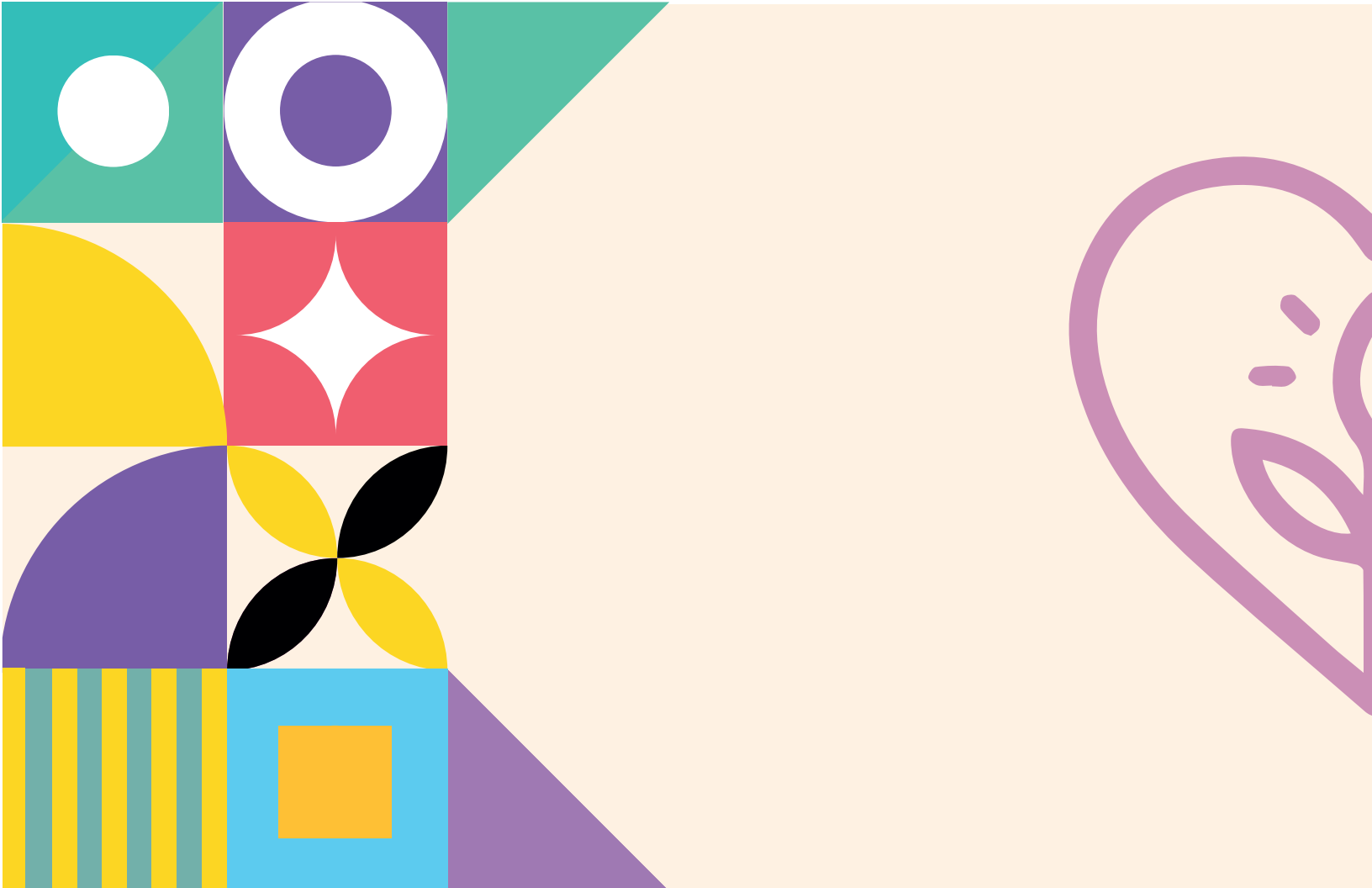
# SEMBRANDO CONCIENCIA



# TABLA DE CONTENIDO

1. Introducción
2. Tema
3. Justificación
4. Objetivo General
5. Objetivos Especificos
6. Perfil Experto/Usuario
7. Proceso creativo
8. Descripción del sistema
9. Validación

# ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Una alimentación saludable es fundamental para mantener un óptimo rendimiento físico y mental. En estudiantes universitarios, una dieta equilibrada contribuye a mejorar la concentración, la memoria y el estado de ánimo, factores clave para el éxito académico. Además, previene enfermedades a corto y largo plazo, fortalece el sistema inmunológico y promueve hábitos de vida que impactan positivamente en su bienestar futuro. Adoptar una alimentación consciente durante esta etapa es esencial para enfrentar los desafíos académicos y personales de manera

# TEMA DEL PROYECTO

Visibilizar los beneficios de la alimentación saludable en los estudiantes de 18 a 20 años de la Pontificia Universidad Javeriana Cali.

# JUSTIFICACIÓN

En la Pontificia Universidad Javeriana Cali, se ha identificado esta problemática y, en respuesta, se ha desarrollado un programa institucional encargado de promover la alimentación saludable dentro del campus. A través de charlas, proyectos, seminarios, concursos y otras iniciativas, este programa busca generar conciencia sobre la importancia de una nutrición adecuada y su impacto en el bienestar estudiantil.

No obstante, la visibilidad y alcance de estas iniciativas aún pueden fortalecerse mediante estrategias de comunicación visual más efectivas que logren captar la atención de los jóvenes y facilitar el acceso a información relevante.

# OBJETIVO GENERAL

Visibilizar los procesos que se realizan sobre la alimentación saludable en el programa CEAN en la Pontificia Universidad Javeriana Cali  para la salud alimentaria y física de los estudiantes entre 18 y 20 años a través de una estrategia de Comunicación Visual.

# OBJETIVOS ESPECÍFICOS

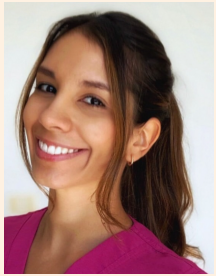
1. Identificar los procesos y actividades que se llevan a cabo en el programa CEAN de la Pontificia Universidad Javeriana Cali.

2. Analizar las oportunidades, fortalezas y debilidades que tiene el programa CEAN de la Pontificia Universidad Javeriana a través del nivel de conocimiento de los estudiantes entre 18 y 20 años sobre este y los beneficios de la alimentación saludable.

3. Identificar los canales, el tono y la voz  más adecuados para la comunicación sobre el programa CEAN.

4. Diseñar una estrategia de comunicación que visibilice el programa y los beneficios que estas actividades traen a la salud alimentaria de los estudiantes.

# ALIADO



En el desarrollo de este proyecto, se cuenta con el apoyo de Juliana Florez, nutricionista, quien actualmente trabaja en conjunto con la carrera de Nutrición y el Centro de Bienestar de la Pontificia Universidad Javeriana Cali

# USUARIO



El usuario de este proyecto son estudiantes de la Pontificia Universidad Javeriana Cali con edades entre 18 y 20 años, que se encuentran en una etapa clave de su desarrollo académico y personal.

# LÍNEA GRÁFICA

# BOCETOS


SEMBRANDO CONCIENCIA
Sembrando conciencia
SC
Sd
sembrando conciencia
Sembrando conciencia
SC
SEMBRANDO CONCIENCIA
RANDO
S
RA
C
Sembrando conciencia
S
conciencia

# LOGOTIPO DE MARCA

En la parte superior, el logo presenta un corazón delineado de forma sencilla, dentro del cual crece una planta con dos hojas y un tallo principal. Alrededor de la planta hay pequeñas líneas que representan brillo o crecimiento, simbolizando vida, esperanza y desarrollo consciente.

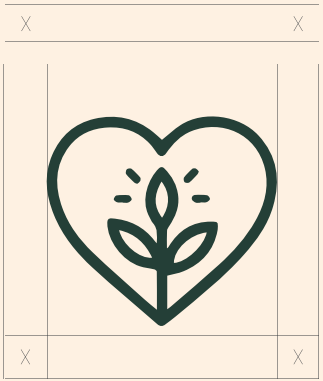
El nombre está desgastado para transmitir una sensación orgánica y natural, evocando la textura de la tierra.

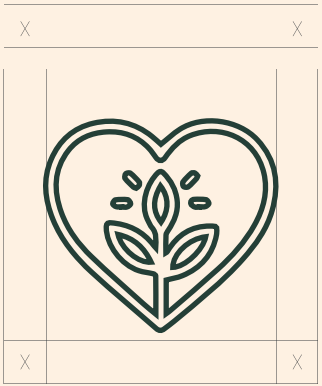


SEMBRANDO CONCIENCIA

# ESPACIO LIBRE

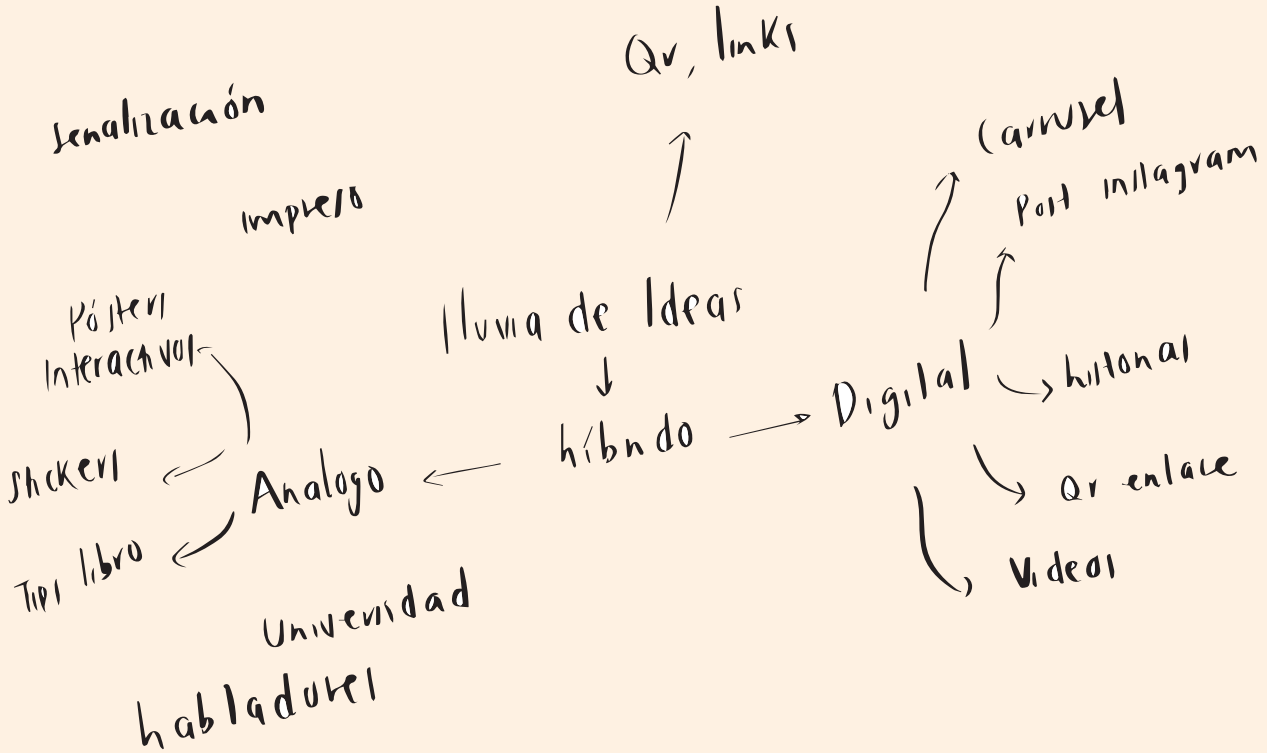
Área mínima libre alrededor del logotipo que garantiza su visibilidad y correcta aplicación.







# LLUVIA DE IDEAS



# SISTEMA DE PRODUCTO



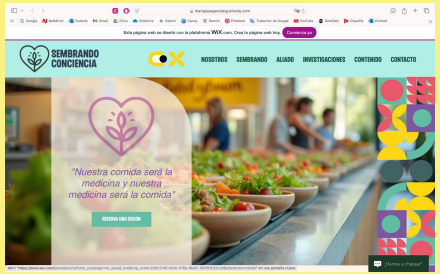

## PIEZA DIGITAL







## PIEZA FÍSICA

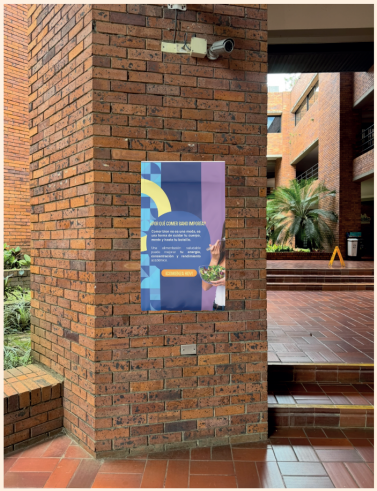



## WEB

# PIEZA DIGITAL

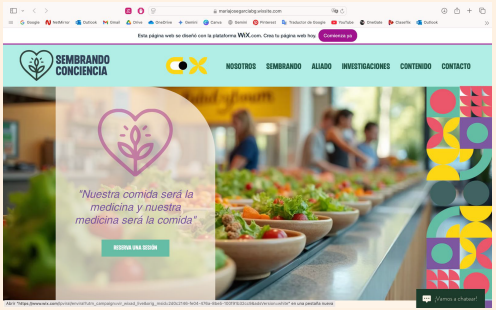


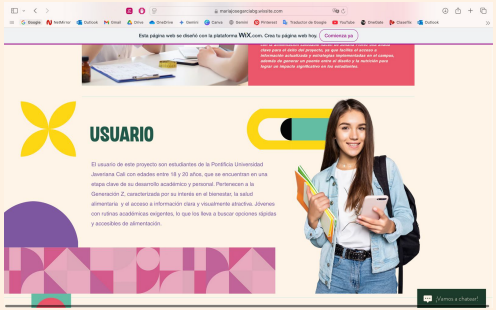
# PÓSTERS

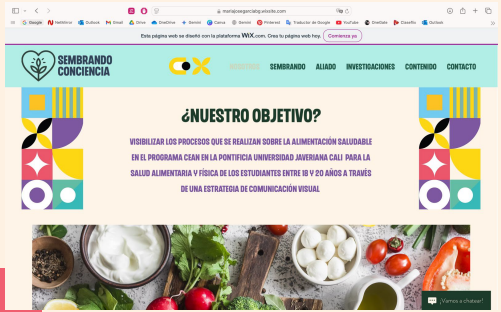


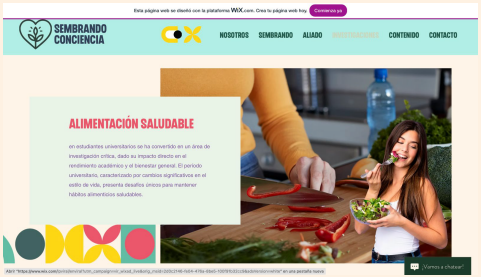


# PÁGINA WEB


SEMBRANDO CONCIENCIA
NOSOTROS
SEMBRANDO
ALIADO
INVESTIGACIONES
CONTENIDO
CONTACTO
"Nuestra comida será la medicina y nuestra medicina será la comida"
RESERVA UNA SESIÓN


USUARIO


SEMBRANDO CONCIENCIA
NOSOTROS
SEMBRANDO
ALIADO
INVESTIGACIONES
CONTENIDO
CONTACTO
¿NUESTRO OBJETIVO?
VISIBILIZAR LOS PROCESOS QUE SE REALIZAN SOBRE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN EL PROGRAMA CEAN EN LA PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA CALI PARA LA SALUD ALIMENTARIA Y FÍSICA DE LOS ESTUDIANTES ENTRE 18 Y 20 AÑOS A TRAVÉS DE UNA ESTRATEGIA DE COMUNICACIÓN VISUAL


SEMBRANDO CONCIENCIA
NOSOTROS
SEMBRANDO
ALIADO
INVESTIGACIONES
CONTENIDO
CONTACTO
ALIMENTACIÓN SALUDABLE

# FOCUS GROUP

Evaluar si las piezas transmiten de forma efectiva el mensaje de alimentación saludable.

Medir el nivel de conexión emocional de los estudiantes (18 a 20 años) con el estilo visual y los mensajes.

Obtener feedback directo sobre la claridad, atractivo y motivación que generan las piezas.





# VALIDACIÓN PRODUCTO

Participantes: 6 estudiantes de diferentes carreras de la Pontifficia Universidad
Javeriana Cali.

Objetivo: Evaluar las piezas gráficas identificando sus fortalezas, debilidades, percepciones de los estudiantes y el nivel de interacción que generan.

Apectos a evaluar:
- Claridad del mensaje
- Atractivo visual
- Relevancia del contenido
- Fortalezas y debilidades
- Recomendaciones para mejorar



# CONCLUSIONES

## Fortalezas

Conexión visual con la naturaleza:
El uso de verdes, azules y naranjas refuerza inmediatamente la idea de salud, vida y energía, conectando muy bien con el tema de alimentación saludable.

Estilo fresco y amigable:
Las tipografías, ilustraciones y colores que estás usando son cercanos a los estudiantes (no se sienten forzados ni institucionales).

## Reflexiones

- Logran transmitir positividad y motivación
- Se evidenció que la comunicación visual amigable genera mayor interés en temas de salud y alimentación que los mensajes informativos tradicionales.

# REFERENCIAS


- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. Organizational Behavior and Human Decision Processes, 50(2), 179-211.
- Burrows, T., Whatnall, M., & Hutchesson, M. J. (2017). Associations between Dietary Intake and Academic Achievement in Adolescents: A Systematic Review. Journal of School Health, 87(10), 741–749.
- Laska, M. N., Larson, N. I., Neumark-Sztainer, D., & Story, M. (2015). Does involvement in family meals predict young adults' dietary intakes and weight status? Findings from a 10-year longitudinal study. Journal of Nutrition Education and Behavior, 47(2), 118-125.
- Popkin, B. M., Hawkes, C., & Keyou Ge, K. (2012). China's nutrition transition: critical public health and policy implications. Annual Review of Public Health, 33, 47-71.