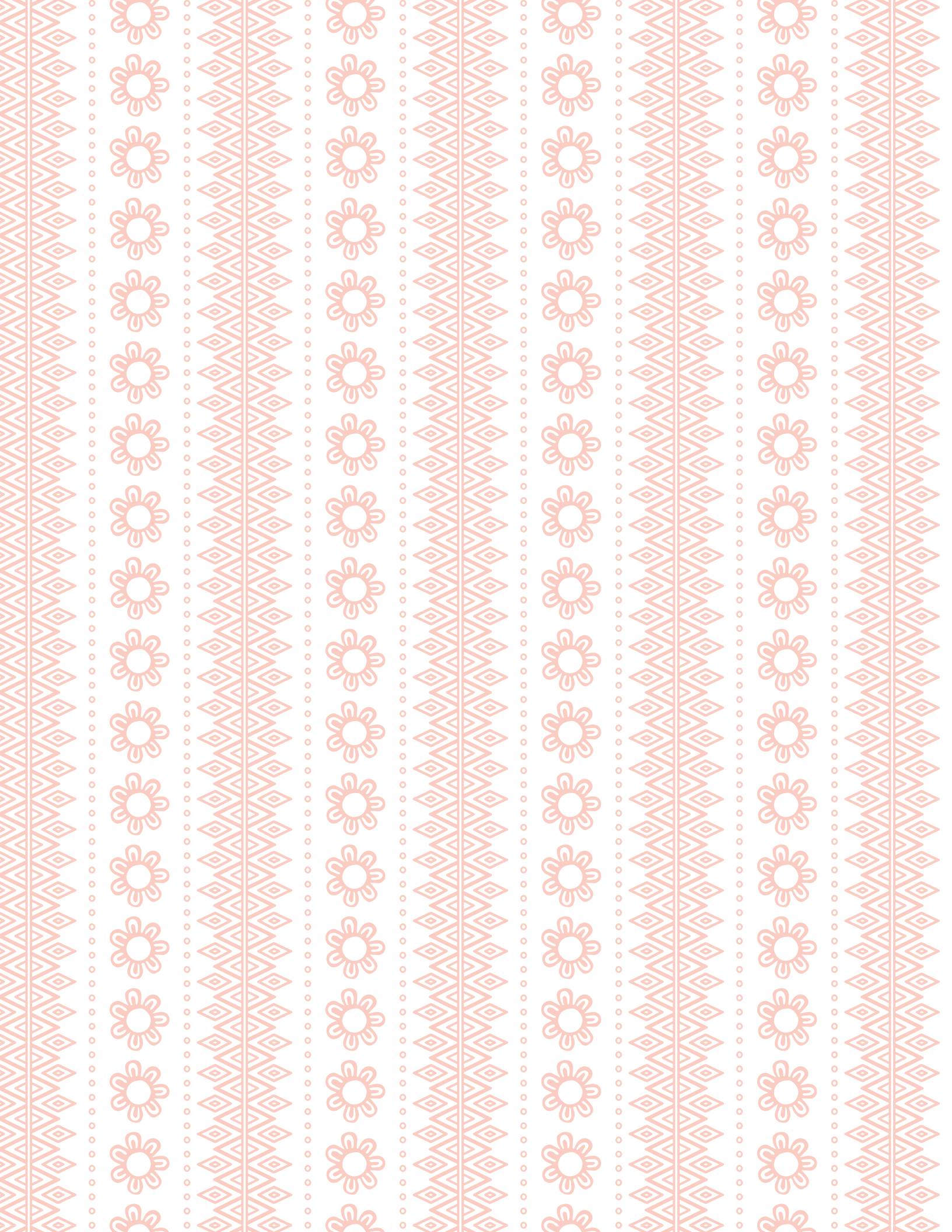
Tercera evaluación

Propuesta final

Fundamentación

Lineamientos para la puesta en práctica

Presupuesto





6.1 PRIMER NIVEL DE VISUALIZACIÓN

El primer nivel de bocetaje se compone por una serie de elementos claves de forma manual, plasmando los conceptos creados del lápiz al papel.

Entre las piezas que se evaluaron encontramos:

- Portada
- Contraportada
- Portadilla
- Interior de Portadilla
- Páginas internas
- Índice
- Créditos

Bocetos

Portada

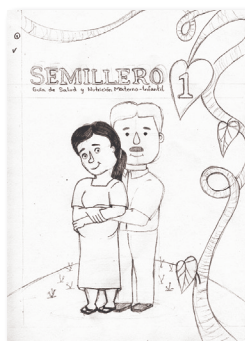


Fig. 36

En este boceto se colocan los elementos gráficos representando al concepto “plantando con amor”. La imagen de la pareja para connotar el trabajo en equipo sobre un montículo que representa la curva del estómago de una mujer embarazada.



En este boceto se trabaja el concepto mediante el uso de la hoja en forma de corazón colocado repetitivamente en todo el fondo.



Fig. 37

Este boceto tiene características parecidas, eliminando las plantas para generar un espacio más limpio y con un mejor recorrido visual desde los títulos hasta los créditos de la portada.



Fig. 38

Aquí se utiliza literalmente el semillero como elemento principal de la portada.

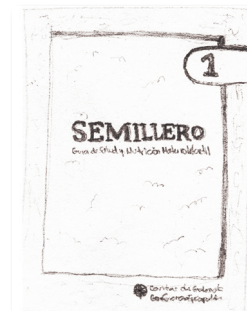


Fig. 39

En esta versión se dejan las hojas que van de la mano al concepto creativo, y el montículo que representa es abdomen de la mujer embarazada y la planta que crece dentro de ella.



Fig. 40

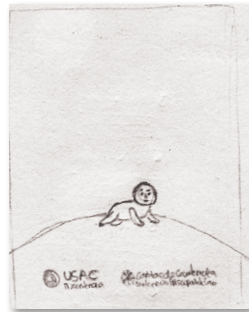


Fig. 41

Contraportada

Al finalizar la primera guía, él bebé ya habrá nacido, es por ello que en la contraportada de esta versión se encuentra el bebé.



Fig. 42

Uso de los elementos ligados al concepto creativo “plantando con amor”



Fig. 43

Este boceto se realizó haciendo alusión al dorso de un semillero, con textura de madera.



Fig. 44

Al igual que el segundo boceto, el uso de los elementos ligados al concepto creativo “plantando con amor”



Similar al primer boceto, solo que en lugar del bebe, irán plantitas que están creciendo.

El boceto de cada una de las contraportadas responde con los bocetos de portadas realizados anteriormente.

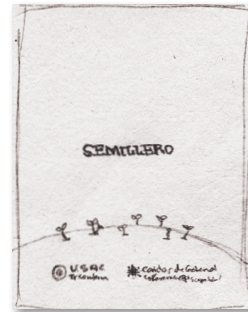


Fig. 45

Portadillas

Uso de la hoja corazonada para colocar en cada capítulo que corresponde.

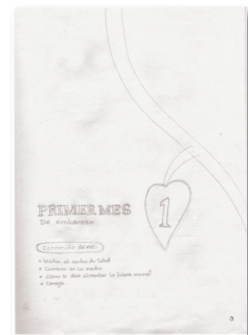


Fig. 46

Uso de la hoja corazonada para resaltar el titular de la portadilla.



Fig. 47

En este boceto se ve el uso de las hojas en la parte superior de la hoja, para generar unidad con la portada.



Fig. 48

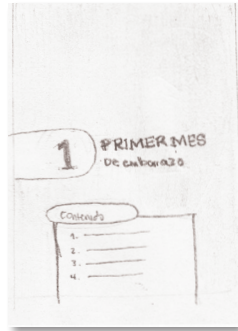


Fig. 49

Uso de pastillas para colocar número del capítulo.

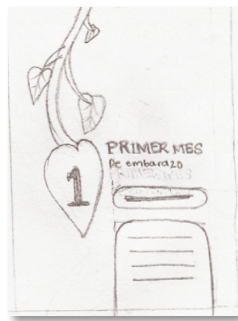


Fig. 50

La hoja corazonada está presente en este boceto el cual contiene el número del capítulo como en los otros bocetos presentados.

Interior de portadillas

Los bocetos de portadillas responden al concepto “plantando con amor” en donde la hoja corazonada está presente en variaciones y abstracciones para no aumentar el protagonismo de esta parte de las guías.

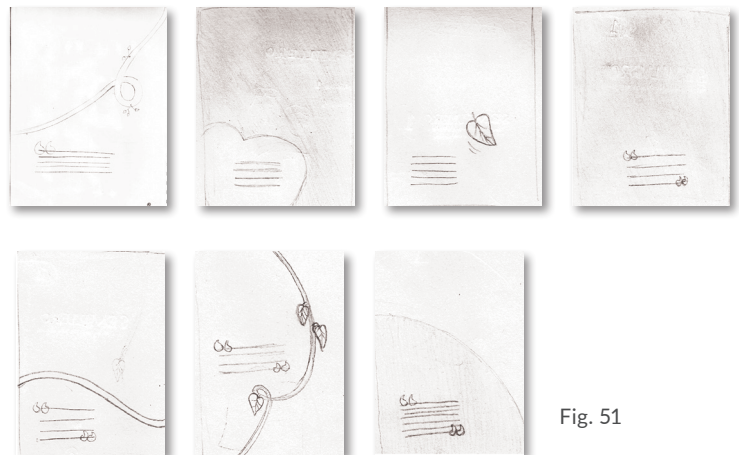


Fig. 51



Páginas internas

Los bocetos de páginas internas son una simplificación del concepto, en donde el tratamiento de la hoja es solo un complemento para no entrar en la redundancia, y en algunas páginas se suprimen estos elementos por el mismo motivo.

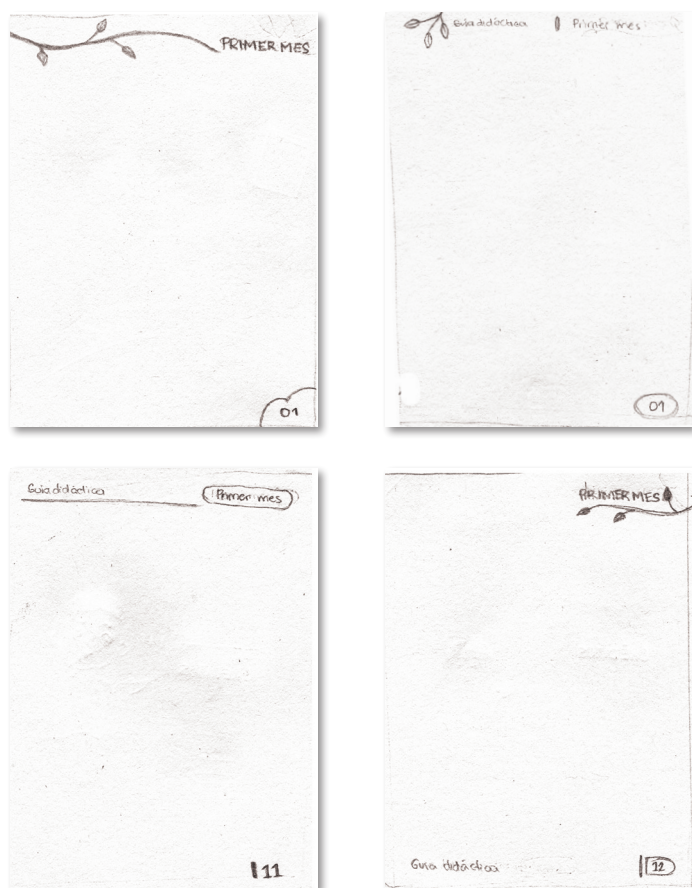


Fig. 52

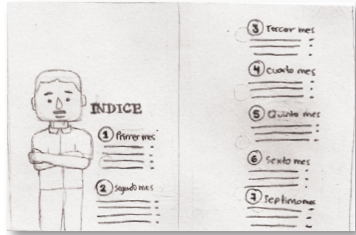


Fig. 53

Índice

Este boceto tiene al personaje que tiene relación con otros bocetos realizados para las demás piezas.

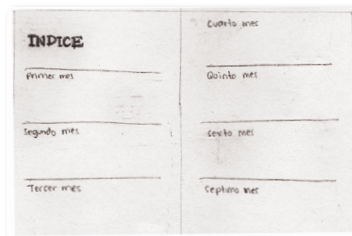


Fig. 54

Un boceto limpio, sin tanta distracción visual y ordenado para colocar el contenido de la guía.



Fig. 55

En este boceto se hace presente el concepto, por el uso del elemento, de las hojas en forma de corazón y los titulares dentro de pastillas.



Fig. 56

Muy parecido al boceto anterior, en este cambia la cantidad de hojas y la posición de las mismas.

El uso de pastillas es únicamente para los titulares de cada capítulo.



Fig. 57

En este boceto las hojas corazonadas ganan protagonismo y se encuentran con la numeración de página de cada capítulo de la guía.



Créditos

Uso de la hoja corazonada para provocar un recorrido visual y enmarcar los créditos.

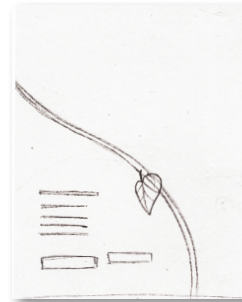


Fig. 58

En este boceto se puede observar una visualización de la guía junto con su información y al final el montículo relacionado al contenido de la guía.



Fig. 59

En este boceto se hace uso del personaje para que dirija la vista al lector hacia los créditos.

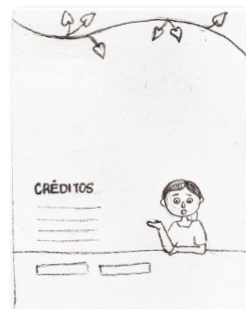


Fig. 60

De igual manera al boceto anterior, modificando el fondo con un color sólido.

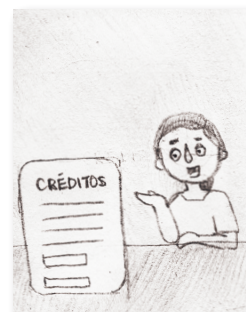


Fig. 61



| 6.2 | PRIMERA EVALUACIÓN

En cada etapa del diseño, es importante evaluar, para que esté garantizada la funcionalidad de la pieza.

La autoevaluación es un procedimiento que pretende evaluar las propuestas de diseño de manera objetiva a través del cual el estudiante determina cuáles reúnen las condiciones necesarias para continuar trabajando en ellas, en la siguiente etapa.

Este nivel de evaluación se dividió en tres etapas:

Validación con compañeros de estudio:

Esta fase se llevó a cabo con 7 compañeros de estudio.

Muestra: Hombres y mujeres de entre 22 y 24 años, estudiantes de décimo semestre de la licenciatura de Diseño Gráfico, de la Facultad de Arquitectura de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

Metodología: Se mostraron los bocetos realizados a mano, en donde están las principales partes que comprenderán las guías didácticas con variaciones de las mismas.

También se realizó un instrumento de evaluación (consultar anexo 2) con la muestra evaluada para obtener retroalimentación para aplicar en la segunda etapa de visualización del diseño de las guías.



Fig. 62



Fig. 63



La matriz de evaluación se completó mediante la elección de una propuesta por cada elemento bocetado, luego de esto, se procedió a ponderarla y recibir retroalimentación de la misma.

Material a evaluar

Bocetos de:

- Portada
- Contraportada
- Portadilla
- Interior de Portadilla
- Páginas internas
- Índice
- Créditos

Análisis de los resultados:

(Ver anexo 2)

Con el diseño de la portada, la mayoría eligió la versión 4, debido al mensaje claro que presenta y al mismo tiempo no es literal como en las otras versiones.

El diseño de la contraportada, con un promedio perfecto, la primera opción connota mejor el mensaje y evita que se vuelva polisémica su interpretación. Al estar el niño ahí, se indica cual es la culminación de la etapa de cada una de las guías.

La elección del diseño de portadillas y el interior de las mismas, son coherentes con el concepto creativo al igual que las páginas internas, en donde se manejan elementos sutiles que no causan ruido con el contenido.



Fig. 64

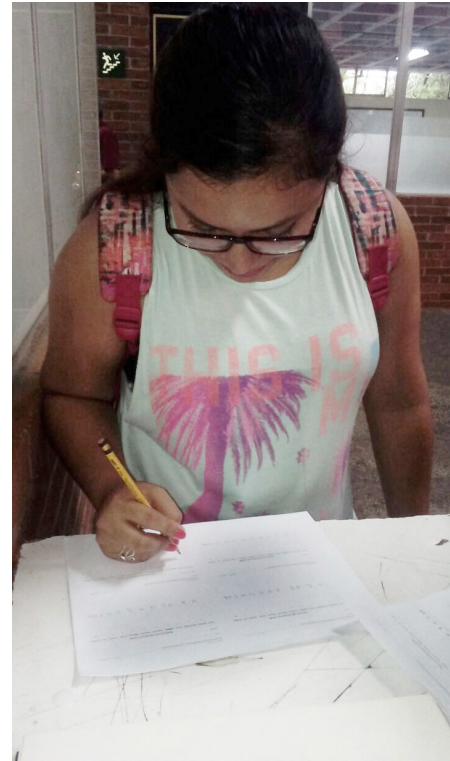
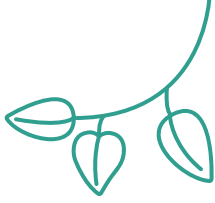


Fig. 65



El diseño del índice, responde a la primera versión. El uso del personaje hace que el grupo objetivo entienda claramente el mensaje y no exista confusión al momento de ver tantas hojas dentro de todo el diseño, de igual forma el diseño de los créditos.

Autoevaluación:

Esta fase se realizó con la autocrítica de los bocetos realizados para tomar decisiones.

Metodología: Observaron y analizaron los bocetos realizados a mano, en donde están las principales partes que comprenderán las guías didácticas con variaciones de las mismas.



Fig. 66

Formulario de Autoevaluación

AUTOEVALUACIÓN PRIMER NIVEL DE VISUALIZACIÓN

Fecha: 02/07/2017

Portada

Versiones	PRINCIPIOS QUE EVALUAR EN EL DISEÑO											Resultado
	Portada	Memorabilidad	Fijación	Legibilidad	Composición	Abstracción	Estilización	Concepto	Tipografía	Color	Resolución	
1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
2	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50

Fig. 67

También se realizó un instrumento de evaluación (Fig. 67) para obtener retroalimentación para aplicar en la segunda etapa de visualización del diseño de las guías. La matriz de evaluación se completó con la ponderación de todas las versiones bocetadas, para tomar decisión de cuál de ellas elaborar, para el segundo nivel de visualización.

Material a evaluar

Bocetos de:

- Portada
- Contraportada
- Portadilla
- Interior de Portadilla
- Páginas internas
- Índice
- Créditos



Análisis de los resultados:

(Ver anexo 2)

Con el diseño de portada, contraportada, portadilla, interior de portadilla y créditos hubo coincidencia con los resultados obtenidos en la evaluación con los compañeros. Se encontró que en las demás opciones menos ponderadas existe un nivel de ambigüedad.

Validación con expertos de diseño:

Esta fase se llevó a cabo con dos expertos en Diseño Gráfico.

Muestra: Hombre y mujer profesionales en el área de Diseño Gráfico pertenecientes a la Universidad de San Carlos de Guatemala.

Metodología: Se mostraron los bocetos elaborados a mano, en donde están las principales partes que comprenderán las guías didácticas con variaciones de las mismas.

Se hizo una observación de las piezas, análisis y elección de cada una de las versiones de los bocetos presentados con sus respectivos comentarios.

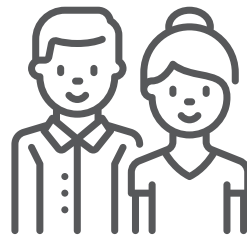


Fig. 68



Material a evaluar

Bocetos de:

- Portada
- Contraportada
- Portadilla
- Interior de Portadilla
- Páginas internas
- Índice
- Créditos

Resultados y análisis

Boceto portada

Ambos coincidieron con la cinco versión, la cual connota el mensaje y el contenido de las guías sin necesidad de ser literal.

Boceto de contraportada

Respecto al diseño de contraportada, la versión uno y la cinco fueron seleccionadas por la relación con el diseño de la portada. Sin embargo, la primera versión cumple con los requisitos de transmitir mejor el mensaje de las guías ya que el abuso de las hojas y los elementos de la naturaleza confundirán al receptor y se desviará del verdadero contenido de las guías.

Boceto portadilla

La selección del diseño de portadillas tenía inclinación hacia la versión 3 y 5, pero analizando cada versión se determinó que vale la pena variar la versión 5 en cada mes de embarazo; agregar más hojas o flores en cada portadilla, de igual forma para el diseño de las



portadillas internas, inclinándose por la versión 3 y 7 más la misma premisa de la portadilla.

Boceto páginas internas

Por unanimidad se eligió la segunda versión de los bocetos para páginas internas ya que permiten una lectura más limpia, sin tantos elementos que obstruyan el contenido.

Boceto índice y créditos

La selección del diseño para el índice pertenecen a la versión 1 y 3 de los bocetos.

El uso del personaje rompe con la repetición del uso de la hoja corazonada para no caer en lo redundante. De igual manera para el diseño de los créditos.



6.3 | SEGUNDO NIVEL DE VISUALIZACIÓN

El segundo nivel de bocetaje se compone de elementos digitales utilizando conceptos de diseño gráfico para su realización, los cuales se validan con expertos en el tema y diseñadores gráficos.

Entre las piezas que se evaluaron encontramos la versión digital de:

Portada



Fig. 69



Carátula



Fig. 70

Créditos

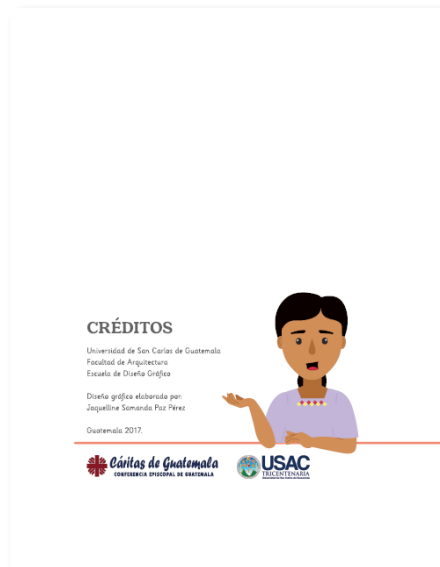


Fig. 71

Índice

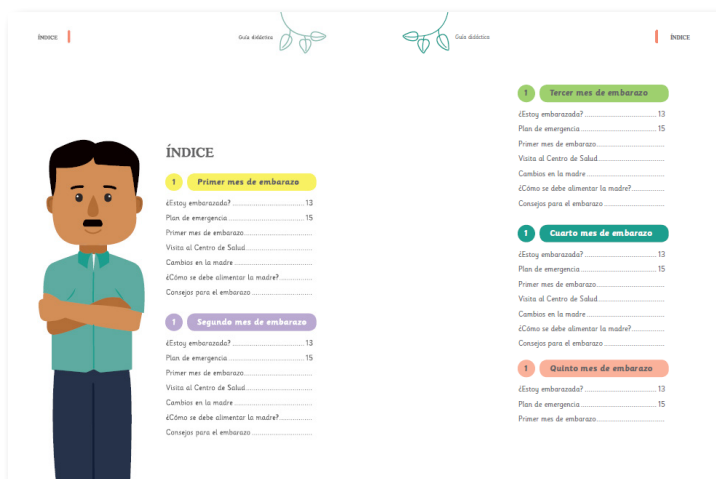


Fig. 72



Portadilla y portadilla interna



Fig. 73

Presentación

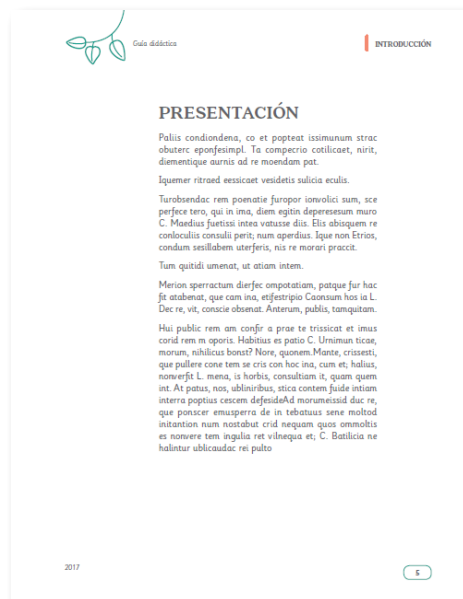


Fig. 74

Layout

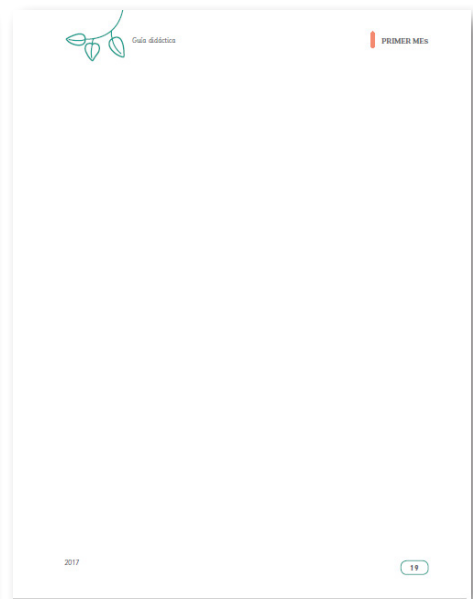


Fig. 75



Contenido

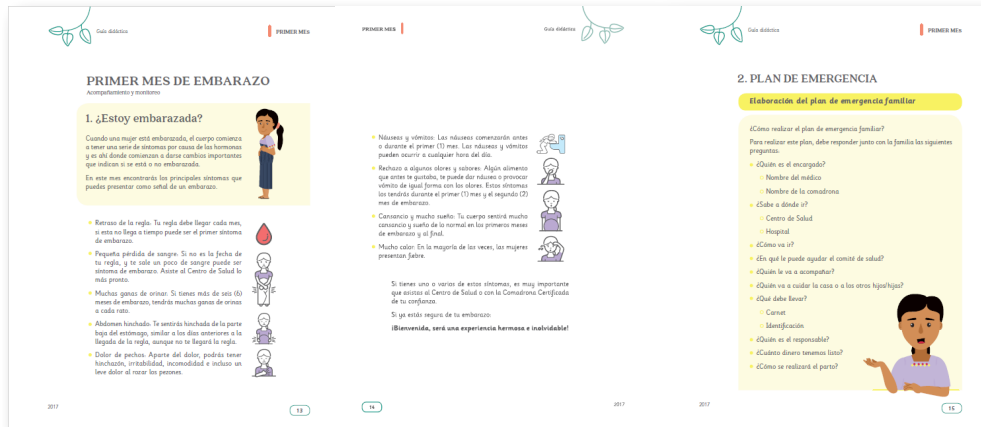


Fig. 76

Contraportada

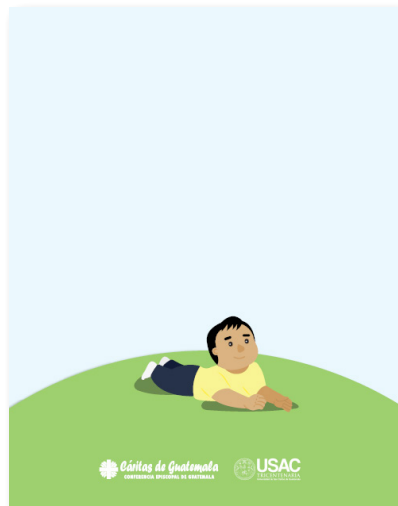


Fig. 77



| 6.4 | SEGUNDA EVALUACIÓN

En cada etapa del diseño, es importante evaluar para que esté garantizada la funcionalidad de la pieza.

Validación con profesionales del tema y diseño gráfico

Esta fase se llevó a cabo con 13 profesionales del tema y en diseño gráfico.



Fig. 78

Muestra: Hombres y mujeres de entre 26 y 35 años profesionales expertos en el tema.

Metodología: Se mostraron los bocetos digitales, en donde están las principales partes que comprenderán las guías didácticas.

Se elaboró un instrumento de evaluación (consultar anexo 3) con la muestra evaluada para obtener retroalimentación finalizar el diseño de las guías.



Google Forms

Fig. 79

Este instrumento fue enviado vía internet por medio de la herramienta Formularios de Google con el fin de obtener las respuestas de manera ordenada para su posterior análisis.



Material a evaluar

- Portada
- Carátula
- Créditos
- Presentación
- Índice
- Contenido
- *Layout*
- Portadilla
- Interior de Portadilla
- Contraportada

Análisis de los resultados:

(Ver anexo 3)

El mensaje que transmite las guías es 84.6% eficaz al momento de ver las piezas que fueron evaluadas.

El 84.6% de los encuestados acertaron con que las guías utilizan los colores adecuados, aunque en su momento recomiendan saturar más los colores para generar contraste con la superficie. El 7.7% indica que el color no es adecuado porque lo asocian con la maternidad y colores femeninos.

El uso de tipografía está bien, pero un 38.5% afirma que se puede mejorar para que sea adecuada al material y para el grupo objetivo. Respecto a la diagramación y el uso de retícula hay una jerarquía visual que orienta al lector pero de igual forma puede mejorar. Se mejoraría jerarquizando las imágenes en primer nivel.



Según la experiencia de los encuestados, se calificó al material con un 69.2% que estaba bien y un 30.8%, que puede mejorar conforme a los comentarios que realizaron los expertos.

Con un 76.9%, el material es comprensible y el uso de las ilustraciones se adecua con el mismo porcentaje.

El tamaño (8.5" x 11") del material es el más adecuado para trabajar estas guías, tal como, lo evaluaron los expertos en la encuesta obteniendo un 84.6%.

Un 61.5% de los encuestados afirmaron que la portada de las guías es de fácil comprensión, pero que podría tener mejoras para que fuera más literal, aunque este no es el objetivo que se busca. Los expertos de diseño recomiendan que la portada no esté tan plana, y que se agregue un manejo de sombras para generar volumen.

De los expertos encuestados, un 84.6% afirma que se logra alcanzar el objetivo de la pieza gráfica con lo que evaluaron ellos en este nivel de visualización.

Los expertos del tema consideran que vale la pena resaltar más las ilustraciones, debería abarcar más espacio de la hoja para ganar protagonismo. De igual forma el área que necesita mejorar es la diagramación en relación a la jerarquía, mejorar los acabados de las ilustraciones, y evaluar el tamaño tipográfico para el grupo objetivo.

Otro comentario fue respecto a la cantidad de ilustraciones en la página, que se aumente y resaltar rasgos culturales de la población.



Otros comentarios, respecto a resaltar alguna característica del material:

“Creo que el material está bastante bien”

“Mejor jerarquía tipográfica, bocetar composiciones tipográficas más llamativas”

“Está muy bonito”

“Colores acorde a la maternidad”

“Considero que la guía tiene la información necesaria, todos los elementos tienen relación y son funcionales”

“Las ilustraciones e iconos, hacerlos un poco más grandes, porque muchas personas les llama más la atención lo visual que lo escrito”

“Un poco más de elementos ilustrados en las páginas”

“Sí, el embarazo y los rasgos culturales de la región”

“Lindo solo resalta más la imagen para que el texto pase a un segundo nivel en la jerarquía visual “

“Las ilustraciones están muy bien realizadas y la tipografía es adecuada”



“Bastante pertinente para el grupo objetivo, colores adecuados”

“El documento es creativo”

“Uso adecuado de colores según la temática. Buenas ilustraciones y la diagramación también”

“Muy informativa”

“He tenido un poco de experiencia en cuanto a este tema. Gracias a las ilustraciones las personas podrán aprender de mejor manera este tema. Será una guía muy útil”

“Me parece muy bonito y sobrio el material, las ilustraciones y los iconos están bien utilizados, sería un material muy bonito de ver impreso, los colores me encantaron”

“Me parece muy buen material, aunque considero que se puede contextualizar aun más para una mejor comprensión de las personas de la región”

“Tal vez que el niño de la contraportada esté acompañado por más niños o la madre”



A partir de la validación se realizaron cambios de:

Ilustraciones: Siguiendo los consejos de la evaluación, se mejoró la calidad y proporción de las ilustraciones.



Fig. 80

Tamaño de las ilustraciones: se cambió la escala de las ilustraciones para que tuvieran el primer nivel de jerarquía en las páginas donde la imagen debe transmitir un mensaje principal.



Fig. 81



Cambios en la portada y contraportada: Se realizó un tratamiento de sombras, y en la contraportada se colocó la imagen de una familia completa.

En la portada se cambió la presentación de los logos para que en su reproducción no se distorsionen.

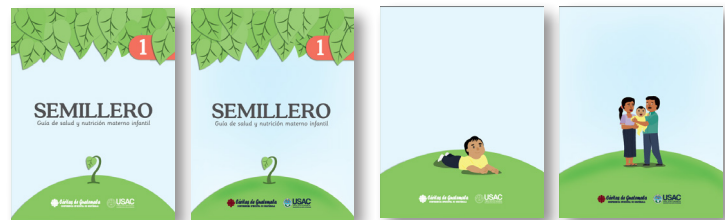


Fig. 82

Rasgos culturales: Se realizó el cambio en el patrón que acompaña las portadillas con un diseño típico para generar más empatía con el grupo objetivo.

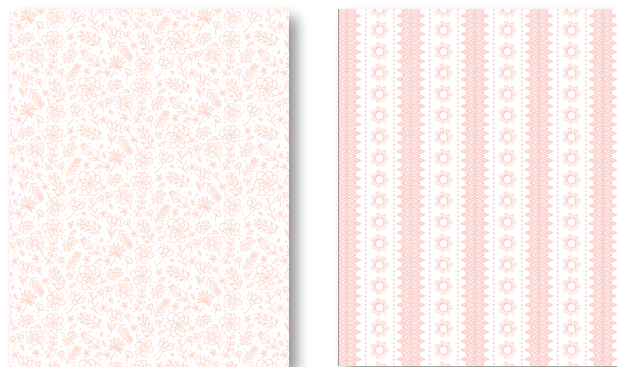


Fig. 83

Al colocar una tipografía más llamativa, la ilustración pierde protagonismo es por ello que se dejó con la que se estaba trabajando.



| 6.5 | TERCER NIVEL DE VISUALIZACIÓN

En el tercer nivel de visualización las guías, están diagramadas en su totalidad y se evalúa una versión impresa para poder apreciar todos los elementos a escala real para hacer los cambios pertinentes.



Fig. 84

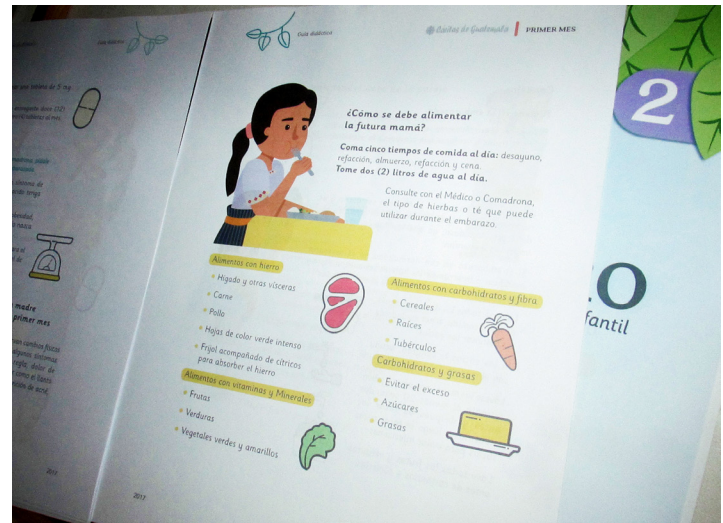


Fig. 85



Fig. 86



| 6.6 | TERCERA EVALUACIÓN

En el tercer nivel de visualización las guías están diagramadas en su totalidad y se evalúa una versión impresa para poder apreciar todos los elementos, a escala real y hacer los cambios pertinentes.

Esta evaluación es una prueba piloto que permitirá verificar la efectividad de las propuestas.

Muestra: 15 mujeres en etapa de embarazo, lactancia o con hijos menores de dos años entre 23 y 30 años.

Metodología: Se mostraron las principales partes que comprenderán las guías didácticas de forma impresa para apreciar los detalles en tamaño real.

También se realizó una lista de evaluación (consultar anexo 4) para la muestra, con el fin de obtener retroalimentación para finalizar el diseño de las guías.

Las piezas fueron mostradas a las mujeres encuestadas y por medio de una conversación se evaluaron los aspectos contenidos en la lista de evaluación y tomando en cuenta sus comentarios.

Material a evaluar

Guías didácticas de salud y nutrición para mujeres en etapa de embarazo y lactancia, de la Región Suroccidental del Guatemala, atendidas por la Fundación Cáritas de Guatemala en prevención de la desnutrición crónica infantil.

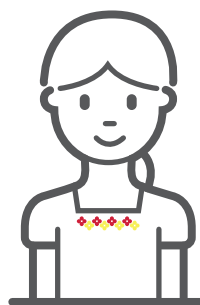


Fig. 87



Fig. 88



Análisis de los resultados:

(Ver anexo 4)



Fig. 89

En el momento que las mujeres vieron la portada, un 87% de ellas entendieron de qué se trataban las guías y el mismo diseño llamó su atención.

Cuando comenzaron a leer el contenido, únicamente al 6% de la muestra se le complicó la lectura.

El uso del color tuvo una aceptación al 100% aunque en un comentario dijeron que la textura casi no se veía por lo pálido, es por ello que se aumentará el valor en la pantalla de color aplicada.



Fig. 90

Hubo una reacción de empatía frente a las ilustraciones de la guía y comentaron que estas guías les serviría mucho para poder darle mejor cuidado a sus hijos.

Con respecto a los personajes, comentaron que haría falta colocar a alguna nena junto con el nene porque no todas las madres tienen solo hombres.

El contenido de la guía es adecuado, completo y atractivo en un 100%



| 6.7 | PROPUESTA FINAL

La propuesta final está compuesta de dos guías didácticas las cuales abarcan los principales temas de salud y nutrición materno infantil, utilizando el concepto “plantar con amor” en donde se orienta e informa a la madre de familia (principalmente) sobre todo los temas relacionados a los 9 meses de embarazo, el nacimiento y el crecimiento de la hija o el hijo hasta los 2 años de edad.

Estas guías tienen como objetivo ser utilizadas por la futura madre y su familia, para que pongan en práctica las acciones que se indican durante cada uno de los capítulos que componen las guías.

El presente material editorial se compone de las siguientes secciones:

- Portada: Esta tiene una imagen retórica, indicando el abdomen de la mujer embarazada y el crecimiento del nuevo ser.
- Guarda: Contiene la textura visual de una reinterpretación del bordado típico.
- Carátula: Es una simplificación de la portada, agregándose espacios para colocar datos importantes de la madre.
- Créditos: Información de las personas encargadas de la creación de las guías.



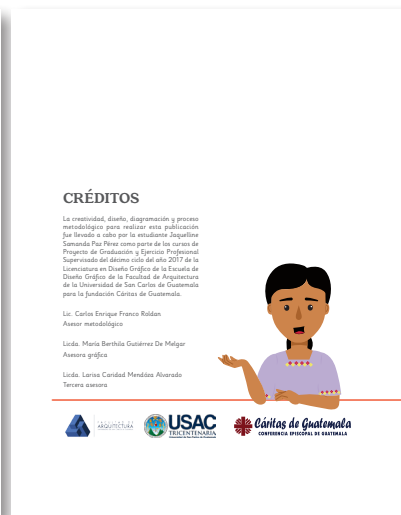
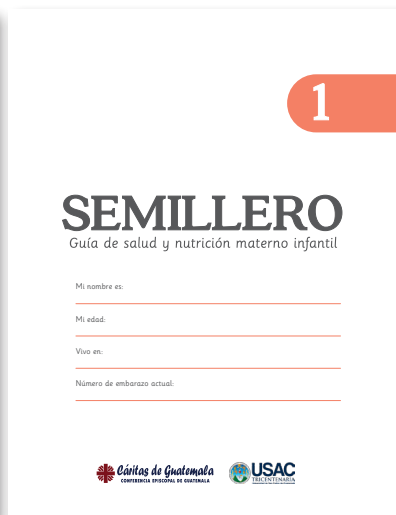
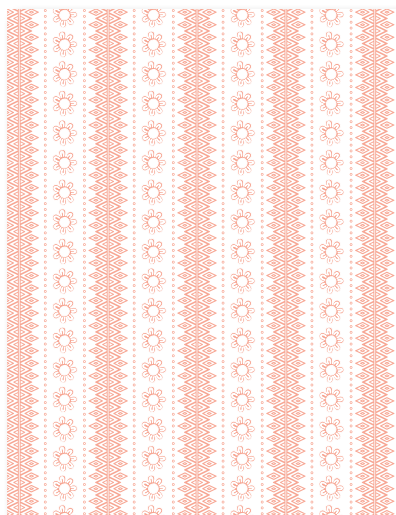
- **Presentación:** Muestra un acercamiento al contenido de las guías.
- **Índice:** Es un listado ordenado del contenido de cada capítulo y sus páginas correspondientes.
- **Portadilla:** Página que introduce al capítulo. En ella está colocado el *key visual* (hojas corazonadas) del concepto y el contenido del mes.
- **Contenido del mes:** En esta sección se encuentra la información sobre salud y nutrición para mujeres en etapa de embarazo y lactancia.
- **Referencias:** Se presenta un listado con las fuentes consultadas para la creación del contenido.
- **Guarda:** Contiene la textura visual de una reinterpretación de un bordado típico.
- **Contraportada:** La guía finaliza con el nacimiento de la hija o el hijo, representado en la contraportada con una familia feliz.

La primera guía trata los temas relacionados al embarazo y nacimiento de la hija o el hijo. Cada capítulo contiene información del mes, hasta llegar al último que habla del parto y los cuidados del recién nacido.

El diseño y diagramación de esta guía es igual al primer capítulo que se muestra a continuación, con algunas variantes en colores e ilustraciones.



Guía No. 1





Guía de lectura | **Cárteras de Guatemala** | INTRODUCCIÓN

PRESENTACIÓN

Cárteras de Guatemala es una Fundación apolítica y no lucrativa que inició en 1961 con el fin de promover el desarrollo integral de las comunidades que se encuentran en el área rural, para principalmente tener una gran incidencia en el tema de Seguridad Alimentaria y Nutricional, para disminuir los índices de desnutrición a nivel nacional.

La desnutrición crónica infantil en Guatemala es provocada por la alimentación incorrecta en las mujeres que se encuentran en etapas de embarazo y lactancia de igual forma durante los primeros dos años de vida de las niñas y niños (menor de los primeros 1000 días). Esta deficiencia nutricional disminuye la capacidad de las niñas y los niños para luchar y resistir a las enfermedades que enfrentan, limitando su desarrollo mental y social por el resto de su vida.

Sabiendo que el ciclo de la desnutrición crónica infantil empieza en el embarazo, la presente guía será una herramienta que informe y prepare a los padres de familia de las comunidades del área rural de la Región Suroccidental de Guatemala acerca de la correcta práctica alimentaria en la etapa de embarazo y lactancia para las madres y sus hijos menores de 2 años.

El contenido de la presente guía está dirigido a las mujeres embarazadas, los futuros padres, así como a sus ocupacionales y familiares. Tiene como objetivo informar y promover las buenas prácticas de salud y nutrición materno infantil, abordando temas sobre los cuidados que van a recibir las mujeres y sus bebés durante el embarazo, el parto y el nacimiento. Esperando que esta Guía sea de su utilidad, como un documento que sirva y oriente hacia un embarazo satisfactorio y saludable para toda la familia y el bebé.

El futuro de las niñas y los niños comienza en el embarazo de la madre, con una adecuada salud y alimentación durante el periodo de embarazo y lactancia, tendrá un buen crecimiento y desarrollo, dándole lo mejor desde el inicio de su vida.

2017 5

ÍNDICE | **Cárteras de Guatemala** | Guía de lectura


ÍNDICE

11 Primer mes de embarazo

¿Estoy embarazada? 13
Plan de emergencia 15
Primer mes de embarazo 16
Visita al centro de salud 16
¿Cómo se debe alimentar la madre? 19
Consejos para el embarazo 20
Acompañamiento de la partera 21

23 Segundo mes de embarazo

Cambios en la madre 25
Síntomas del segundo mes 25
¿Cómo se debe alimentar la madre? 26
Consejos para el embarazo 26
Acompañamiento de la partera 27



Guía de lectura | **Cárteras de Guatemala** | ÍNDICE

29 Tercer mes de embarazo

Primer control prenatal 31
Síntomas del tercer mes 33
¿Cómo se debe alimentar la madre? 33
Consejos para el embarazo 34
Mascotas 34
Acompañamiento de la partera 36

39 Cuarto mes de embarazo

Cambios de la madre 41
¿Cómo se debe alimentar la madre? 41
Consejos para el embarazo 42
Ropa que debe utilizar la madre 43
Acompañamiento de la partera 43
Ejercicios para la madre 44
Enfermedades y señales de riesgo 44

47 Quinto mes de embarazo

Cambios en la madre 49
Síntomas del quinto mes 49
¿Cómo se debe alimentar la madre? 49

ÍNDICE | **Cárteras de Guatemala** | Guía de lectura

Consejos para el embarazo 50
Acompañamiento de la partera 50
Cuidados especiales 51

55 Sexto mes de embarazo

Segundo control prenatal 57
Síntomas del sexto mes 59
¿Cómo se debe alimentar la madre? 60
Consejos para el embarazo 61
Acompañamiento de la partera 61

63 Séptimo mes de embarazo

Cambios en la madre 65
¿Cómo se debe alimentar la madre? 65
Consejos para el embarazo 66
Acompañamiento de la partera 66
Preparación para el parto 67
Preparación para lactancia materna 68
Enfermedades y señales de riesgo 68

71 Octavo mes de embarazo

Tercer control prenatal 73
Vacunas 74



Guía de lectura | **Cárteras de Guatemala** | ÍNDICE


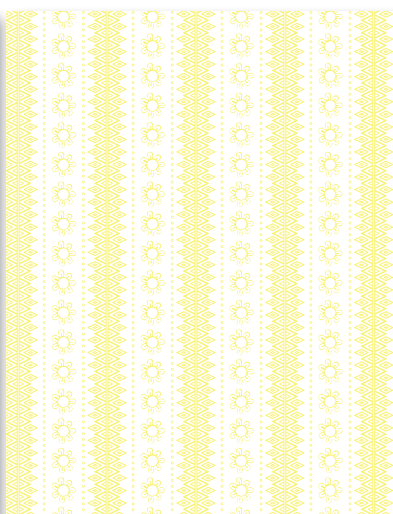
Síntomas del octavo mes 75
¿Cómo se debe alimentar la madre? 76
Consejos para el embarazo 76
Acompañamiento de la partera 77
Signos de peligro 78

81 Noveno mes de embarazo

Cuarto control prenatal 83
Cambios en la madre 84
Síntomas del noveno mes 84
¿Cómo se debe alimentar la madre? 85
Consejos para el embarazo 86

89 Nacimiento

Durante el parto 91
¿Qué hacer? 91
Durante el parto 93
Alumbramiento 93
Después del parto 93
Vacunas 93
Cuidados del recién nacido y la madre 95




PRIMER MES de embarazo


Contenido del mes

- ¿Estoy embarazada?
- Plan de emergencia
- Primer mes de embarazo
- Vista al Centro de Salud
- ¿Cómo se debe alimentar la madre?
- Consejos para el embarazo
- Acompañamiento de la pareja

2017

Antes de haberte formado yo en el vientre, te conocía; antes que nacieras, te había consagrado.

Jeremías: 1: 5




2017

PRIMER MES DE EMBARAZO
Acompañamiento y embarazo


¿Estoy embarazada?

Cuando una mujer está embarazada, el cuerpo comienza a tener una serie de síntomas por causa de los hormonas y en ahí donde comienzan a darse cambios importantes que indican si se está o no embarazada.

En este mes encontrarás los principales síntomas que puedes presentar como señal de un embarazo.



- Retraso de la regla:** Tu regla debe llegar cada mes, si esto no llega a tiempo puede ser el primer síntoma de embarazo.
- Pequeña pérdida de sangre:** Si no es la fecha de tu regla, y te sale un poco de sangre puede ser síntoma de embarazo. Asiste al Centro de Salud lo más pronto.
- Muchas ganas de orinar:** Si tienes más de seis (6) meses de embarazo, tendrás muchas ganas de orinar a cada rato.
- Abdomen hinchado:** Te sentirás hinchada de la parte baja del estómago, similar a los días anteriores a la llegada de la regla, aunque no te llegará la regla.
- Dolor de pechos:** Aparece del dolor, podrás tener hinchazón, irritabilidad, incomodidad e incluso un leve dolor al rozar los pezones.



2017

PRIMER MES | **Guía de embarazo**

Náuseas y vómitos: Las náuseas comenzarán antes o durante el primer (1) mes. Los náuseas y vómitos pueden ocurrir a cualquier hora del día.

Rechazo a algunos olores y sabores: Algún alimento que antes te gustaba, te puede dar náusea o provocar vómito de igual forma con los olores. Estos síntomas los tendrás durante el primer (1) mes y el segundo (2) mes de embarazo.




Cansancio y mucho sueño: Tu cuerpo sentirá mucho cansancio y sueño de lo normal en las primeras meses de embarazo y al final.

Mucho calor: En la mayoría de las veces, las mujeres presentan fiebre.

Si tienes uno o varios de estos síntomas, es muy importante que asistas al Centro de Salud o con la Comadrona Certificada de tu confianza.

Si ya estás segura de tu embarazo:

¡Bienvenida, será una experiencia hermosa e inolvidable!

2017


PLAN DE EMERGENCIA

Elaboración del plan de emergencia familiar

¿Cómo realizar el plan de emergencia familiar?

Para realizar este plan, debe responder junto con la familia las siguientes preguntas:

- ¿Quién es el encargado?
 - Nombre del médico
 - Nombre de la comadrona
- ¿Sabe a dónde ir?
 - Centro de Salud
 - Hospital
- ¿Cómo va ir?
 - ¿En qué le puede ayudar el comité de salud?
 - ¿Quién le va a acompañar?
 - ¿Quién va a cuidar la casa?
 - ¿Quién va a cuidar a los otros hijos/hijas?
 - ¿Qué debe llevar?
 - Comet
 - Identificación
 - ¿Quién es el responsable?
 - ¿Cuanto dinero tenemos listo?
 - ¿Cómo se realizará el parto?



2017

PRIMER MES DE EMBARAZO

Vista al Centro de Salud o Comadrona

En el momento que tienes síntomas de embarazo, debes asistir al Centro de Salud, o con la Comadrona Certificada ya que te indicarán lo que necesitas durante este mes.

Es muy importante que realices estas visitas ya que son de gran importancia para tu bienestar y el bienestar de tu hijo o hija.

A estas visitas se le llaman Control Prenatal y debes realizar cuatro (4) controles para monitorear la evolución del embarazo, evitar las muertes perinatales y prepararte para el parto y la crianza.



Vacunación

Las vacunas pueden ayudar a protegerte junto con tu bebé contra ciertas infecciones durante el embarazo.

Consulta al Médico del Centro de Salud de las vacunas que debes tener para el primer (1) mes de embarazo.

Alguna de las vacunas que debes tener antes del embarazo son:

- Vacuna contra la influenza
- HVP (Virus de Papiloma Humano)
- MMR (Sarampión, paperas y rubéola)
- Varicela

2017



Guía de consulta | **PRIMER MES**

La vacuna que puedes ponerle durante el embarazo es:

- Vacuna inyectable contra la influenza si no se vacunó antes del embarazo.

No es seguro ponerse estas vacunas durante el embarazo:

- BCG (tuberculosis)
- Vacuna contra la influenza en atomizador nasal
- Infección meningocócica
- MMR
- Fiebre tifoidea
- Varicela

Nutrientes importantes durante el embarazo

El hierro es un mineral importante para la formación de glóbulos rojos en la sangre, te recupera de hemorragias y ayuda a formar el sistema sanguíneo del bebé.

Ácido Fólico es una vitamina necesaria para la formación del cerebro, médula espinal, columna vertebral y otros tejidos del bebé.

Consulta al Médico o a la Comadrona: ¿Qué nutrientes importantes debes tomar?

Estos son los más recomendados para tomar durante el embarazo:

Hierro: Una tableta de 300 mg de sulfato ferroso. Deberás tomar dos tabletas de 300 mg cada ocho (8) días.

El Médico o Comadrona debe entregarte veinticuatro (24) tabletas cada tres (3) meses u ocho (8) tabletas al mes.

2017

PRIMER MES | Guía de consulta

Ácido fólico: Te debes tomar una tableta de 5 mg cada ocho (8) días.

El Médico o Comadrona debe entregarte doce (12) tabletas cada tres (3) meses o cuatro (4) tabletas al mes.

Monitoreo de peso

Al momento de estar con el Médico o Comadrona, pídale que registre sus datos en su ficha de embarazada.

Tener una ganancia baja de peso es un síntoma de posibles complicaciones y que el recién nacido tenga bajo peso.

Si la mujer embarazada presenta sobrepeso u obesidad, aumenta las posibilidades que la niña o el niño nazca antes de tiempo y que la madre enfame.

La ganancia de peso de una mujer de bajo peso para el primer mes de embarazo es de media (1/2) libra y el de una mujer con peso normal será de una (1) libra.

Cambios en la madre y síntomas del primer mes

En este mes no se observan cambios físicos pero si se pueden dar algunos síntomas como el exceso de la regla, dolor de pechos, cambios de humor como el llanto fácil o mal humorado, aparición de acné, cansancio, náuseas.

2017

Guía de consulta | **PRIMER MES**

¿Cómo se debe alimentar la futura mamá?

Como cinco tiempos de comida al día: desayuno, refrigerio, almuerzo, refrigerio y cena.

Tomar dos (2) litros de agua al día.

Consulta con el Médico o Comadrona, el tipo de hierbas o té que puede utilizar durante el embarazo.

Alimentos con hierro

- Hígado y otras vísceras
- Carne
- Pollo
- Hojas de color verde intenso
- Frijol acompañado de otros para absorber el hierro

Alimentos con vitaminas y minerales

- Frutas
- Verduras
- Vegetales verdes y amarillos

Alimentos con carbohidratos y fibra

- Cereales
- Raíces
- Tubérculos

Carbohidratos y grasas

- Evitar el exceso
- Azúcares
- Grasas

2017

PRIMER MES | Guía de consulta

Consejos

Higiene en la embarazada

Para evitar el estreñimiento se debe tomar mucha agua y comer frutas y verduras que provoquen la actividad de los intestinos.

Recuerde

Durante el embarazo, el baño debe ser diario y es recomendable la higiene de los órganos genitales, que debe ser cuidadoso, ya que los flujos y secreciones vaginales aumentan.

Si el embarazo va con normalidad no es necesario modificar o interrumpir los hábitos sexuales, siempre y cuando no resulten molestas para la embarazada.

Lavarle todos los dientes después de cada comida, tener cuidado de no lastimar los esmaltes.

Si las encías le sangran, acudir con el médico.

Lávete las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos antes y después de tocar los alimentos y luego se tocar cosas sucias para evitar infecciones.

Lave todas las frutas y verduras antes de cocinarlas o comerlas.

2017

Guía de consulta | **PRIMER MES**

Acompañamiento de la pareja

En estas primeras semanas de embarazo el futuro padre debe ser comprensivo con los cambios emocionales de la mujer, que además de sentirse feliz por estar embarazada, también puede tener sentimientos de inseguridad, nervios y miedo.

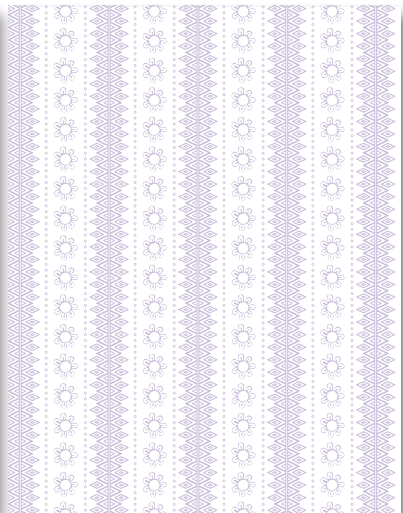
Posibles enfermedades y señales de riesgo durante el embarazo

Primer trimestre:

Al presentar algunos de los siguientes síntomas, active el Plan de Emergencia Familiar y vaya inmediatamente al Centro de Salud más cercano o con la Comadrona para atender con rapidez su molestia.

- Hemorragia vaginal
- Presencia de flujo vaginal (fresco, de color amarillo, verde o blanco, espeso)
- Molestias urinarias
- Fiebre, escalofríos
- Dolor fuerte en el estómago

2017

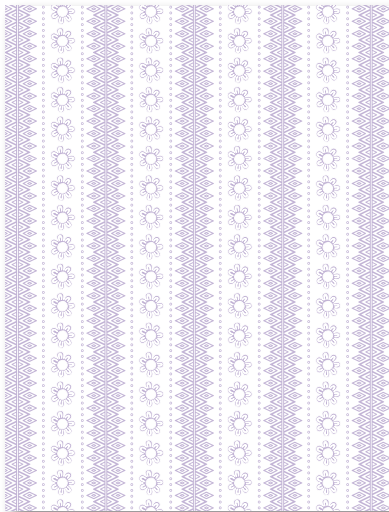




Guía No. 2

La segunda guía abarca los temas ligados a la niña o el niño desde los 0 meses a los 24 meses de vida.





2

SEMILLERO

Guía de salud y nutrición materno infantil

Mi nombre es: _____
 Mi edad: _____
 Vivo en: _____
 Nombre de mi hijo o hija: _____

CRÉDITOS

La creatividad, diseño, diagramación y proceso metodológico para realizar esta publicación fue llevada a cabo por la estudiante Jacqueline Sotomera Paz Pérez como parte de los cursos de Programa de Graduación y Gestión Profesional Superavanzado del décimo ciclo del año 2017 de la Licenciatura en Diseño Gráfico de la Escuela de Diseño Gráfico de la Facultad de Arquitectura de la Universidad de San Carlos de Guatemala para la Jurisdicción Católica de Guatemala.

Lic. Carlos Enrique Franco Roldán
 Asesor metodológico

Licda. María Berthila Gutiérrez De Méjico
 Asesora gráfica

Licda. Leticia Caridad Méndez Alvarado
 Tercera revisora

Caritas de Guatemala | INTRODUCCIÓN

PRESENTACIÓN

Caritas de Guatemala es una Fundación apolítica y no lucrativa que inició en 1961 con el fin de promover el desarrollo integral de las comunidades que se encuentran en el área rural, pero principalmente tiene una gran incidencia en el tema de Seguridad Alimentaria y Nutricional, para disminuir los índices de desnutrición a nivel nacional.

La desnutrición crónica infantil en Guatemala es provocada por la alimentación incorrecta en las mujeres que se encuentran en etapa de embarazo y lactancia de igual forma durante los primeros dos años de vida de las niñas y niños (ventana de los primeros 1000 días). Esta deficiencia nutricional disminuye la capacidad de los niños y las niñas para luchar y resistir a las enfermedades que enfrentan, limitando su desarrollo mental y social por el resto de su vida.

Sabiendo que el ciclo de la desnutrición crónica infantil empieza en el embarazo, la presente guía será una herramienta que informe y prepare a los padres de familia de las comunidades del área rural de la Región Suroccidental de Guatemala acerca de la correcta práctica alimentaria en la etapa de embarazo y lactancia para las madres y sus hijos menores de 2 años.

El contenido de la presente guía está dirigido a las mujeres embarazadas, los futuros padres, así como a sus acompañantes y familiares. Tiene como objetivo informar y promover las buenas prácticas de salud y nutrición materno infantil, abordando temas sobre los cuidados que van a recibir las mujeres y sus bebés durante el embarazo, el parto y el nacimiento. Esperando que esta Guía sea de su utilidad, como un documento que aconseje y oriente hacia un embarazo satisfactorio y saludable para toda la familia y el bebé.

El futuro de las niñas y los niños comienza en el embarazo de la madre, con una adecuada salud y alimentación durante el periodo de embarazo y lactancia, tendrá un buen crecimiento y desarrollo, dándole lo mejor desde el inicio de su vida.

ÍNDICE

11 0 a 6 meses

- Importancia de la inscripción legal..... 11
- Vacunas..... 12
- Alimentación..... 13
- Higiene..... 17
- Cambios del bebé..... 19
- Consejos..... 19
- Enfermedades..... 22

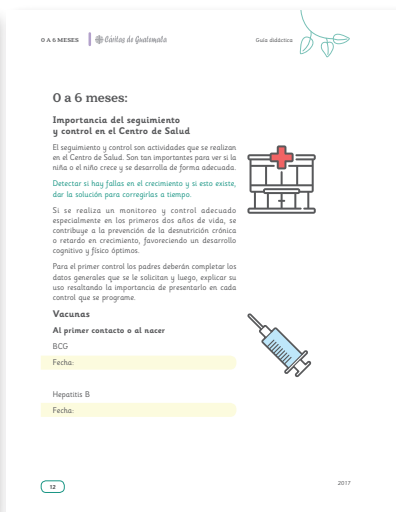
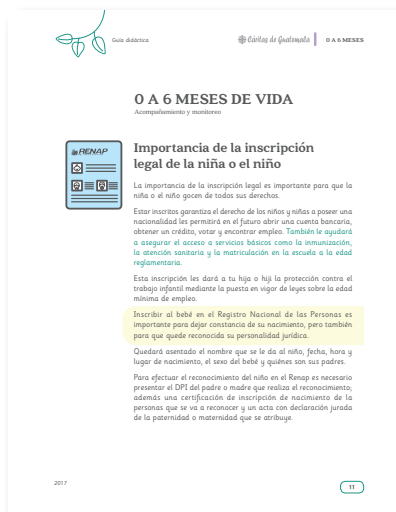
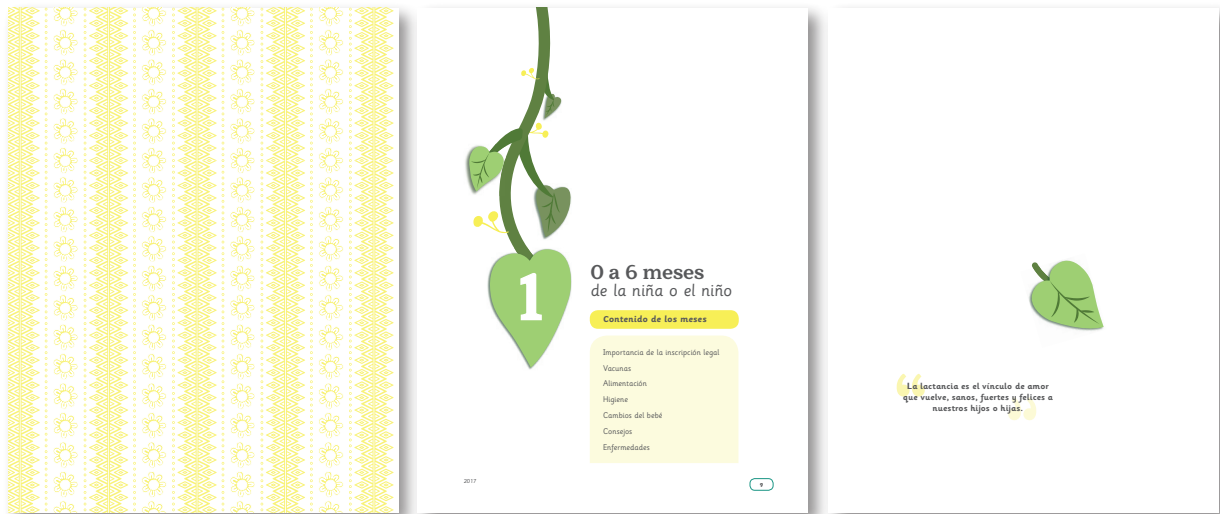
25 6 a 12 meses

- Vacunas..... 27
- Alimentación..... 27
- Higiene..... 32
- Cambios del bebé..... 32
- Consejos..... 33
- Enfermedades..... 34

Caritas de Guatemala | ÍNDICE

37 12 a 24 meses

- Vacunas..... 39
- Alimentación..... 40
- Higiene..... 42
- Cambios del bebé..... 43
- Consejos..... 43
- Enfermedades..... 44





0 A 6 MESES | Guías de Guatemala | Guía dietética

El calostro es poco y espeso, puede ser transparente o amarillo pegajoso.

En los primeros días, tiene la función de laxante, ya que elimina de manera natural el primer popo del bebé, el cual es negro y pegajoso.

Además, el calostro ayuda a que los bebés se pongan menos amarillos.

Lactancia materna exclusiva

La leche materna es la primera comida natural para los lactantes. Aporta toda la energía y los nutrientes que la niña o el niño necesitan en sus primeros meses de vida, y sigue cubriendo la mitad o más de las necesidades nutricionales del niño hasta los dos años de vida de la niña o el niño.

La leche materna protege a la niña o el niño de las enfermedades infecciosas y las enfermedades crónicas.

La lactancia materna exclusiva reduce la mortalidad del lactante por enfermedades frecuentes en la infancia, tales como la diarrea o la neumonía, y aguda o una recuperación más rápida de las enfermedades.

La niña o el niño alimentado exclusivamente del pecho materno hasta los seis meses y que continúa amamantando hasta los dos años, tendrá mejores condiciones de salud durante toda su vida.



14 2017

Guía dietética | Guías de Guatemala | 0 A 6 MESES

Beneficios que aporta al bebé la lactancia materna

- Es más fácil de digerir que la leche en polvo y cubre las necesidades de la niña o el niño conforme crece.
- Cuando la niña o el niño se están amamantando, la leche es más limpia porque está libre de manipulaciones y libre de contaminación por gérmenes.
- La lactancia contribuye a que el útero o matriz se contraiga rápidamente, lo que reduce hemorragias tras el parto.
- La lactancia le ayuda a perder el peso ganado durante el embarazo, ya que la grasa acumulada se utiliza como energía para producir la leche.
- Con la lactancia materna Se ahorrará tiempo, pues es alimento siempre disponible.

Posición correcta para amamantar:

- La cabeza y el cuerpo están alineados frente a la madre.
- El cuerpo está cerca de la madre (panza con panza).
- La madre sostiene todo el cuerpo del bebé.
- El bebé está frente al pezón de la madre.

Buen agarre

- La barbilla toca el pecho o está cerca de tocarlo.
- La boca está bien abierta.
- El labio de abajo está hacia afuera.
- La areola se ve por arriba de la boca del bebé que por abajo.



15 2017

0 A 6 MESES | Guías de Guatemala | Guía dietética

Mientras amamanta

- Mirarlo a los ojos.
- Al mismo tiempo que lo mira, acaríciale, háblale y cántale.
- Háblale claro y dile lo mucho que lo o la quieres y lo especial que es para la familia.

Alimentación de la madre lactante

Alimentos con hierro

- Hígado y otras vísceras
- Carne
- Pollo
- Hojas de color verde intenso
- Frijol acompañado de cítricos para absorber el hierro

Alimentos con vitaminas y Minerales

- Frutas
- Verduras
- Vegetales verdes y amarillos

Alimentos con carbohidratos y fibra


- Cereales
- Raíces
- Tubérculos

Carbohidratos y grasas

- Evitar el exceso
- Azúcares
- Grasas

Se recomienda que la madre realice los tres (3) tiempos de comida (desayuno, almuerzo y cena), dos (2) refrigerios.

Por ejemplo: una tortilla, un pan, media taza de arroz o un pedazo de queso.



16 2017

Guía dietética | Guías de Guatemala | 0 A 6 MESES

Comer alimentos con hierro como hígado, vísceras, moringa, carne o pollo, otras fuentes de hierro como las hortalizas de color intenso o frijoles se recomienda acompañarlos con cítricos o bebidas cítricas como limón y naranja.

Evita tomar granos como alucoma y comino ni condimentos.

También es necesario que la madre tome más líquidos para que pueda mantener la cantidad suficiente de leche, así como agua pura, de diez (12) a dieciséis (16) vasos al día, leche o jugos de frutas naturales.

Es importante que cada vez que sienta sed tome agua segura, atoles nutritivos o jugos naturales.

Nutrientes importantes durante el embarazo

Continúa tomando Hierro, dos (2) tabletas de 300 mg cada ocho (8) días.

Ácido fólico: Te debes tomar una tableta de 5 mg cada ocho (8) días.

Higiene

Higiene de la madre

Lávase las manos siempre antes de dar el pecho a su hijo y antes de tocarse el pecho.

Para la higiene de los pechos, una ducha diaria es suficiente sin siendo necesario lavar el pezón antes ni después de cada toma.

Es recomendable el uso de tetas limpias entre el pecho y la ropa, manteniendo el pecho limpio de escapes de leche y evitando que se ensucie la ropa.




17 2017

0 A 6 MESES | Guías de Guatemala | Guía dietética

También mantienen el pecho y la ropa secos protegiendo los pezones de la humedad y la rozadura con la ropa.

Procure no llevar ropa apretada ya que esta presión sobre los pechos disminuye la producción de leche.

Higiene del bebé

Para bañarlo hay que elegir un momento en que el bebé no tenga demasiada hambre ni está mojado. No bañarlo después de comer.

Elegir un lugar cerrado donde no entre tanto frío.

Elegir una hora en la mañana sin tanto calor, use agua tibia.

Debe bañarlo sostenido en los brazos del padre o madre, porque aún no se sienta.



Mojar al bebé y enjabonarlo de la cabeza a los pies. El resto no se lava con jabón.

Pastar el agua para retirar todo el jabón, mientras se habla o le canta.

Al sacarlo hay que taparlo rápidamente para que no se resfríe.

Secar con mucho cuidado el ombligo.

Pastar una tela limpia con agua detrás de los oídos y en la nariz, pero no profunda.

18 2017

Guía dietética | Guías de Guatemala | 0 A 6 MESES

Cambios del bebé

Peso	Niño	
	Niño	Niña
0 a 3 meses	7.5 libras a 12.34 libras	7.5 libras a 13.66 libras
3 a 6 meses	12.34 libras a 16 libras	14 libras a 17.6 libras

Talla	Niño	
	Niño	Niña
0 a 3 meses	50.3 a 59 centímetros	50.3 a 60 centímetros
3 a 6 meses	60 a 65 centímetros	60 a 67 centímetros

Consejos

Estimulación oportuna

De cero (0) a tres (3) meses:

- Cantarle
- Acariciarlo
- Escucharlo oírlos coloridos a una distancia de treinta (30) centímetros
- Colóquelo boca abajo y llame su atención para que gire
- Mirarle a los ojos y hablarle con amor
- Acariciar sus manos suavemente



19 2017



0 A 6 MESES | Guías de Guatemala | Guía didáctica

De tres (3) a seis (6) meses:

- Acostarlo boca abajo y boca arriba
- Sentar al bebé con apoyo atrás
- Estimular para que toque objetos
- Cantarle
- Acariciar sus pies
- Decir el nombre de las cosas
- Repetir los sonidos que él o ella haga
- Permitir que lleve objetos a la boca, que estén limpios.
- Hacer sonidos de lapa, para que busquen de dónde viene.

20 | 2017

Guía didáctica | 0 A 6 MESES

Apoyo

Agudar en las tareas del hogar, asegurar que su esposa descanse lo suficiente, ayudar a que la niña o el niño espule los gases y eructe después de alimentarse con lactancia materna. Preocuparse por la niña o el niño de diferentes maneras como bañarlo, cambiarle el pañal, jugar con él para que la madre descanse.

Brindar apoyo emocional para que se sienta capaz de dar pecho, ayudarlo a hacer compras, preparar comidas, limpiar la casa, cuidar a los hijos o a las hijas.

Durante el crecimiento de la niña o el niño es importante que mamá y papá estén presente en todo momento, desde la higiene, alimentación y el juego.

21 | 2017

0 A 6 MESES | Guías de Guatemala | Guía didáctica

Enfermedades

Enfermedades más comunes

En cualquiera de los casos, se recomienda asistir al Centro de Salud más cercano.

Diarrea: Heces totalmente líquidas, acidas, a veces acompañadas con mucosidad y sangre, que pueden provocar efectos secundarios como deshidratación y daños en las paredes intestinales.

Fiebre: La niña o el niño con fiebre suele estar decaído, irritable y con menos apetito y su temperatura alta.

Resfriados: El bebé podría gotearle la nariz con una mucosidad transparente, que puede hacerse más gruesa y volverse gris, amarilla o verde en una semana aproximadamente. Y podría tener tos o un poco de fiebre.

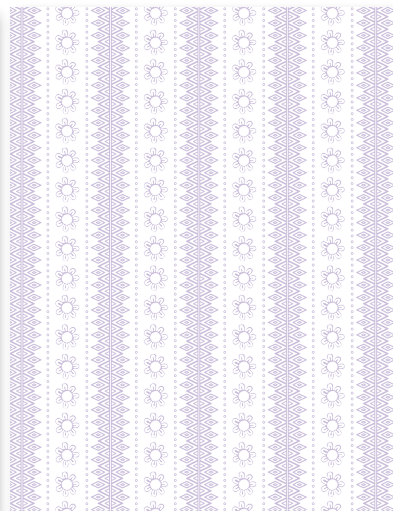
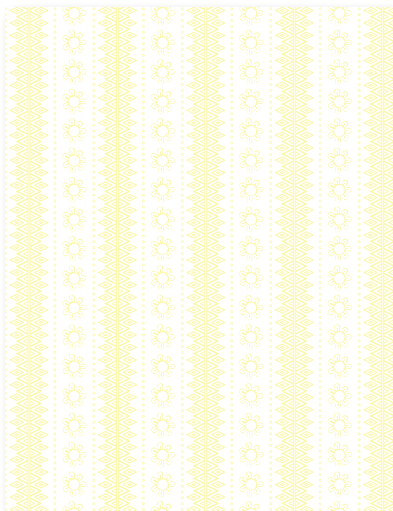
Otitis: El bebé tendrá dificultades para dormir o el llanto nocturno e irritabilidad.

Amigdalitis: Presentan síntomas de tos, fiebre, ojos rojos, muchos mocos, dolor de comer.

Infecciones en la piel: Lesiones en la piel, escamas y algunas veces roja.

Vómitos: Dependiendo la cantidad y consistencia del vómito, asistir al Centro de Salud más cercano.

22 | 2017



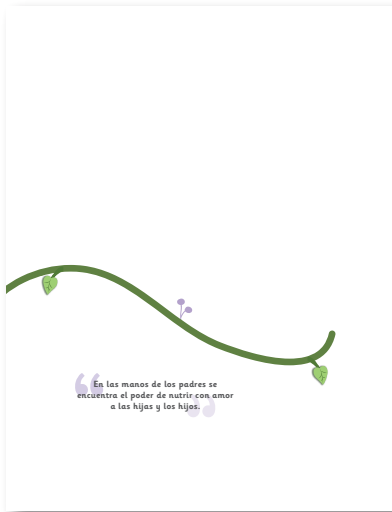
6 a 12 meses de la niña o el niño

2

Contenido de los meses

- Vacunas
- Alimentación
- Higiene
- Cambios del bebé
- Cansajo
- Enfermedades

23 | 2017



Guía dietética | **Clínica de Guatemala** | 6 A 12 MESES

6 A 12 MESES DE VIDA


acompañamiento y mantenido

Vacunas
Seis (6) meses:
Tercera dosis de OPV y Pentavalente.
Fecha: _____

Alimentación
Alimentación del bebé
Alimentación complementaria de seis (6) a ocho (8) meses:
Primero se debe dar la lactancia materna.

Después continuar con una papilla o puré suave y espeso de:

- Frutas
- Verduras
- Hierbas
- Yema de huevo
- Pollo o Frijol



Todos estos con una pequeña gota de aceite.
No agregar a estos alimentos, sal ni otros condimentos.
Comience ofreciendo una (1) cucharadita al bebé hasta que vaya aumentando en cada tiempo de comida.

2017 27

6 A 12 MESES | **Clínica de Guatemala** | Guía dietética

Se les tiene que dar tres (3) cucharadas tres (3) veces al día.
Dé el mismo alimento de tres (3) a cinco (5) días seguidos.



La niña o el niño debe comer diariamente frutas, verduras, hortalizas, leche, carnes, arroz y frijoles, que son alimentos ricos en nutrientes importantes para la salud, como proteínas, vitaminas y minerales.
Utilice alimentos de la temporada y de la región que son más frescos, nutritivos y más baratos.



Evite darle a su hijo o hija alimentos industrializados, como: Sopas instantáneas (pasta), pastel relleno, galletitas, caramelos o dulces, chicles, chocolate, refritos, refritos en polvo, y también frituras, magreñas, etc.



Estos alimentos contienen mucha azúcar y grasa, no son buenos para la salud, no le permiten al niño recuperarse de la desnutrición y tampoco ayudan a adelgazar al niño que está con sobrepeso.

2017 28

Guía dietética | **Clínica de Guatemala** | 6 A 12 MESES

De nueve (9) a once (11) meses:
Primero debe darle la comida picada o en trocitos.
Alimentos como:


- Frutas
- Verduras
- Hierbas
- Yema de huevo
- Pollo
- Frijol
- Higado de pollo
- Carne de res
- Pescado
- Arroz



Todos estos con una pequeña gota de aceite.
Se le debe dar al bebé cuatro (4) cucharadas de la comida tres (3) veces al día, más una (1) refacción.



No agregar a los alimentos sal ni otros condimentos.
Después que el bebé coma, se debe continuar con la lactancia materna.



2017 29

6 A 12 MESES | **Clínica de Guatemala** | Guía dietética



Doce (12) meses:
A esta edad el bebé ya debe comer los alimentos que consume la familia.
Estos alimentos deben darse picados o molidos.
Se le debe dar al bebé cuatro (4) a cinco (5) cucharadas de la comida tres (3) veces al día, más dos (2) refacciones.



Hasta este mes se recomienda comenzar a darle leche de vaca y queso.
Preparar estos alimentos sin sal, azúcar ni condimentos.



2017 30

Guía dietética | **Clínica de Guatemala** | 6 A 12 MESES

Nutrientes importantes
Los nutrientes importantes que deben tomar los bebés a partir de los seis (6) meses de edad son los siguientes:

Hierro:
Gotas pediátricas de 125 mg de Sulfato Ferroso en 1 ml.
La dosis es un gotero de un (1) ml cada ocho (8) días.
Si es jarabe, es de 200 mg de Sulfato Ferroso en 1 ml. La dosis es de una (1) cucharadita o cinco (5) ml cada ocho (8) días.

Ácido fólico:
Tabletas de cinco (5) mg de Ácido Fólico. La dosis es de una (1) tableta cada ocho (8) días diluida en Agua.

Micronutrientes espoleoreados:
Un (1) sobre de una (1) gramo. La dosis será de un (1) sobre una (1) vez al día por semana (6x) días o dos (2) meses.

Vitamina A:
La presentación es de una Perla de 100.000 UI. La dosis es única, solo debe darle la perla al bebé.

2017 31



6 A 12 MESES | **Guías de Guatemala** | Guía didáctica

Higiene

Higiene del bebé


Los utensilios que utilize el bebé deben ser únicamente para ellos. Nadie más de la familia los puede utilizar.

Lavar muy bien los platos y todo lo que utilice el bebé.

Lavarse bien las manos del bebé antes y después de cada comida.

Mantener limpio el lugar donde se preparen los alimentos del bebé.

Usar agua purificada y alimentos en buen estado.



Cambios del bebé

Peso	Niña	Niño
6 a 9 meses	16.09 libras a 19 libras	17.6 libras a 20.2 libras
9 a 12 meses	19 libras a 21 libras	20.2 libras a 22.5 libras

Talla	Niña	Niño
6 a 9 meses	65 a 70 centímetros	67 a 72 centímetros
9 a 12 meses	71 a 74 centímetros	72 a 76 centímetros

2017

6 A 12 MESES | **Guías de Guatemala** | Guía didáctica

Consejos

Estimulación oportuna

De seis (6) a nueve (9) meses:

- Darle de comer según lo sugerido para cada edad
- Cuando le dé de comer, habla.
- Pégalos a gusar.
- Siente al bebé.
- Haga diferentes sonidos para que escuche.



De diez (10) a doce (12) meses:

- Ajúdelo a que se pare
- Que toque y meta objetos de un troazo
- Cuando la bañe y la cambie, diga el nombre de las partes del cuerpo.
- Limite sonidos de animales para que lo escuche el bebé.
- Permita que juegue con otros niños de su edad.





2017

6 A 12 MESES | **Guías de Guatemala** | Guía didáctica

Cuidados especiales

Los dientes comenzarán a salir en estos meses, y el dolor que tendrán los bebés los irritará. Si sus molestias no disminuyen, asistir al Centro de Salud más cercano.

Durante el crecimiento de la niña o el niño es importante que mamá y papá estén presentes en todo momento, desde la higiene, alimentación y el juego.



Enfermedades

Enfermedades más comunes

En cualquiera de los casos, se recomienda asistir al Centro de Salud más cercano.


Diarrea: Heces totalmente líquidas, acidas, a veces acompañadas con mucosidad y sangre, que pueden provocar efectos secundarios como deshidratación y dolor en las paredes intestinales.

Fiebre: La niña o el niño con fiebre suele estar decaído, irritable y con menos apetito y su temperatura alta.

Resfriados: El bebé podría gotearle la nariz con una mucosidad transparente, que puede hacerse más gruesa y volverse gris, amarilla o verde en una semana aproximadamente. Y podría tener tos o un poco de fiebre.

Otitis: El bebé tendrá dificultades para dormir o el llanto nocturno e irritabilidad.

Amigdalitis: Presentan síntomas de tos, fiebre, ojos rojos, muchos mocos, dejan de comer.



2017

6 A 12 MESES | **Guías de Guatemala** | Guía didáctica

Infecciones en la piel:

Lesiones en la piel, escamosas y algunas veces rojas.

Vómitos: Dependiendo de la cantidad y consistencia del vómito, asistir al Centro de Salud más cercano.

¿Qué hacer?

Cuando el bebé está enfermo, su hambre se va.

Délele leche materna lo más que pueda.

Trate de darle comida lo más que pueda, comida con olor y sabor rico.

Si los síntomas no disminuyen, asistir al Centro de Salud más Cercano.

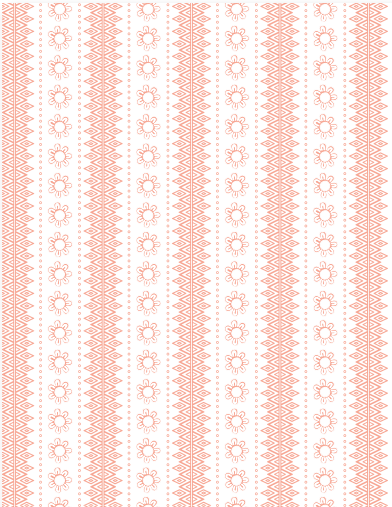


Durante el periodo de recuperación:

Se debe aumentar el tamaño de las porciones de alimentos e incluso ofrecer más tiempos de comida.



2017



12 a 24 meses de la niña o el niño

3

Contenido de los meses

- Vacunas
- Alimentación
- Higiene
- Cambios del bebé
- Consejos
- Enfermedades

2017



La sonrisa de un niño o niña es la pureza de Dios.

12 A 24 MESES DE VIDA
Acompañamiento y monitoreo

Vacunas
Doce (12) meses:
SRP. Contra sarampión, parotiditis y rubéola.
Fecha:
Dieciocho (18) meses:
Primer refuerzo de OPV y DTP. Contra la difteria, el tétanos y la tos ferina.
Fecha:
Recuerde que cuando la niña o el niño cumple cuatro (4) años se debe colocar el segundo refuerzo de OPV y DTP.

12 A 24 MESES | **Guía dietética**

Alimentación
Alimentación del bebé
Primero debe darle la comida picada o en trocitos.

Alimentos como:

- Frutas
- Verduras
- Harinas
- Yema de huevo
- Palla
- Frijol
- Hígado de pollo
- Carne de res
- Pescado
- Arroz

Todos estos con una pequeña gota de aceite.
No agregar a los alimentos sal ni otros condimentos.
Durante estos meses, la niña o el niño deben comer cinco (5) cucharadas de comida tres (3) veces al día más dos (2) refrigerios.

Primero debe dar la comida picada en trocitos.
Debe darle la misma comida que come la familia.
Luego de que la niña o el niño se haya alimentado bien, continúe con la lactancia materna.

La niña o el niño debe comer diariamente frutas, verduras, harinas, leche, carne, arroz y frijoles, que son alimentos ricos en nutrientes importantes para la salud, como proteínas, vitaminas y minerales.

Utilice alimentos de la temporada y de la región que son más frescos, nutritivos y más baratos.

Evite darle a su hijo o hija alimentos industrializados, como Sopas instantáneas (pasta), pastelillo, galletinas, caramelos o dulces, chicles, chiscolata, refrescos, refrescos en polvo, y también frituras, magocho, etc.

Estos alimentos contienen mucha azúcar y grasa, no son buenos para la salud, no le permiten al niño recuperarse de la desnutrición y tampoco ayudan a adelgazar al niño que está con sobrepeso.

12 A 24 MESES | **Guía dietética**

Higiene
Higiene del bebé

- El lavado de dientes debe ser diario al igual que el baño de la niña o del niño.
- Los utensilios que utilice el bebé deben ser únicamente para ellos.
- Nadie más de la familia los puede utilizar.
- Lavar muy bien los platos y todo lo que utilice el bebé
- Lavar bien las manos del bebé antes y después de cada comida.
- Mantener limpio el lugar donde se preparen los alimentos del bebé.
- Usar agua purificada y alimentos en buen estado.

12 A 24 MESES | **Guía dietética**

Cambios del bebé

Peso	Niña	Niño
12 a 24 meses	21 libras a 27.3 libras	22.4 libras a 28.4 libras

Talla	Niña	Niño
12 a 24 meses	76 a 86 centímetros	76 a 88 centímetros

Consejos
Estimulación oportuna
Doce (12) a veinticuatro (24) meses:

- Juntos con la niña o el niño usted debe:
- Subir, bajar, saltar y correr.



12 A 24 MESES | **Guatemala**

Guía didáctica

- Oír, ver y escuchar lo que está alrededor
- Pasar una pelota
- Rasar una hoja,
- Jugar con botas y cajas
- Platicar con la niña o el niño.

Enfermedades

Enfermedades más comunes

En cualquier de los casos, se recomienda asistir al Centro de Salud más cercano.


Diarrea: Heces totalmente líquidas, acidas, a veces acompañadas con mucosidad y sangre, que pueden provocar efectos secundarios como deshidratación y daños en las paredes intestinales.

Fiebre: La niña o el niño con fiebre suele estar decaído, irritable y con menos apetito y su temperatura alta.

Resfriados: El bebé podría gotearle la nariz con una mucosidad transparente, que puede hacerse más gruesa y volverse gris, amarilla o verde en una semana aproximadamente. También podría tener tos o un poco de fiebre.

Otitis: El bebé tendrá dificultades para dormir o el llanto nocturno e irritabilidad.

Amigdalitis: Presentan síntomas de tos, fiebre, ojos rojos, muchos mocos, dejan de comer.



44 | 2017

Guatemala | 12 A 24 MESES

Infecciones en la piel: Lesiones en la piel, escamosas y algunas veces rojas.

Vómitos: Dependiendo la cantidad y consistencia del vómito, asistir al Centro de Salud más cercano.

Cuidados

Su hijo se meterá cosas a la boca, pero debe asegurarse de que no sean peligrosas y que estén limpias.

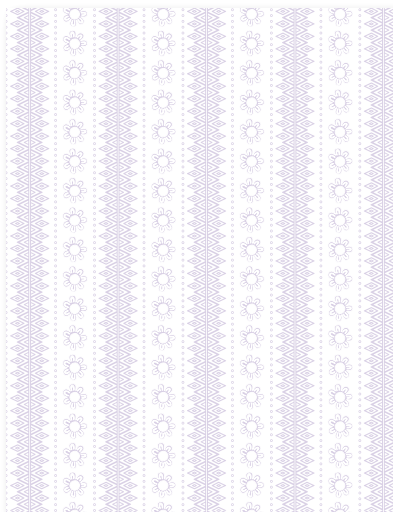
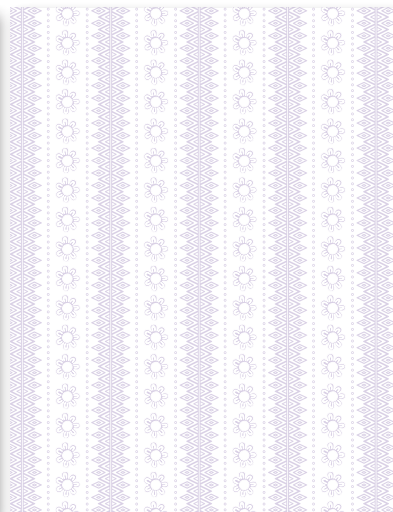
Las heridas por las caídas son comunes, así que lo aconsejable es asegurarse que las manos no se infecte; para eso, lávese las manos antes de hacerle la curación a su hijo.

Hacer que el baño de la niña o el niño sea un momento de diversión.

Durante el crecimiento de la niña o el niño es importante que mamá y papá estén presente en todo momento, desde la higiene, alimentación y el juego.



45 | 2017



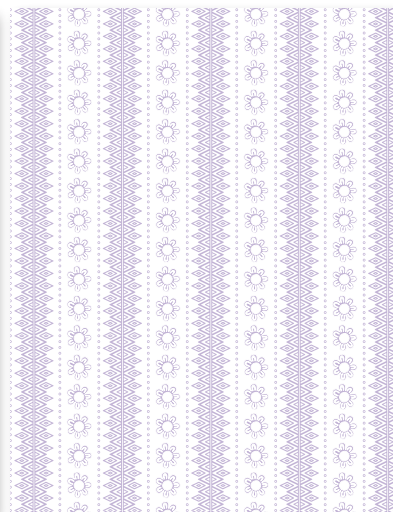
REFERENCIAS | **Guatemala**

Guía didáctica

REFERENCIAS

- Cántas de Guatemala (2016) Itinerario Metodológico: un camino por el derecho a la alimentación. Guatemala.
- Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (2002) Preparamos el plan de emergencia comunitario. Guatemala.
- Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (2011) Guía para la implementación de la atención integrada materna y neonatal calificada con enfoque de género y con pertinencia cultural, en los servicios institucionales de atención del parto (2da. ed.) Guatemala. Recuperado de <http://unfpa.org/gt/sites/default/files/GUUA%20MATERNO%20NEONATAL%202011%20PDF.pdf>
- Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (2010) Normas de atención en salud integral para primero y segundo nivel. Guatemala. Recuperado de http://www.paho.org/gt/index.php?option=com_docman&view=download&alias=536-normas-de-atencion-en-salud-integral&Itemid=518
- Secretaría de Seguridad Alimentaria y Nutricional, SESAN (2015) Nutrición materna infantil en los primeros 1,000 días de vida. Guatemala. Recuperado de <http://nutrisalud.insocf.com/gobierno-de-ecuador/informacion/376833a/los-dos-diplomados-nutricion%20materna-infantil>

46 | 2017





| 6.8 | FUNDAMENTACIÓN

Respecto al color

Para el desarrollo de las guías se utilizó el modelo de color *cmyk*, por sus siglas en inglés (*cyan, magenta, yellow and key*), utilizado para la versión impresa. Por otro lado, se realizó una versión con el modelo de color *rgb*, por sus siglas en inglés (*red, green and blue*), para la versión digital.



Fig. 91

La paleta cromática se compone de cinco tonalidades de color base, modificando sus características de saturación, disminuyendo su pigmentación hasta llevarlo a una escala llamada “semi saturada” a “fuerte” o como comúnmente se le conoce “color pastel”. Esta nueva tonalidad pastel no solo aumenta su valor si no que cambia también su psicología.

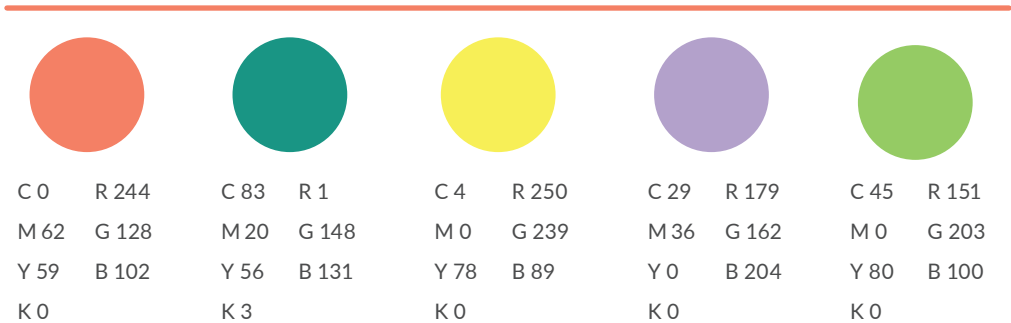


Fig. 92



El uso del color pastel va acorde a la personalidad de las piezas y encierra características que transmiten el concepto, tales como; amor, ternura, cuidado, crecimiento, alegría y tranquilidad.

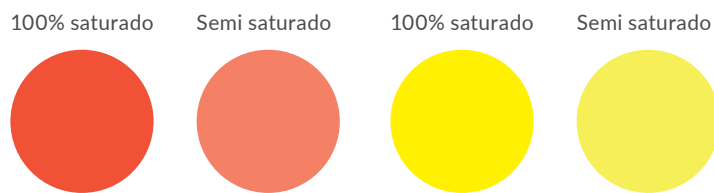


Fig. 93

Por naturaleza, los colores pasteles reflejan una idea relajante y de calma alrededor de ellos.

Este tratamiento al color evita que el mensaje sea agresivo, debido a la asociación que tiene con la dulzura y lo infantil.

Según la teoría del color, la paleta está formada por parejas de tonos complementarios, con un nivel de saturación pastel, en donde se les suma el color verde a las parejas para enfatizar el concepto.

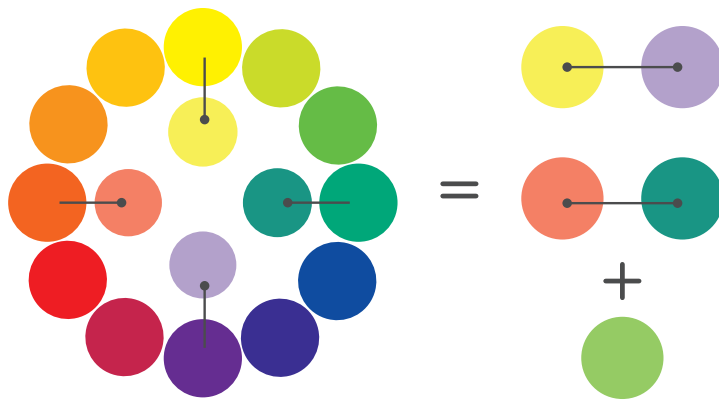


Fig. 94



Para encontrar un equilibrio visual y no romper con la paleta cromática, los textos tienen un color negro al 80% para armonizar con la saturación pastel que tiene toda la pieza gráfica.

Texto  Negro 80%

Fig. 95

Partiendo de la paleta principal, se agregaron más tonalidades para ser aplicadas en las ilustraciones e íconos dentro de las guías.



Fig. 96

Respecto a la tipografía

Para el desarrollo de las guías didácticas, se utilizaron dos familias tipográficas:

Quincy CF y Sassoon Infant Std

Ambas fueron establecidas para facilitar la lectura al grupo objetivo y para armonizar con el concepto creativo seleccionado para las guías.

El contraste de estas tipografías se logra a través de la combinación de los grupos *serif* y *sans serif*.



Quincy CF / Tipografía titulares y subtitulares

Esta tipografía pertenece a la familia de las Romanas Antiguas y se caracterizan por la formalidad y seriedad, características que se desean transmitir en el contenido de las guías para el grupo objetivo.

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj
 Kk Ll Mm Nn Oo Pp Qq Rr Ss
 Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz 0123456789

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj
 Kk Ll Mm Nn Oo Pp Qq Rr Ss
 Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz 0123456789

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj
 Kk Ll Mm Nn Oo Pp Qq Rr Ss
 Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz 0123456789

Fig. 97

Sassoon Infant Std / Tipografía cuerpo de texto

Perteneciente al grupo *sans serif* de estilo humanista, la tipografía *Sassoon Infant Std* se caracteriza por las modulaciones en sus trazos y aspecto orgánico, característica que está ligada al concepto creativo.



Por ser humanista, se afirma que es una tipografía considerada como una de las mejores para el rendimiento de la lectura ya que favorece los procesos lectores. Esto se debe a que sus tipos de letras tienen características que permiten que el grupo objetivo reconozca fácilmente todas las palabras tales como sus terminaciones y el espacio entre cada tipo (*tracking*)

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj
Kk Ll Mm Nn Oo Pp Qq Rr Ss
Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz 0123456789

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj
Kk Ll Mm Nn Oo Pp Qq Rr Ss
Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz 0123456789

Fig. 98

Los cuerpos de texto tienen un tamaño de 13 puntos para facilitar la lectura, un *kerning* óptico justificado a la izquierda, eliminando la partición silábica para mejorar la comprensión lectora.

Respecto al grafismo

El uso de ilustraciones en una pieza editorial sirve para transmitir el mensaje de forma precisa y efectiva. Es por ello que cada ilustración pertenece al género narrativo, apelando a las características de la tendencia esquemorfista, contextualizada con lo que rodea al grupo objetivo.



Estas representan acciones de la vida cotidiana y características personales, desarrolladas dentro de una línea de tiempo para empatizar con el lector.



Fig. 99

Las ilustraciones tienen primer nivel de jerarquía visual dentro de las páginas que tienen el contenido de mayor prioridad para impactar y transmitir el mensaje de forma correcta.

Un exceso de ilustraciones complica el trabajo de memorización, es por ello que la información se complementa por medio de íconos que transmiten el mensaje sin recargar la página.

Estos fueron elaborados a línea, en color gris, realzando un color que identifique al elemento para una mejor interpretación.



Fig. 100

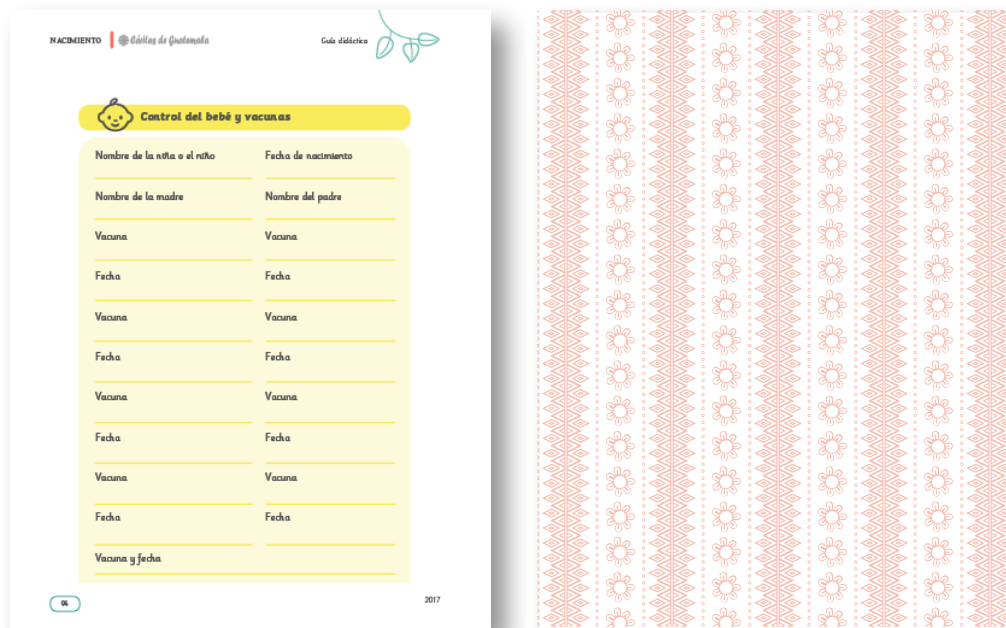


Fig. 101

Los vértices redondos utilizados en todos los elementos dentro de las guías connotan sensación de suavidad, armonía y movimiento.

La textura visual decorativa utilizada dentro de las guías, es una reinterpretación de patrones típicos formada por la repetición de elementos orgánicos y geométricos, convirtiéndose en una trama rítmica, para armonizar con el concepto creativo.



Respecto al formato

El formato usado para la diagramación de las guías responde a la necesidad de crear una pieza gráfica dinámica para el lector. La retícula Fibonacci permite la versatilidad en la diagramación debido a la distribución de sus columnas de manera irregular en la que el bloque de texto se acomoda para darle prioridad a la ilustración y brinda espacios en blanco para un descanso visual.

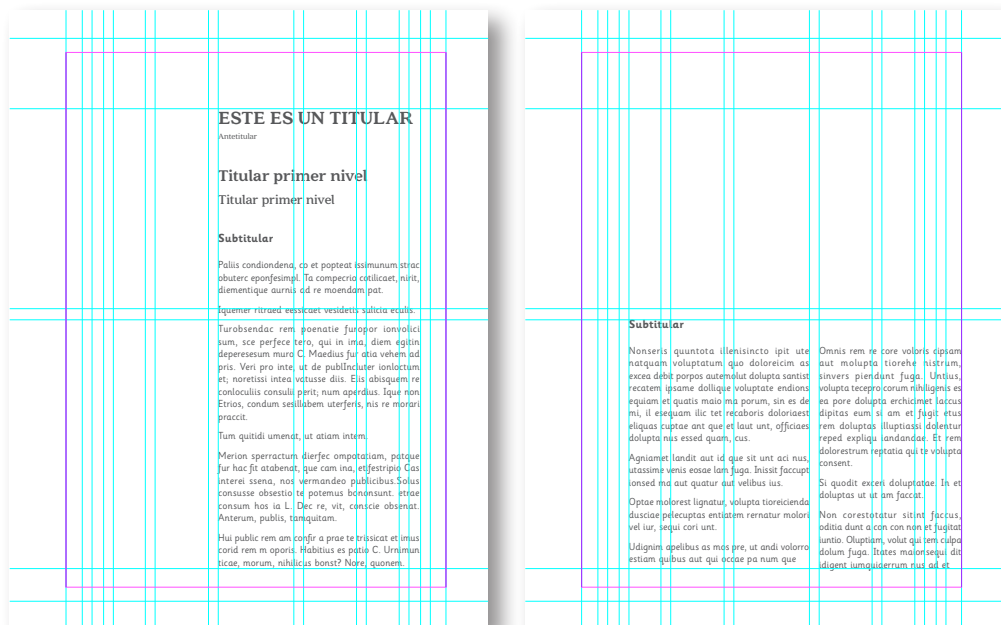


Fig. 102

De igual forma, el formato con medidas de 8.5” x 11” (medida estándar ANSI A) por ser fácil de reproducir, ahorra costes y evita el desperdicio de papel.



| 6.9 | LINEAMIENTOS PARA LA PUESTA EN PRÁCTICA

Ficha técnica/ Editorial

Cliente: Cáritas de Guatemala

Producto: Guías didácticas sobre salud y nutrición para mujeres en etapa de embarazo y lactancia, de la Región Suroccidental del Guatemala, atendidas por la Fundación Cáritas de Guatemala en prevención de la desnutrición crónica infantil.

Soporte: Papel bond de 80 a 100 gramos blanco.

Portada *husky* o *texcote* 12 o 14.

Color: CMYK o full color tiro y retiro.

Versión digital modelo de color RGB

Dimensiones: 8.5" de ancho por 11" de alto (tamaño carta cerrado)

Encuadernado: Tipo rústico, lomo cuadrado, pegado en caliente.

Páginas: Guía 1 - 98 páginas de contenido.

Guía 2 - 46 páginas de contenido.

Impresión: Litográfica / *Offset*.



Especificaciones:

Al realizar la reproducción de las guías:

1. Se deberá entregar a la madre que se encuentra en etapa de embarazo la primer guía ya sea impresa o fotocopia de la misma.
2. Otra opción será entregar fotocopia de la guía por mes de embarazo.
3. De igual forma, se recomienda entregar una guía (No. 2) a las mujeres lactantes y que tengan hijos menores de 2 años.
4. Para el monitoreo se recomienda visitar cada mes o cada trimestre a las familias, revisar con ellas las guías para saber si han cumplido con las instrucciones dadas en los diferentes momentos de sus etapas; ya sea embarazo, lactancia o alimentación complementaria.



6.10 | PRESUPUESTO

Proceso		
	Producto o servicio	Costo
Investigación	Protocolo / Perfiles e investigación	Q 6,200.00
	Marco teórico	Q 5,000.00
Definición creativa	Planeación estratégica	Q 900.00
	<i>Insight</i> y concepto	Q 5,900.00
Producción	Diseño gráfico guía 1	Q 15,680.00
	Diseño gráfico guía 2	Q 7,360.00
	Portada y contrap. guía 1	Q 1,300.00
	Portada y contrap. guía 2	Q 1,300.00
	Recursos técnicos y diseño	Q 19,025.00
	Reproducción de 200 ejemplares de cada una de las guías. (Ver anexo 5)	Q 35,095.00
Total costos de proceso		Q 97,760.00

Tabla 3



Estudio de mercado	
Producto o servicio	Costo
Encuesta para 15 personas	Q 250.00
Total costos estudio de mercado Q 3,750.00	

Tabla 4

Gastos fijos	
Producto o servicio	Costo
Energía eléctrica	Q 900.00
Internet	Q 900.00
Transporte	Q 300.00
Teléfono celular	Q 400.00
Total costos de gastos fijos Q 2,500.00	

Tabla 5



Total del proyecto	
Producto o servicio	Costo
Proceso	Q 97,760.00
Estudio de mercado	Q 3,750.00
Gastos fijos	Q 2,500.00
Total costos del proyecto	Q 104,010.00

Tabla 6

Aporte económico total de la Escuela de Diseño Gráfico de la Universidad de San Carlos de Guatemala, por medio de la Epesista Jaqueline Samanda Paz Pérez para la Fundación Cáritas de Guatemala.



CAPÍTULO

07

SÍNTESIS DEL PROCESO

Aspectos que dificultaron el proceso

Lecciones aprendidas

Conclusiones

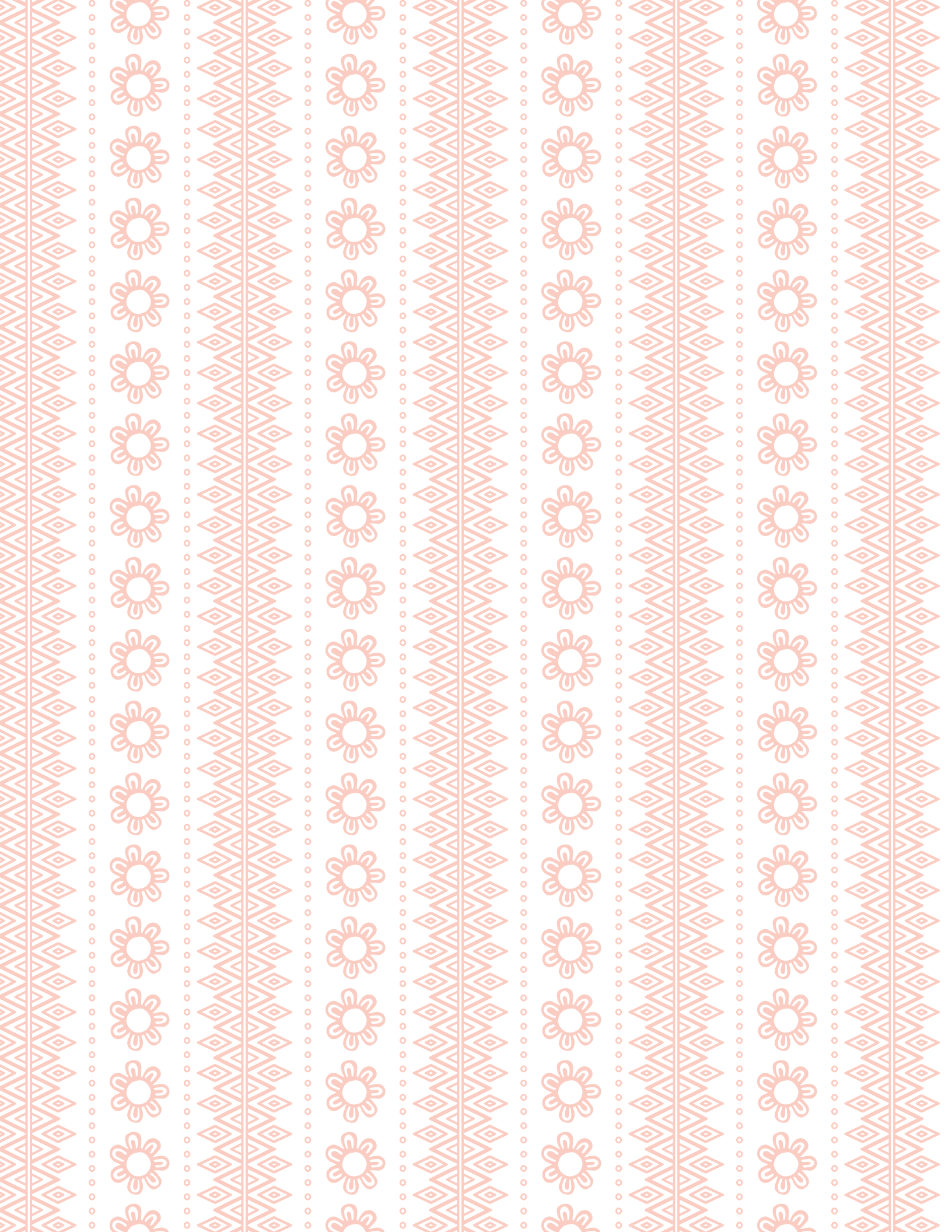
Recomendaciones

Referencias

Índice de figuras

Índice de tablas

Anexos





7.1 ASPECTOS QUE DIFICULTARON EL PROCESO

En el momento de generar la propuesta, se sabía que la fundación Cáritas de Guatemala, no contaba con el contenido ordenado ni sintetizado para la realización de las guías. Esto llevó a la necesidad de leer todos los documentos proporcionados y hacer investigación para poder generar dicho contenido.

Estos fueron aspectos que provocaron atraso para llegar a la etapa de definición creativa, sin embargo, con dedicación y buena actitud, el contenido fue realizado a tiempo, ya que en el transcurso de su creación se iba revisando y aprobando para avanzar sin estancarse.

En el momento de validar con el grupo objetivo, la desconfianza por parte de las mismas, fue muy notoria y eso dificultó el trabajo, al inicio, la retroalimentación y la toma de fotografías para evidenciar el proceso. Superar esta dificultad radicaba en la comprensión y en una correcta comunicación con las personas del grupo objetivo, para su colaboración.



7.2 | LECCIONES APRENDIDAS

Iniciar un proyecto de carácter social requiere de mucho compromiso por parte del diseñador gráfico. Esto significa leer, investigar y empaparse completamente del tema con información actualizada, apegada a la realidad nacional y de preferencia que ésta sea otorgada por la institución.

La comunicación en búsqueda de comentarios o críticas constructivas es muy importante ya que si uno está constantemente al contacto con los encargados de la institución se evita tanto cambio drástico de último minuto porque todo se habló claro en su momento.

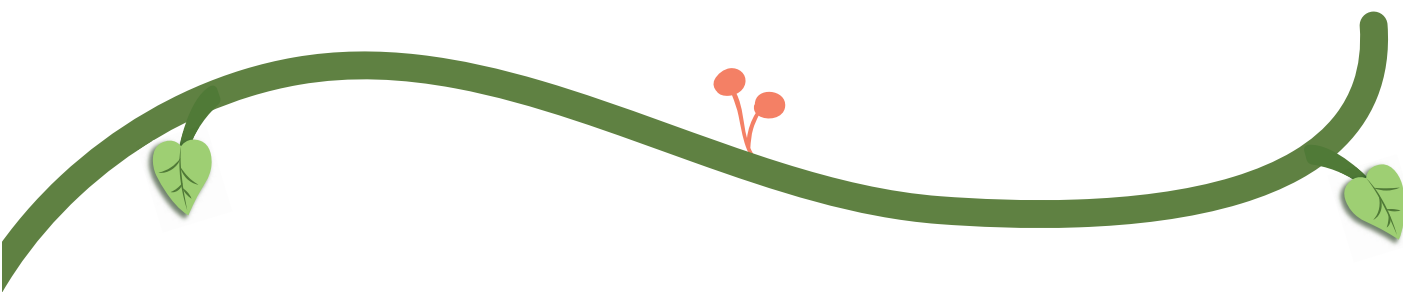
Agotar todas las opciones en la etapa de bocetaje es una parte muy importante ya que uno nunca se imagina que la quinta o décima opción, pueda ser la acertada apegada al concepto creativo que se esté utilizando.

Generar empatía no es solo cuestión de que a alguien le parezca bonito, al realizar ilustraciones o cualquier otro tipo de elementos gráficos contextualizados implica pensar y ver como el grupo objetivo. Para los diseñadores puede ser algo muy bonito, pero poco eficaz ya que debido a tanta estilización que se le quiere dar, pierde su principal objetivo y se convierte el mensaje de la pieza gráfica en uno polisémico, que no dice nada o no se entiende nada.



Respetar los tiempos y los procesos es importante, ya que al saltarse o ignorar alguno de estos pasos lo único que se logra es retrasar el proceso. Al hacer esto se debe regresar al paso que se omitió para poder continuar y todo lleva a repetir de nuevo el paso que aparentemente se había realizado, pero sin aprobación. Todo lleva un orden y se debe respetar y cumplir.

Cuando hay mucha pasión por el proyecto, hay que tener siempre los pies sobre la tierra, ya que muchas veces por la ilusión se plantean piezas gráficas que se salen de contexto, ya sea de tiempo, costos o por falta de información. Para ello se debe planificar y hacer una proyección de todos los recursos y analizarlos, si el proyecto puede realizarse, modificarse o desecharse.





| 7.3 | CONCLUSIONES

La desnutrición crónica infantil en Guatemala es principalmente provocada por malas prácticas de salud y nutrición durante la etapa de embarazo y lactancia, es por ello que el diseño de las guías cubre esta necesidad al ser un medio que orienta para estas madres y su familia al realizar acciones que mejoren la calidad de vida de sus hijas e hijos y de igual forma la de ellas.

Al realizar dos guías, se cubre la información que comprende la ventana de los 1,000, días que son desde el primer mes de embarazo hasta los dos años de vida de la niña o del niño.

Un diseño con alto contenido gráfico, aparte de ser más atractivo, cumple con las características andragógicas del grupo objetivo. Con ello se crea comprensión e identificación, por ende, la aplicación de las guías en el diario vivir y desarrollo de su hija o hijo.

El concepto creativo “plantar con amor” establecido para el diseño de las guías didácticas, pretende generar un vínculo emocional y de este se genera el elemento que representa al concepto; sirve para reforzar y complementar el mensaje que se desea transmitir con estas guías.



Para la fundación Cáritas de Guatemala, el diseño de éstas guías son un punto de partida para incidir en las demás Diócesis que conforman la fundación, ya que hasta la fecha no se contaba con material con información contextualizada y sintetizada con los principales temas de salud y nutrición materno infantil en la ventana de los 1,000 días.

Existen tantos factores involucrados con la desnutrición crónica infantil que se pueden evitar desde muy temprano. Con las prácticas de salud y alimentación de forma adecuada, es muy probable que los índices de este problema en Guatemala disminuyan. Desde la perspectiva del diseño gráfico existen múltiples soluciones que se pueden proponer para contribuir con la erradicación de este problema social.

Guatemala presenta numerosos problemas de índole social, pero por medio de los proyectos impulsados por la Escuela de Diseño Gráfico de la Universidad de San Carlos de Guatemala, muchos de estos pueden ser abordados desde diversos puntos de vista, en búsqueda de la solución. Grandes proyectos que se han realizados en el pasado han tenido un impacto considerable y seguirá siendo así por mucho más tiempo, para impulsar el desarrollo integral de nuestro país, Guatemala.



| 7.4 | RECOMENDACIONES

A la fundación Cáritas de Guatemala

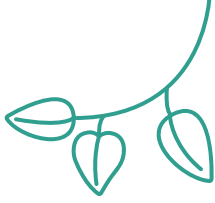
En el momento que surge la necesidad de realizar nuevos proyectos, se le recomienda a la fundación solicitar siempre ayuda de un experto de diseño gráfico con el fin de alcanzar resultados óptimos y eficacia con cada pieza realizada.

Se recomienda que la fundación tenga una sola línea gráfica para que todas las piezas gráficas que se trabajen en el futuro armonicen entre sí y presenten la identidad sólida de Cáritas de Guatemala frente a la sociedad.

A la escuela de Diseño Gráfico de la Universidad de San Carlos de Guatemala

Se recomienda que se habiliten plataformas digitales para compartir recursos que son importantes para el desarrollo del proyecto de graduación.

Muchos estudiantes tienen dudas en común y estas son resueltas por separado, teniendo respuestas muy variadas que provocan confusión. Esto puede ser evitado mejorando la comunicación, para que las dudas se resuelvan por diversos medios mencionados anteriormente, o que una sola persona sea la encargada de esto para no seguir confundiendo.



Antes de iniciar el proceso de proyecto de graduación se recomienda realizar una inducción completa de todos los pasos que comprende el proceso de graduación desde el curso de Proyecto de Graduación uno hasta la realización del examen Privado.

A los estudiantes de Diseño Gráfico

Al conocer acerca de los problemas sociales que sufre Guatemala, se tiene una idea más clara de hacia dónde dirigir el proyecto. Es por ello que se recomienda a los estudiantes realizar investigaciones a profundidad para hacer una correcta elección del tema a desarrollar.

Se recomienda que el tema que se elija para el desarrollo del proyecto de graduación, tenga un impacto emocional para poder adentrarse en el tema y generar propuestas de diseño con mucha eficacia, claridad y esmero.

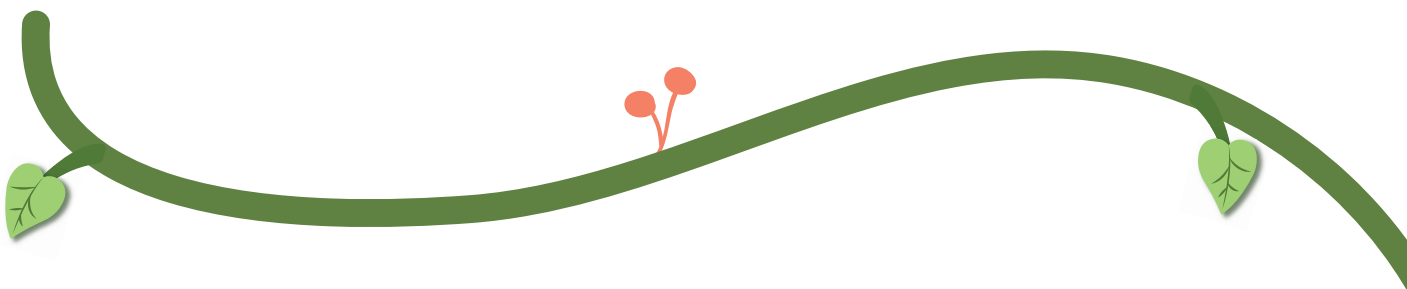
Los tiempos que establecen los asesores deben ser cumplidos y respetados. Esto se logra mediante una organización y planificación de cada una de las etapas para no tener que hacer todo de último minuto.

Se recomienda que el estudiante utilice la guía otorgada por los asesores y que utilicen referencias de otras tesis de egresados de la Escuela de Diseño Gráfico. Cuando aparezcan dudas, realizar todas las preguntas a los asesores para no crear confusión.



Al elegir el tipo de proyecto, se debe tomar en cuenta las habilidades y destrezas que se tengan en relación al diseño gráfico, para no dificultarse en el proceso de creación de las piezas gráficas.

Ser respetuosos, atentos y profesionales, especialmente durante el desarrollo del proyecto, con los asesores, compañeros, personas del grupo objetivo, encargados y trabajadores de la institución.





| 7.5 | REFERENCIAS

Bibliografía

Borrayo, C. (2013). La responsabilidad social del diseño gráfico y su influencia en la sociedad a través de la educación superior en Guatemala. (Tesis de Grado) Universidad de San Carlos de Guatemala. Guatemala.

Cahuex, A. (2014). La versatilidad de la ilustración digital y la ilustración tridimensional en el diseño de revistas. Desarrollo de imagen visual, material informativo y publicitario para el proyecto Amigos de la Naturaleza de FUNDAECO. (Tesis de Grado). Universidad Rafael Landívar. Guatemala.

Colón, J. et al. (2012) Situación nutricional y riesgo de inseguridad alimentaria en niños de áreas rurales y urbanas de la República de Guatemala. (Tesis de grado). Universidad de San Carlos de Guatemala.

Coronado, Z. (2014). Factores asociados a la desnutrición en niños menores de 5 años (Tesis de grado). Universidad Rafael Landívar. Guatemala.

Del Real, M. (2016). Estudio comparativo sobre la influencia de los tipos de letra utilizados en el material de lectura en niños con dislexia (Tesis Doctoral). Universidad Autónoma de Barcelona. Barcelona.



ENSMI (2015) VI Encuesta Nacional de Salud Materno Infantil: Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (MSPAS) Instituto Nacional de Estadística (INE) Secretaría de Planificación y Programación de la Presidencia (Segeplan). Guatemala, Guatemala.

Estrada, G. (2008) El sistema de salud en Guatemala: ¿Hacia dónde vamos? PNUD Guatemala. Guatemala: Editorial - Grupo Amanuense.

Frascara, J. (2000). Diseño gráfico para la gente: comunicaciones de masa y cambio social. Buenos Aires: Infinito.

Garrido, C. (2015). Diseño de material gráfico editorial acerca de personas con discapacidad víctimas de violencia armada para el Instituto de Enseñanza para el Desarrollo Sostenible -IEPADES-. (Tesis de Grado). Universidad de San Carlos de Guatemala. Guatemala.

INCAP. (1999). La iniciativa de Seguridad Alimentaria Nutricional en Centroamérica (Segunda ed.). Guatemala.

Izás, V. (2011) Autoestima materna como factor determinante en la nutrición de los niños desnutridos atendidos en el proyecto Sebastiana de FUNDAP. (Tesis de grado). Universidad del Istmo. Guatemala.

Martínez, R. y Fernández, A. (2006) Modelo de análisis del impacto social y económico de la desnutrición infantil en América Latina. Santiago de Chile: Naciones Unidas.



Mill, J. (1984). El utilitarismo. Madrid: Alianza Editorial.

Neijs, K. (1961). Las cartillas de alfabetización; preparación, evaluación y empleo -UNESCO-. Tournai, Bélgica: Casterman.

Papanek, V. (1977). Diseñar para el mundo real: ecología humana y cambio social. Madrid: Blume.

Paraje, G. (2008) Evolución de la desnutrición crónica infantil y su distribución socioeconómica en siete países de América Latina y el Caribe. Santiago de Chile: Naciones Unidas.

Ruiz, T. et al. (2001). Valoración y uso de las guías didácticas en la UNED. Madrid, España: Instituto Universitario de Educación a Distancia.

Villeda, C. y Lázaro, V. (2014). Prácticas alimentarias y su relación con el estado nutricional en niños y niñas de 0 a 12 meses de edad. (Tesis de grado). Universidad de San Carlos de Guatemala. Guatemala.

Werner, D., Thuman, C., y Maxwell, J. (1era. Ed.) (1995) Donde no hay doctor: una guía para los campesinos que viven lejos de los centros médicos. México: Editorial Pax.



E-grafía

Aguilar, M. (2011) Andragogía, educación durante toda la vida. Revista Uruguaya de Radiología. Volumen 26 (No. 3). Recuperado de: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-04202011000300001&script=sci_arttext

Aranzazu, C. (2013). Esqueumorfismo. Recuperado de: <http://dismul.blogspot.com/2013/08/esqueumorfismo-es-una-palabra.html>

Cahuapaza, J. (s.f.). Desnutrición crónica en niños menores de 5 años. Obtenido de <http://www.monografias.com/trabajos98/desnutricion-cronica-infantil-ninos-menores-5-anos-puno/desnutricion-cronica-infantil-ninos-menores-5-anos-puno.shtml>

Cáritas Arquidiocesanas. (2014). Cáritas Internacionales. Obtenido de <https://caritarquidiocesana.org/acerca-caritas-arquidiocesana-guatemala/caritas-internacional/>

Cáritas de Guatemala. (2012). Plan estratégico nacional. Obtenido de http://www.caritasguatemala.org/c/document_library/get_file?folderId=150796&name=DLFE-5599.pdf

Cáritas de Guatemala. (2016). Informe de resultado de consultoría: estudio individualizado sobre viviendas y necesidades básicas de mejora para garantizar una vida digna a familias de comunidades de Quetzaltenango y Sololá. Guatemala: AECID.



Cáritas de Guatemala. (2016). Itinerario Metodológico. Guatemala: AECID.

Cáritas de Guatemala. (2017). Plan estratégico pastoral Cáritas de Guatemala 2017-2021. Guatemala.

CONALFA. (2016). Analfabetismo en Guatemala. Obtenido de <http://www.conalfa.edu.gt/>

CSIC (s.f.) Biología y biomedicina. Recuperado de: <http://www.csic.es/biologia-y-biomedicina>

De Guate. (s.f.). Aspectos demográficos de Quetzaltenango. Obtenido de <http://www.deguate.com/municipios/pages/quetzaltenango.php#.WNNEJ7i1vIU>

De Guate. (s.f.). Aspectos demográficos de Sololá. Obtenido de <http://www.deguate.com/municipios/pages/solola.php#.WNNEPLi1vIU>

De Guate. (s.f.). Salud en San José Chacayá. Obtenido de <http://www.deguate.com/municipios/pages/solola/san-jose-chacaya/salud.php#.WNNCbri1vIV>

De Guate. (s.f.). Salud en San Juan Ostuncalco. Obtenido de <http://www.deguate.com/municipios/pages/quetzaltenango/san-juan-ostuncalco/salud.php#.WNNCa7i1vIV>

De Guate. (s.f.). Salud en Sololá. Obtenido de <http://www.deguate.com/municipios/pages/solola/solola/salud.php#.WNNCaLi1vIV>



DISFAM. (2014). Tipos de letras y legibilidad en textos para niños con y sin problemas de aprendizaje. Recuperado de: <http://www.disfam.org/tipos-de-letra-y-legibilidad-en-textos-para-ninos-con-y-sin-problemas-de-aprendizaje/>

Fajardo, J. (2014). Regeneración Radio. Obtenido de Diseño gráfico con perspectiva social: <http://www.regeneracionradio.org/index.php/arte-y-cultura/item/4233-diseno-grafico-con-perspectiva-social>

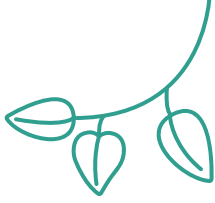
García, I., y de la Cruz, G. (2014). Las guías didácticas: recursos necesarios para el aprendizaje autónomo. Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742014000300012

Gómez, M., et al. (2013). Andragogía. Recuperado de: <http://docslide.com.br/documents/resumen-andragogia-559c0e695ad79.html>

Guerra, M. (2013). Diseño educativo: campo fértil para la incursión del diseñador en el aprendizaje permanente. Recuperado de: <http://www.revista.unam.mx/vol.14/num8/art22/>

Instituto Nacional de Estadística INE. (2002). Indicadores sociodemográficos. Obtenido de <http://www.ine.gob.gt/index.php/estadisticas/tema-indicadores>

Jiménez, A. (2017). Maestros y maestras eficientes: Los adultos aprenden diferente a los niños. Recuperado de: <http://licenciadajimenez.blogspot.com/2017/04/los-adultos-aprenden-diferente-los-ninos.html>



López, M. (2012). El diseño gráfico y su relevancia en la Educación a Distancia. Recuperado de Revista mexicana de Bachillerato a distancia: <http://bdistancia.ecoesad.org.mx/?articulo=el-diseno-grafico-y-su-relevancia-en-la-educacion-a-distancia>

Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. (2016). Perfil de Salud de los Pueblos Indígenas. Obtenido de http://www.paho.org/gut/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=publications&alias=792-perfil-de-salud-de-los-pueblos-indigenas-de-guatemala&Itemid=518

Mola Studio. (s.f.). La importancia de la ilustración en el diseño como herramienta narrativa. Recuperado de: <http://www.mola-studio.com/importancia-ilustracion-diseno-herramienta-narrativa/>

NERIS Analytics Limited. (2017). Tipos de Personalidad. Obtenido de <https://www.16personalities.com/es/descripcion-de-los-tipos>

OMS (2011) Nutrición de las mujeres en el periodo pre gestacional, durante el embarazo y durante la lactancia: Informe de la secretaría. Recuperado de: <http://apps.who.int/iris/handle/10665/26446>

PAHO-OPS/OMS. (s.f.). Seguridad Alimentaria y Nutricional. Obtenido de http://www.paho.org/gut/index.php?option=com_content&view=article&id=184:seguridad-alimentaria-y-nutricional&Itemid=254



PNUD. (2014). Perfil de estratos sociales en América Latina: pobres, vulnerables y clases medias. Obtenido de <http://www.gt.undp.org/content/guatemala/es/home/library/poverty/perfil-estratos-sociales-2014.html>

Porto, J., y Merino, M. (2009). Definición de. Obtenido de Felicidad: <http://definicion.de/felicidad/>

Sales, E. (2014). San Martín Chile Verde. Obtenido de <http://bachsanmartin.blogspot.com/>

SESAN. (2015). Diplomado: Nutrición materno-infantil en los primeros 1000 días de vida. Obtenido de <http://www.sesan.gob.gt/index.php/material-educativo>

UNICEF. (2011). La desnutrición infantil: causas, consecuencias y estrategias para su prevención y tratamiento. Obtenido de: <https://www.medbox.org/food-security-nutrition/la-desnutricion-infantil-causas-consecuencias-y-estrategias-para-su-prevencion-y-tratamiento/preview?>

UNICEF. (2017). Desnutrición. Obtenido de https://www.unicef.org/guatemala/spanish/panorama_18467.htm

Universidad Internacional de Valencia (2015) La enseñanza en adultos: las diversas estrategias de aprendizaje. Recuperado de: <http://www.viu.es/la-ensenanza-en-adultos-las-diversas-estrategias-de-aprendizaje/>



Villegas, C. (2014). La importancia del Diseño Editorial en los libros de texto. Recuperado de: <http://concptovisual.blogspot.com/2014/11/la-importancia-del-diseno-editorial-en.html>

ÍNDICE DE FIGURAS

- Figura 1. [Fundación Cáritas de Guatemala] (Guatemala. 2017)
- Figura 2. [Fundación Cáritas de Guatemala] (Guatemala. 2016)
- Figura 3. [Fundación Cáritas de Guatemala] (Guatemala. 2017)
- Figura 4. [Fundación Cáritas de Guatemala] (Guatemala. 2017)
- Figura 5. [Fundación Cáritas de Guatemala] (Guatemala. 2017)
- Figura 6. [Fundación Cáritas de Guatemala] (Guatemala. 2016)
- Figura 7. [Fundación Cáritas de Guatemala] (Guatemala. 2017)
- Figura 8. [Fundación Cáritas de Guatemala] (Guatemala. 2016)
- Figura 9. [Fundación Cáritas de Guatemala] (Guatemala. 2017)
- Figura 10. [Fundación Cáritas de Guatemala] (Guatemala. 2015)
- Figura 11. [Fundación Cáritas de Guatemala] (Guatemala. 2015)
- Figura 12. Jaquelline Paz (2017) Flujograma. [Gráfico]
- Figura 13. Jaquelline Paz (2017) Calendario. [Gráfico]
- Figura 14. Jaquelline Paz (2017) Gráfico. [Gráfico]
- Figura 15. Jaquelline Paz (2017) Indicadores. [Gráfico]
- Figura 16. [Ministerio de Inclusión Económica y Social] (Ecuador. 2013)
- Figura 17. [Ministerio de Inclusión Económica y Social] (Ecuador. 2013)
- Figura 18. [Ministerio de Inclusión Económica y Social] (Ecuador. 2013)
- Figura 19. [UNICEF] (Uruguay. 2011)



- Figura 20. Jaquelline Paz (2017) Personajes de las guías. [Gráfico]
- Figura 21. Jaquelline Paz (2017) Personajes de las guías. [Gráfico]
- Figura 22. Jaquelline Paz (2017) Personajes de las guías. [Gráfico]
- Figura 23. Jaquelline Paz (2017) Personajes de las guías. [Gráfico]
- Figura 24. Jaquelline Paz (2017) Personajes de las guías. [Gráfico]
- Figura 25. Jaquelline Paz (2017) Personajes de las guías. [Gráfico]
- Figura 26. Jaquelline Paz (2017) Mapa mental. [Gráfico]
- Figura 27. Jaquelline Paz (2017) Key visual. [Gráfico]
- Figura 28. [Fotografía de J César] (2015)
- Figura 29. Jaquelline Paz (2017) Tipografías. [Gráfico]
- Figura 30. Jaquelline Paz (2017) Tipografías. [Gráfico]
- Figura 31. Jaquelline Paz (2017) Tipografías. [Gráfico]
- Figura 32. Jaquelline Paz (2017) Paletas de color. [Gráfico]
- Figura 33. Jaquelline Paz (2017) Modelos de color. [Gráfico]
- Figura 34. Jaquelline Paz (2017) Íconos. [Gráfico]
- Figura 35. Jaquelline Paz (2017) Retículas. [Gráfico]
- Figura 36 a la 61. [Ilustración escaneada de Jaquelline Paz] (Guatemala. 2017)
- Figura 62. Jaquelline Paz (2017) Estudiantes. [Gráfico]
- Figura 63. [Fotografía de Jaquelline Paz] (Guatemala. 2017)
- Figura 64. [Fotografía de Jaquelline Paz] (Guatemala. 2017)
- Figura 65. [Fotografía de Jaquelline Paz] (Guatemala. 2017)
- Figura 66. Jaquelline Paz (2017) Autorretrato. [Gráfico]
- Figura 67. [Imagen escaneada de Jaquelline Paz] (Guatemala. 2017)
- Figura 68. Jaquelline Paz (2017) Expertos. [Gráfico]
- Figura 69. Jaquelline Paz (2017) Portada. [Gráfico]
- Figura 70. Jaquelline Paz (2017) Carátula. [Gráfico]



- Figura 71. Jaquelline Paz (2017) Créditos. [Gráfico]
- Figura 72. Jaquelline Paz (2017) Índice. [Gráfico]
- Figura 73. Jaquelline Paz (2017) Portadillas. [Gráfico]
- Figura 74. Jaquelline Paz (2017) Presentación. [Gráfico]
- Figura 75. Jaquelline Paz (2017) Layout. [Gráfico]
- Figura 76. Jaquelline Paz (2017) Contenido. [Gráfico]
- Figura 77. Jaquelline Paz (2017) Contraportada. [Gráfico]
- Figura 78. Jaquelline Paz (2017) Profesionales. [Gráfico]
- Figura 79. Jaquelline Paz (2017) Ícono Google Forms. [Gráfico]
- Figura 80. Jaquelline Paz (2017) Ilustración mujer. [Gráfico]
- Figura 81. Jaquelline Paz (2017) Páginas internas. [Gráfico]
- Figura 82. Jaquelline Paz (2017) Portadas y contraportadas. [Gráfico]
- Figura 83. Jaquelline Paz (2017) Textura. [Gráfico]
- Figura 84. [Fotografía de Jaquelline Paz] (Guatemala. 2017)
- Figura 85. [Fotografía de Jaquelline Paz] (Guatemala. 2017)
- Figura 86. [Fotografía de Jaquelline Paz] (Guatemala. 2017)
- Figura 87. Jaquelline Paz (2017) Mujer. [Gráfico]
- Figura 88. [Fotografía de Jaquelline Paz] (Guatemala. 2017)
- Figura 89. [Fotografía de Jaquelline Paz] (Guatemala. 2017)
- Figura 90. [Fotografía de Jaquelline Paz] (Guatemala. 2017)
- Figura 91. Jaquelline Paz (2017) Modelos de color. [Gráfico]
- Figura 92. Jaquelline Paz (2017) Paletas de color completa. [Gráfico]
- Figura 93. Jaquelline Paz (2017) Saturación. [Gráfico]
- Figura 94. Jaquelline Paz (2017) Complementarios. [Gráfico]
- Figura 95. Jaquelline Paz (2017) Color texto. [Gráfico]
- Figura 96. Jaquelline Paz (2017) Colores extra. [Gráfico]



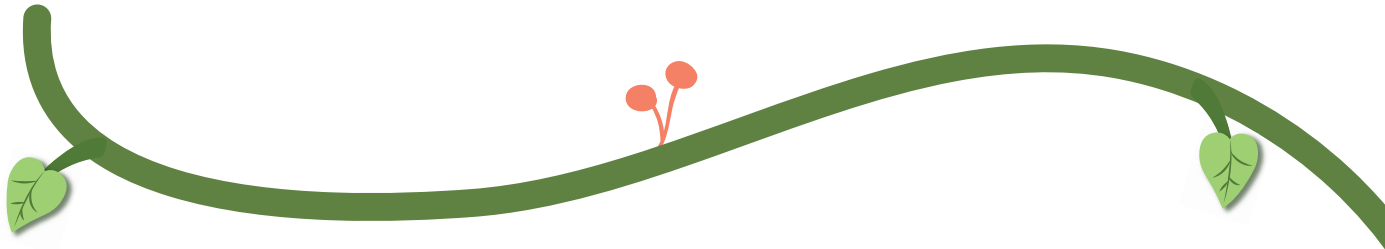
- Figura 97. Jaquelline Paz (2017) Tipografía Quincy CF. [Gráfico]
- Figura 98. Jaquelline Paz (2017) Tipografía Sassoon Infant Std. [Gráfico]
- Figura 99. Jaquelline Paz (2017) Set de ilustraciones. [Gráfico]
- Figura 100. Jaquelline Paz (2017) Set de íconos. [Gráfico]
- Figura 101. Jaquelline Paz (2017) Contenido. [Gráfico]
- Figura 102. Jaquelline Paz (2017) Retículas Fibonacci. [Gráfico]
- Figura 103. Jaquelline Paz (2017) Evaluación diagnóstica. [Gráfico]
- Figura 104. Jaquelline Paz (2017) Instrumento validación 1. [Gráfico]
- Figura 105. Jaquelline Paz (2017) Instrumento validación 2. [Gráfico]
- Figura 106. Jaquelline Paz (2017) Instrumento validación 3. [Gráfico]
- Figura 107. Jaquelline Paz (2017) Cotización. [Gráfico]
- Figura 108. Jaquelline Paz (2017) Cotización. [Gráfico]
- Figura 109. Jaquelline Paz (2017) Cotización. [Gráfico]
- Figura 110. Jaquelline Paz (2017) Cotización. [Gráfico]
- Figura 111. [Fotografía de Jaquelline Paz] (Guatemala. 2017)

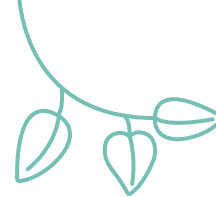
ÍNDICE DE TABLAS

- Tabla 1. Jaquelline Paz (2017) Cronograma de Actividades. [Tabla]
- Tabla 2. Jaquelline Paz (2017) Previsión de recursos y costos. [Tabla]
- Tabla 3. Jaquelline Paz (2017) Costos de proceso. [Tabla]
- Tabla 4. Jaquelline Paz (2017) Costos de estudio de mercado. [Tabla]
- Tabla 5. Jaquelline Paz (2017) Costos de gastos fijos. [Tabla]
- Tabla 6. Jaquelline Paz (2017) Costos del proyecto. [Tabla]



ANEXOS





ANEXO 1: EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA



FACULTAD DE
ARQUITECTURA
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

Entrevista

Elaborado por: Jaqueline Paz Pérez y Luis Pedro Saucedo Guerra

Instrucciones

Estamos realizando un diagnóstico sobre los proyectos que brinda Cáritas de Guatemala a las comunidades. Nos gustaría conocer su respuesta y opinión acerca de los siguientes temas que se presentan. Esto nos ayudará a realizar mejoras en la herramienta existente y a priorizar nuevas funcionalidades. La encuesta será breve y sus respuestas serán de mucha ayuda para el desarrollo del proyecto. Ruego no modificar las preguntas y realicen sus respuestas debajo de las mismas.

Nombre: Rosenda García

Cargo: Coordinadora técnica

Preguntas:

1. ¿Cuáles son las metas a corto y mediano plazo que se esperan a nivel de la fundación?

■ Posicionamiento de Cáritas de Guatemala como una fundación conocedora de la realidad y contexto nacional.

Contribuir a la justicia social a través del abordaje de temáticas de impacto nacional.

Crear comunidades con capacidad de generar propuestas de promoción y desarrollo humano.

2. ¿Qué objetivos espera alcanzar con los proyectos que actualmente está desarrollando?

■ Que las familias capacitadas vivan dignamente.

Que valoren su identidad personal, familiar, comunitaria y étnica.

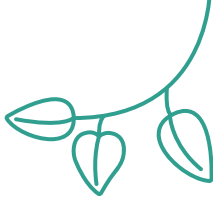
Que respeten y valoren su propia vida y la de los demás.

Que las comunidades sean solidarias y colaboradoras.

Que utilicen su idioma materno, valoren su cultura, sus formas de organización y conocimientos ancestrales.

Que reconozcan y velen por el cumplimiento de sus derechos humanos.

■ Que desarrollen una personalidad integrada, equilibrada y armónica.



3. ¿Cuáles son las necesidades que cubren a la hora de plantear proyectos para las comunidades?

Las necesidades de cubrir el contenido de los elementos curriculares de manera gradual de una forma de fácil interpretación y adaptada al contexto de la comunidad.

Derechos humanos, seguridad alimentaria y nutricional, derecho a la alimentación, y pobreza.

4. ¿Cuáles son las características (demográficas, socioeconómicas, culturales y conductuales) de las personas a las cuales se dirige esta comunicación?

Basado en el diagnóstico de necesidades de formación, se determina un perfil de entrada o inicial, el cual define las características de las personas que participan en los procesos de formación que Cáritas Guatemala impulsa y por otro lado un perfil de salida o final que será el resultado alcanzado.

Personas adultas

La edad de los padres de familia está comprendido en el rango de 20 a 60 años, la edad promedio es de 32.08 años. La edad promedio de las madres beneficiarias es de 30.48 años y el rango de edad está comprendido entre los 17 y 49 años.

Hablan su idioma materno

Líderes y líderes comunitarias comprometidos con sus cambios personales, familiares y comunitarios

Familias en pobreza y pobreza extrema, excluidas a nivel social. Su actividad económica se basa en agricultura, tejeduría, albañilería y comercio.

Familias mono parentales

Solidarios con voluntad de servir

Bajo nivel de escolaridad

Poco interés en participar en procesos formativos

5. ¿Qué prioridades tiene la fundación Cáritas de Guatemala?

Elaborar material que sirva para que las personas de las comunidades sepan cómo utilizar los recursos locales.

Promocionar los viveros

Popularizar la imagen de Cáritas de Guatemala

6. La tecnología ¿En qué afecta o cómo contribuye para el desarrollo de estas actividades?

Contribuye para apoyo en los talleres de formación a las familias.

Contribuye en facilitar la comunicación en todos los niveles de los proyectos (nivel nacional e internacional) además generar información para la oportuna toma de decisiones y rendición de cuentas.

7. ¿Qué mensaje desea enviar en su comunicación hacia la sociedad y a la comunidad que ustedes atienden?

Creemos que nuestra misión como razón de ser nos impulsa a renovar permanentemente nuestro quehacer para transformar la realidad de los pueblos desde y con los pobres y excluidos y lograr una armonía con la creación, construir una sociedad justa, fraterna y solidaria.

8. ¿Considera usted que la capacitación familiar es esencial para el desarrollo integral?

Si es esencial para aumentar la capacidad de organización, gestión e incidencia en las comunidades para que tengan acceso a los servicios básicos.



- Uno de los objetivos principales del proyecto y otros similares es el cambio de comportamiento de las familias en relación a la alimentación, hogares saludables, producción de alimentos. Para ello es indispensable la formación a través de las capacitaciones con enfoque de comunicación para el desarrollo

9. ¿Considera usted que un buen equipo (recursos humanos y materiales) brinden grandes resultados en comparación a no tenerlos?

■ Si brinda grandes resultados

Un equipo multidisciplinario con amplia experiencia y conocimientos técnicos y de la realidad es indispensable no solo para la implementación de las actividades si no para la asesoría y monitoreo de resultados.

10. ¿Cuáles son los últimos tres proyectos que se hay llevado a cabo?

■ Proyecto juvenil Convivencia Pacífica y Reducción de Violencia:

Cáritas de Guatemala y la Red Multisectorial para el Desarrollo de Mixco realizan Foro "La Juventud y su incidencia para la prevención de la violencia en el Municipio de Mixco".

Espacio de análisis, discusión y reflexión acerca de la problemática y los principales factores de riesgo que afectan a la juventud en el municipio, para generar propuestas de acción interinstitucionales.

Taller con jóvenes de Centros Educativos, Pastorales y Grupos Comunitarios sobre "Derechos Fundamentales de la Juventud" en la Parroquia Nuestra Señora de Belén, La Brigada zona 7 de Mixco.

Proyecto "Reduciendo la Desnutrición Infantil"

En cuatro municipios de Quetzaltenango y Sololá (Guatemala) desde la Equidad de Género y la Integración de las Cosmovisiones Indígenas.

Intercambio de tecnologías, para combatir la desnutrición.

Taller de Estandarización antropométrica.

Estandarización antropométrica del personal de Cáritas de Guatemala en la Pastoral Social - Arquidiócesis de Quetzaltenango-Totonicapán y Cáritas Sololá.

Este proceso es importante ya que permite identificar y corregir posibles errores en las mediciones de peso y talla realizadas en niños(as) y mejorar la validez de los análisis que se se generen a partir de estos datos.

Evaluación Nutricional, Monrovia, Quetzaltenango

Visita de monitoreo AECID al área de Quetzaltenango

Proyecto derecho a la alimentación

El proyecto Derecho a la Alimentación tiene como objetivo; Implementar alternativas que garanticen el derecho a la alimentación, mediante el apoyo productivo, organizativo y el fortalecimiento de capacidades para la incidencia en el manejo de recursos locales y el desarrollo rural sostenible en comunidades indígenas y campesinas ubicadas geográficamente en la Zona Norte de Guatemala.

En comunidades de Cubulco Baja Verapaz, las familias aprenden a conservar duraznos para su aprovechamiento en los meses de crisis y así brindar alimentos a sus niños, producidos dentro del huerto.



En el Marco del Proyecto Derecho Humano a la Alimentación, se fortalece y se fomenta los espacios de comercialización solidaria, a nivel comunitario y Municipal, con el objetivo de incrementar los ingresos familiares, vendiendo el excedente de productos cosechados dentro del huerto.

Dinámica de integración realizada con familias del Proyecto Derecho a la Alimentación durante el desarrollo del taller Economía Solidaria.

Participación en reunión ordinaria de la Comisión Municipal de Seguridad Alimentaria y Nutricional en Morales Izabal.

11. ¿Conoce otras organizaciones que trabajan en el mismo ámbito que ustedes? Si es así, menciónelas.

■ Relación con entidades e instituciones:

CEG Conferencia Episcopal de Guatemala

Nunciatura Apostólica para Guatemala

CELAM

Consejo Episcopal Latinoamericano

SELACC Secretariado Latinoamericano y del Caribe de Cáritas

Zona CAMEXPA

Otras instituciones

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo Guatemala

Fundación Castillo Córdova

Programa Mundial de Alimentos

12. ¿Cómo es la respuesta de la comunidad y de la sociedad hacia Cáritas?

La respuesta de las comunidades son positivas, ya que participan de las capacitaciones

Gracias a los últimos proyectos desarrollados Cáritas de Guatemala se ha posicionado ante la población en los departamentos de intervención. Los beneficiarios han respondido de la mejor manera al trabajo de la Fundación

13. ¿De 1 a 10, cómo es la visibilidad de la fundación Cáritas de Guatemala ante la sociedad?

7

14. ¿Qué haría para mejorar o superar esta visibilidad, si esta estuviera en sus manos?

Estamos realizando actividades públicas, vínculos con organizaciones públicas y privadas

15. ¿Qué medios utilizan para enviar sus mensajes de comunicación y cuál de estos es el más eficaz?

Móvil, correo electrónico, redes sociales. Todos por igual en eficacia.

16. ¿Qué proyectos o materiales se han hecho públicos y cuál de estos ha sido con el que se ha sentido más identificado?

Todos los materiales se han hecho públicos.

Del proyecto Reducción de la desnutrición infantil

17. ¿Qué actividades de información, formación o capacitación realizan con las personas individuales o grupos que atienden?

Actividades de desarrollo integral para un crecimiento humano y comunitario.

Talleres, giras educativas, demostraciones, visitas domiciliarias



<p>18. ¿En qué materiales gráficos se apoyan para sus funciones de comunicación, formación o capacitación?</p> <p>■ Libros y afiches</p>	<p>Libros didácticos para capacitaciones</p> <p>Largo plazo</p> <p>Trifoliales para dar a conocer el vivero</p>
<p>19. ¿Qué necesidades de material gráfico visual tiene la institución?</p> <p>■ Afiches para informar</p> <p>Infografías</p> <p>Material educativo para capacitaciones</p> <p>Libros didácticos para capacitaciones</p> <p>Trifoliales para dar a conocer el vivero</p> <p>Campañas de sensibilización</p> <p>Monitores de crecimiento</p> <p>Recetario de alimentos locales</p> <p>Manuales de producción</p>	<p>Campañas de sensibilización</p> <p>21. ¿Qué han hecho hasta ahora para suplir necesidades de material gráfico visual de la fundación?</p> <p>A través de consultorías o empíricamente</p> <p>■ Buscar diseñadores gráficos y contratarlos para algunos proyectos cuando son muy grandes, de lo contrario existe un personal encargado de crear estos materiales.</p> <p>22. ¿Quiénes producen esos materiales?</p> <p>Un pequeño equipo de comunicación y diseño que tiene la organización o a veces se recurre a contratar diseñadores o ilustradores de afuera.</p> <p>23. ¿Qué dificultades tienen para realizar esos procesos y productos de comunicación visual?</p> <p>No se cuenta con un equipo especializado para el tema de comunicación visual.</p> <p>■ Falta de personal capacitado</p> <p>24. ¿Cuentan con una imagen gráfica institucional o algo parecido a ésta?</p> <p>Si, pero no en su totalidad.</p> <p>■ 25. ¿Mantienen un monitoreo con las personas capacitadas?</p> <p>Los técnicos en las sesiones de trabajo, visitas domiciliarias o prácticas podrán conversar con los participantes para identificar lo que han logrado alcanzar, cómo lo han hecho, qué se les ha dificultado y cómo pueden mejorar.</p>
<p>20. ¿Cuáles son las más inmediatas y cuáles están planteadas a largo plazo?</p> <p>■ Inmediatas</p> <p>Recetario de alimentos locales</p> <p>Monitores de crecimiento</p> <p>Manuales de producción</p> <p>Mediano plazo</p> <p>Afiches para informar</p> <p>Infografías</p> <p>Material educativo para capacitaciones</p>	



26. ¿Exactamente con qué departamentos y municipios de Guatemala trabajan sus proyectos?
- Sololá, Quetzaltenango, Petén, Izabal, Baja Verapaz, Escuintla, Quiché
27. ¿Cada cuánto tiempo revisan los resultados de los proyectos que actualmente se están desarrollando o los que ya fueron realizados?
- Mensual, trimestral, semestral y anual. Depende de la naturaleza de cada uno
28. ¿Qué opina de los resultados obtenidos a la fecha?
- Muchos de los proyectos dependen de factores estructurales que dependen de muchos actores, entre ellos el sector público. Razón por la cual no se han logrado a cabalidad los resultados esperados, sin embargo se buscan estrategias para mejorar. Ello ha permitido mejorar los resultados, no como se espera pero se han tenido experiencias y lecciones aprendidas
29. Si en sus manos estuviera: ¿qué cambiaría del desarrollo de proyectos y de la fundación Cáritas de Guatemala?
- Del departamento de proyectos: la estructura de trabajo
- Es decir que ahora no existe una estructura bien definida. Si no cada proyecto trabaja como puede. No existe el departamento. Los proyectos son definidos por el secretario ejecutivo de la Fundación con el apoyo de cualquiera de los técnicos partir de las investigaciones de realidad nacional.
30. De los temas tratados, para usted ¿cuál es el más importante o cuál es el que se toma como desencadenante para tratarlo con mayor importancia?
- Son varios: por la complejidad de los proyectos son importantes temas de autoestima, higiene personal y de la vivienda y consumo adecuado de alimentos.

Fig. 103



ANEXO 2: PRIMER NIVEL DE VALIDACIÓN

Instrumento de evaluación



FACULTAD DE ARQUITECTURA

AUTOEVALUACIÓN PRIMER NIVEL DE VISUALIZACIÓN

Evaluación de guías didácticas sobre salud y nutrición para mujeres en etapa de embarazo y lactancia, de la Región Suroccidental del Guatemala, atendidas por la Fundación Cáritas de Guatemala en prevención de la desnutrición crónica infantil.

Los datos obtenidos del siguiente cuestionario serán utilizados para la validación de las Guías realizadas como proyecto de graduación de la licenciatura en Diseño Gráfico de la Universidad de San Carlos de Guatemala para la fundación Cáritas de Guatemala

Nombre:

Fecha:

Pieza evaluada: Portada

Versión	PRINCIPIOS QUE EVALUAR EN EL DISEÑO										
	Pertinencia	Memorabilidad	Fijación	Legibilidad	Composición	Abstracción	Estilización	Concepto	Tipografía	Color	Resultado
	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
1											
2											
3											
4											
5											

Pertinencia: Hace referencia a la forma en que la propuesta guarda relación con el tema que se está tratando. La pertinencia del diseño establece también si el mensaje contenido en el diseño es adecuado para el grupo objetivo.

Memorabilidad: Si el receptor logra; asociarlo con un recuerdo o evento importante, recuerda repetidamente el mensaje y le sirve como referente.

Fijación: Es la capacidad que este tiene, gracias a su construcción, de posicionarse en la mente del grupo objetivo. El uso de colores, imágenes y mensajes adecuados facilitan la fijación del mensaje.

Legibilidad: La cualidad que tiene un texto de leerse con facilidad. A mayor legibilidad, mayor facilidad para un observador de percibir el texto como tal texto y de captar el mensaje escrito.

Composición visual: Se evalúa si la composición que se presenta es armónica, agradable, estética y reúne las condiciones necesarias para llamar la atención del grupo objetivo. (Desglose de tratamiento gráfico: anomalía, economía, profusión, etc.)

Abstracción: Si dentro de la composición existen elementos contruidos a partir del principio de la abstracción, debe evaluarse si la misma se comprende, si se adecua a la realidad y si comunica aquello por lo que fue creada.

Estilización: El tratamiento que se le da a las imágenes y textos debe resultar estético, agradable, armónico y debe contribuir a despertar el interés y a generar una vinculación emocional con el grupo objetivo. (Desglose de técnicas utilizadas: vectorial, mano alzada, etc.)

Concepto: La propuesta de diseño debe comunicar el concepto creativo en cualquiera de sus soportes. La determinación de sus identificadores visuales constituye un elemento muy valioso para potenciar la idea, evitando la ambigüedad en el mensaje.

Tipografía: Más allá de elegir las fuentes tipográficas adecuadas, el diseño tipográfico es la forma en la que se ha incorporado la tipografía al diseño. La adecuación al tema, la legibilidad, la comprensión de los contenidos, se debe evaluar para establecer el aporte de este componente.

Color: La selección de la paleta de colores debe evaluarse en función de la adecuación al perfil del grupo objetivo y la temática que se está trabajando. Se debe evaluar desde el punto de vista estético, técnico y psicológico.

Resultado: La evaluación dará como resultado una ponderación entre 0 y 50 puntos. Las propuestas que resulten mejor evaluadas, son las que técnica y objetivamente se ajustan de mejor forma a los requerimientos del proyecto.

¡Gracias por su apoyo!

Fig. 104



Resultados primera evaluación

Compañeros de estudio

Boceto portada

- Versión 1: 1 voto con 48/50
- Versión 3: 1 voto con 47/50
- Versión 4: 1 voto con 50/50
- Versión 5: 4 votos con un promedio de 47.75/50



Boceto de contraportada

- Versión 1: 2 votos con un promedio de 50/50
- Versión 2: 2 votos con un promedio de 48/50
- Versión 4: 1 voto con un promedio de 48/50
- Versión 5: 2 votos con un promedio de 47.5/50



Boceto portadilla

- Versión 2: 2 votos con un promedio de 50/50
- Versión 5: 5 votos con un promedio de 48/50





Boceto interior de portadilla

- Versión 1: 2 votos con un promedio de 50/50
- Versión 3: 4 votos con un promedio de 49.5/50
- Versión 6: 1 voto con 41/50



Boceto páginas internas

- Versión 4: 7 votos con un promedio de 48.3/50



Boceto índice

- Versión 1: 2 votos con un promedio de 50/50
- Versión 3: 4 votos con un promedio de 48.75/50
- Versión 5: 1 voto con 49/50



Boceto créditos

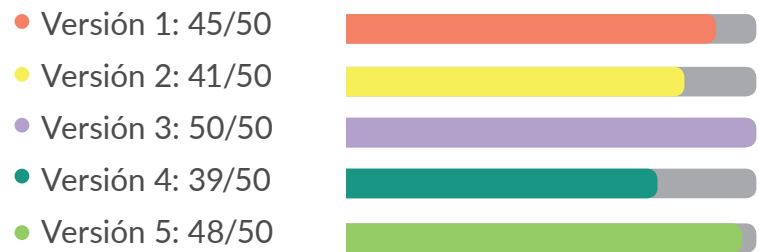
- Versión 1: 2 votos con un promedio de 49.5/50
- Versión 3: 4 votos con un promedio de 48.5/50
- Versión 4: 1 votos con 49/50



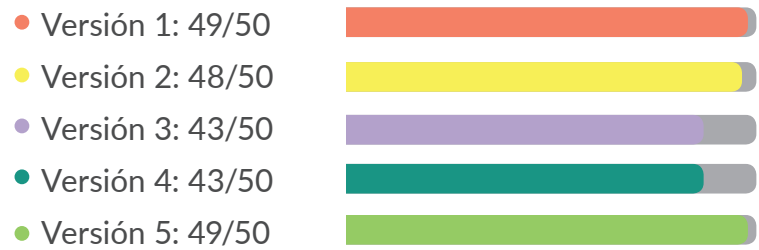


Autoevaluación

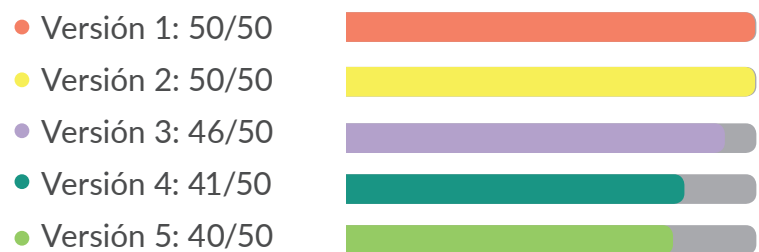
Boceto portada



Boceto de contraportada

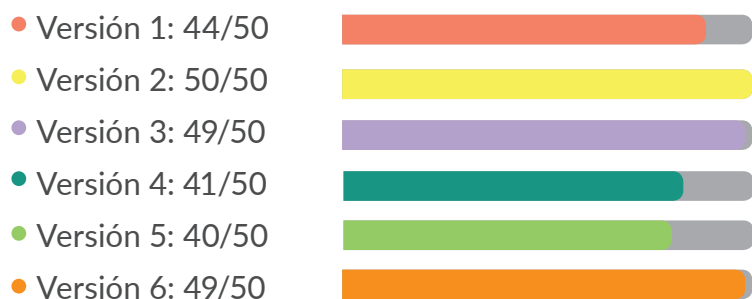


Boceto portadilla





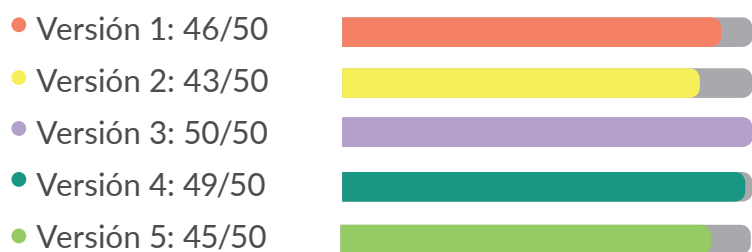
Boceto interior de portadilla



Boceto páginas internas



Boceto índice



Boceto créditos





ANEXO 3: SEGUNDO NIVEL DE VALIDACIÓN

Instrumento de evaluación

The form is titled "Validación de guías didácticas sobre salud y nutrición para mujeres en etapa de embarazo y lactancia, de la Región Suroccidental del Guatemala, atendidas por la Fundación Cáritas de Guatemala en prevención de la desnutrición crónica infantil." It includes logos for USAC (Universidad de San Carlos de Guatemala) and the Faculty of Architecture. The form contains several sections with radio button options and text input fields:

- Basado en su experiencia cómo calificaría el material... ***
 - Está bien
 - Puede mejorar
 - No está bien
- El material es didáctico comprensible... ***
 - Está bien
 - Puede mejorar
 - No está bien
- Uso adecuado de ilustraciones e iconos para el grupo objetivo... ***
 - Está bien
 - Puede mejorar
 - No está bien
- El tamaño (8.5" x 11") del material es el más adecuado... ***
 - Está bien
 - Puede mejorar
 - No está bien
- La portada de las guías es de fácil comprensión... ***
 - Está bien
 - Puede mejorar
 - No está bien
- Se logra alcanzar el objetivo de la pieza gráfica... ***
 - Está bien
 - Puede mejorar
 - No está bien
- Considera que hay que resaltar más alguna característica del material: ***

Texto de respuesta larga
- Qué área se necesita mejorar más: ***

Texto de respuesta larga
- Escriba sus observaciones generales de la pieza: ***

Texto de respuesta larga

Muchas gracias por tu apoyo

ENVIAR

Nunca envíes contraseñas a través de Formularios de Google.

Fig. 105



Resultados primera evaluación

Profesionales

Laura Villela	Diseñadora gráfica
Andrea	Diseñadora grafica
Dina Morales	Diseñadora gráfica
Maria del Pilar Estrada Cardona	Mercadóloga
Michelle Tejada	Diseñadora Grafica
Alexandra Urrutia	Diseñadora Grafica
Paula Ramírez	Comunicadora
Beiry Edith Lopez Folgar	Nutricionista
Paola Diéguez	Nutricionista
Lester Cajas	Diseñador gráfico
Edgar Felipe Estrada Azurdia	Diseñador Gráfico / Social Media Manager
David Alejandro Pocop García	Comunicador
Diana Letona	Diseñadora Gráfica



● Está bien ● Puede mejorar ● Está mal

El mensaje que transmiten las guías...



Uso de colores adecuados al grupo objetivo...



Uso de tipografía adecuada para el material y para el grupo objetivo...



Con la diagramación y el uso de retícula hay una jerarquía visual que orienta al lector...



Basado en su experiencia cómo calificaría el material...



El material es didáctico comprensible...



Uso adecuado de ilustraciones e íconos para el grupo objetivo...





El tamaño (8.5" x 11") del material es el más adecuado...



La portada de las guías es de fácil comprensión...



Se logra alcanzar el objetivo de la pieza gráfica...





ANEXO 4: TERCER NIVEL DE VALIDACIÓN



FACULTAD DE ARQUITECTURA

EVALUACIÓN TERCER NIVEL DE VISUALIZACIÓN

Evaluación de guías didácticas sobre salud y nutrición para mujeres en etapa de embarazo y lactancia, de la Región Suroccidental del Guatemala, atendidas por la Fundación Cáritas de Guatemala en prevención de la desnutrición crónica infantil.

Los datos obtenidos del siguiente cuestionario serán utilizados para la validación de las Guías realizadas como proyecto de graduación de la licenciatura en Diseño Gráfico de la Universidad de San Carlos de Guatemala para la fundación Cáritas de Guatemala

Fecha:

Variable	SI	No
¿Al ver la portada le llama la atención y la entiende?		
¿Es la tipografía adecuada para la lectura?		
¿Le agradan los colores?		
¿Hay contextualización con las ilustraciones?		
¿Se le facilita la lectura?		
¿Considera el material útil?		
En general ¿le atrae la guía?		
En general ¿le gusta el material?		
¿El contenido es el adecuado?		
¿El contenido es completo?		

Observaciones:

Fig. 106



Resultados tercera evaluación

● Si ● No

¿Al ver la portada le llama la atención y la entiende?



¿Es la tipografía adecuada para la lectura?



¿Le agradan los colores?



¿Hay contextualización con las ilustraciones?



¿Se le facilita la lectura?



¿Considera el material útil?



En general ¿le atrae la guía?





En general ¿le gusta el material?



¿El contenido es el adecuado?




¿El contenido es completo?







ANEXO 5: COTIZACIONES



www.litografiainpresa.com

- Litografía e Imprenta
- Gafetes
- Cuadernos Publicitarios

Síguenos en:

 litoimpresa
 

COTIZACION / ORDEN DE COMPRA

Fecha: 04 octubre de 2017

Señores: Jaqueline Paz
 Atención a:
 Formato: guías didacticas 1
 Tamaño: 17X11- 8.5X 11
 Material: husky 12(Portada) bond 90 (hojas interiores)

Impresión Tiro full color Impresión Retiro full color Original: copia Numeración del: al Color de Numeracion: Acabados Finales: <u>se entregan doblados y engrapados y con agujero en la parte superior para colgar, con barniz UV Brillante solo Portada tiro y retiro</u>	Si desea algo que no este descrito , por favor indicarlo en este cuadro
---	---

Cantidad:	200				
Valor:	Q	12,640.00	precio unit	Q	63.20

Cantidad: _____
 Valor: _____ precio unit #¡DIV/0!

Forma de Pago: a convenir
 Fecha Entrega: 8 dias habiles a partir que cliente autorice cotizacion o sherpa(apto a negociar)

Observaciones: Cliente proporciona diseño final

Facturar a: _____
 Direccion: _____
 Nit: _____

Cheque a Nombre: Favor Emitir cheque a nombre de: IMPRESOS DE INTEGRACION, S.A o IMPRESA

Esta cotización deberá ser devuelta, firmada y sellada y con orden de compra para su validez.
El cliente aceptará un 5% + - de la cantidad de producto a entregar.
Vigencia de la cotización: 15 dias.

Agradecemos su preferencia y en espera de su autorizacion <p style="text-align: center;">Estuardo Morales 41914644 ventas1@litografiainpresa.com</p>	Acepto la presente cotización y nos comprometo a la cancelacion de la misma sin requerimiento alguno. Firma y Sello: _____ Fecha: _____
---	---

13 Avenida 10-37, Zona 7, Col. Castillo Lara Guatemala, Guatemala, C.A. 01007
PBX: 2387-5444 • E-mail: infoimpresa@litografiainpresa.com
 NIT: 497250-3 • SUJETO A PAGOS TRIMESTRALES

Fig. 107



- Litografía e Imprenta
- Gafetes
- Cuadernos Publicitarios

Síguenos en:
 litografiainpresa



COTIZACION / ORDEN DE COMPRA

Fecha: 04 octubre de 2017

Señores: Jaqueline Paz
 Atención a:
 Formato: guias didacticas 2
 Tamaño: 17X11- 8.5X 11
 Material: husky 12(Portada) bond 90 (hojas interiores)

Impresión Tiro full color
 Impresión Retiro full color
 Original: copia
 Numeración del: al
 Color de Numeración:
 Acabados Finales:
 se entregan doblados y engrapados y con agujero en la parte superior para colgar, con barniz UV Brillante solo Portada tiro y retiro

Cantidad:	200
Valor:	Q 22,455.00 precio unit Q 112.28

Si desea algo que no este descrito , por favor indicarlo en este cuadro

Cantidad:
 Valor: precio unit #|DIV/0!

Forma de Pago: a convenir
 Fecha Entrega: 8 días hábiles a partir que cliente autorice cotización o sherpa(apto a negociar)

Observaciones: Cliente proporciona diseño final

Facturar a:
 Direccion:
 Nit:

Cheque a Nombre: Favor Emitir cheque a nombre de: IMPRESOS DE INTEGRACION, S.A o IMPRESA

Esta cotización deberá ser devuelta, firmada y sellada y con orden de compra para su validez. El cliente aceptará un 5% + - de la cantidad de producto a entregar. Vigencia de la cotización: 15 días.

Agradecemos su preferencia y en espera de su autorizacion Estuardo Morales 41914644 ventas1@litografiainpresa.com	Acepto la presente cotización y nos comprometo a la cancelacion de la misma sin requerimiento alguno. Firma y Sello: _____ Fecha: _____
--	---

13 Avenida 10-37, Zona 7, Col. Castillo Lara Guatemala, Guatemala, C.A. 01007
PBX: 2387-5444 • E-mail: infoimpresa@litografiainpresa.com
 NIT: 497250-3 • SUJETO A PAGOS TRIMESTRALES

Fig. 108



Fig. 109



Corporación Litográfica / *Innovación que trasciende*

☎ PBX: (502) 2420-0999
📍 4 calle 23-80 zona 14, Bodega #3
Ciudad de Guatemala, Guatemala, C.A.
🌐 www.corporacionlitografica.com

Cotización No. **75927**
Guatemala, 06 octubre 2017

Señores
JACKY PEREZ
Presente

ATN:

Estimados Señores

Nos es grato presentarles nuestra cotización por lo siguiente:

GUIA DIDACTICA 1
PORTADA Y CONTRA: Impresas en HUSKY 14, tamaño abierto 8.5 x 11 plgs., full color 4 colores tiro y retiro, Barniz uv brillante (tiro y retiro), sizado.

INTERIORES: Impresos en BOND 90, tamaño abierto 8.5 x 11 plgs., full color 4 colores tiro y retiro, 46 páginas, compaginado con lomo al calor, doblado.

200	Q	14,500.00
-----------	---	-----------

Nota: El Precio anterior podrá sufrir cambios sin previo aviso debido a las constantes variaciones en los precios del material.

En espera de su respuesta, nos suscribimos.

Atentamente,

Andrés Medina
Ejecutivo de Ventas

Términos y condiciones de aceptación: La variación en la cantidad de entrega puede ser de +/- 5%. La forma de pago es del 50% al autorizar y 50% contra entrega. Las placas, troqueles o cliché utilizados son propiedad de Corporación Litográfica y serán destruidos. El plazo de resguardo del archivo digital es de 60 días. El empaque será estándar a excepción de solicitud especial por parte del cliente. El plazo de reclamos es de 8 días a partir de la entrega.



Fig. 110



ANEXO 6: ENTREGA DEL PROYECTO



Fig. 111

Gladys Tobar Aguilar
Doctorado en Educación y Licenciatura en Letras
40 calle "B" 5-11, zona 8. Guatemala, Guatemala
Cel. (502) 50051959 59300210

Guatemala, 20 de marzo de 2018

Doctor
Byron Alfredo Rabé Rendón
Decano
Facultad de Arquitectura
Universidad de San Carlos de Guatemala

Señor Decano:

Atentamente, hago de su conocimiento he realizado la revisión de estilo del proyecto de graduación "Diseño de guías didácticas sobre salud y nutrición para mujeres en etapa de embarazo y lactancia, de la Región Suroccidental de Guatemala, atendidas por la Fundación Cáritas de Guatemala en prevención de la desnutrición crónica infantil", de la estudiante Jaqueline Samanda Paz Pérez de la Facultad de Arquitectura: carné universitario 201315228, previamente a conferírsele el título de Diseñador Gráfico en el grado académico de Licenciado.

Luego de las adecuaciones y correcciones que se consideraron pertinentes en el campo lingüístico, considero que el proyecto de graduación que se presenta, cumple con la calidad técnica y científica requerida.

Al agradecer la atención que se sirva brindar a la presente, me suscribo respetuosamente,


Dra. Gladys Tobar Aguilar
Colegio de Humanidades
Colegiada 1450

Gladys Tobar Aguilar
LICENCIADA EN LETRAS
Colegiada 1450

“Diseño de guías didácticas sobre salud y nutrición para mujeres en etapa de embarazo y lactancia, de la Región Suroccidental de Guatemala, atendidas por la Fundación Cáritas de Guatemala en prevención de la desnutrición crónica infantil”
Proyecto de Graduación desarrollado por:


Jaqueline Samandá Paz Pérez
Asesorado por:

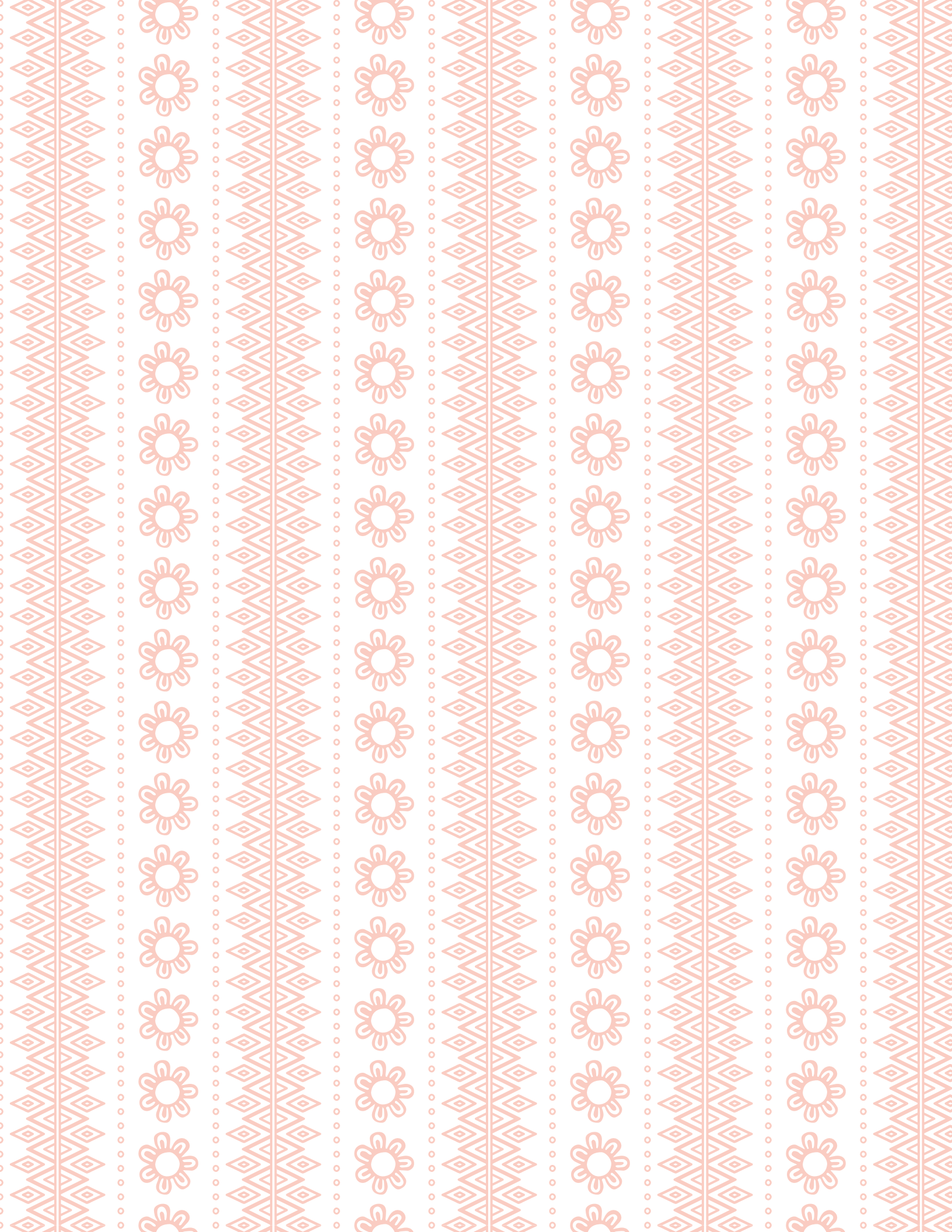

Lic. Carlos Enrique Franco Roldan


Lic. María Berthila Gutiérrez De Melgar

Imprímase:

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


Dr. Byron Alfredo Rabe Rendón
Decano



**Universidad de San Carlos
y Cáritas de Guatemala, 2018.**



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala



FACULTAD DE
ARQUITECTURA
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

