

**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PRIVADA
TOULOUSE LAUTREC**



**ALIMENTACIÓN NO SALUDABLE EN NIÑOS DE ENTRE 5 Y 12
AÑOS DE EDAD**

Trabajo de investigación para obtener el grado de Bachiller en
Dirección y Diseño Gráfico

AUTORES:

Alonso Gonzalo Olivos Olivera
(ORCID: 0000-0002-5800-4675)

Renato Paolo Serra Dávila
(ORCID: 0000-0001-9604-120X)

ASESOR:

César Augusto Oshiro Gusukuma
(ORCID: 0000-0002-4221-5232)

Lima-Perú

Mayo 2021

Resumen del Proyecto de Innovación

La investigación tuvo como objetivo determinar la razón por la cual los niños de 5 a 12 años no desean comer sanamente y sobre todo como solucionar este problema, beneficiando así a sus padres y a ellos mismos. En esta investigación se trabajó con 80 niños de 5 a 12 años divididos en cuatro grupos para así probar nuestra posible solución (servicio de comida rápida saludable familiar) al problema antes mencionado. Nuestro servicio incluye 4 opciones de menú, un juguete que representaba el principal alimento que consumía el niño y además el empaque incluía un código qr para que el niño tenga acceso a un juego virtual en el cual podría aprender más sobre los alimentos saludables, cabe resaltar que estos alimentos también fueron testeados por los padres, pues hay una teoría que indica que si los niños ven a sus padres consumir algo, ellos querrán imitarlos, lo cual facilita que lleguemos a nuestro objetivo. Los resultados fueron muy provechosos ya que el 90% de los niños mostraron curiosidad por la comida que se les dió y fueron muy pocos quienes sintieron un sabor diferente, pero a pesar de eso disfrutaron consumirlo y hasta dijeron que lo volverían a consumir, ya que fue de su agrado junto con el juego virtual y el juguete. Gracias a esto se concluyó que los niños del rango de edad estudiado pueden consumir alimentos saludables sin ningún problema, siempre y cuando tengan una presentación que conozcan, sea de su agrado e incluya algo divertido con lo que pueda distraerse y conocer más sobre lo que comen. Generando de este modo tranquilidad a los padres y comodidad a los niños.

TABLA DE CONTENIDO

Carátula, página 1	
Resumen del proyecto de innovación 2	
1. Contextualización del problema.....	6
2. Justificación.....	7
3. Reto de Innovación.....	8
4. Sustento teórico.....	10
4.1 Estudios previos.....	10
4.2 Marco teórico.....	11
5. Beneficiarios.....	15
6. Propuesta de valor.....	18
6.1 Propuesta de valor.....	18
6.2 Segmento de clientes.....	18
6.3 Canales.....	18
6.4 Relación con los clientes.....	19
6.5 Actividades clave.....	19
6.6 Recursos clave.....	19
6.7 Aliados clave.....	19
6.8 Fuentes de ingreso.....	19
6.9 Presupuesto.....	20
7. Resultados.....	20
8. Conclusiones.....	24
9. Bibliografía.....	25
10. Anexos.....	26

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. <i>¿Qué postres o dulces suelen comer tus niños?</i>	7
Figura 2. <i>¿Suelen comprar por Delivery?</i>	8
Figura 3. <i>¿Cada cuánto tiempo comen postres o dulces?</i>	8
Figura 4. <i>¿Qué características prefieres encontrar en un postre para tus hijos?</i>	8

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Ingresos por ventas y suscripciones anuales</i>	20
---	----

1. Contextualización del Problema

Diaz (2014) indicó que:

“La correcta nutrición es una situación de importancia para cualquier población, pero en especial para los niños en edad escolar, ya que ello le permitirá un correcto desarrollo somático y psicomotor, no obstante, se observa que no solo en los familiares sino también en profesionales de la salud una cierta falta de información sobre el tema, lo cual perjudica al correcto desarrollo del niño.” (p.18)

Mendoza et. al. (2016) indicaron que:

"La mala nutrición se define como la nutrición deficiente o desequilibrada a causa de una dieta pobre o excesiva; es uno de los factores que más contribuyen a la carga mundial de la morbilidad, pues más de una tercera parte de las enfermedades infantiles en todo el mundo se atribuyen a la desnutrición, donde la pobreza representa una de sus causas principales." (p.10)

Mendoza et. al. (2016) indicaron que:

"La mala nutrición en el crecimiento y en el desarrollo del niño puede traer consecuencias a su vida personal, profesional y social.

Los alimentos saludables brindan a las niñas, niños y adolescentes las proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas y minerales que necesitan para su crecimiento normal, también ayudan a mantener un peso normal y proporcionan energía para estudiar y jugar. Las niñas, niños y adolescentes

tienen un periodo de crecimiento continuado, si reciben aportes de energía y proteínas adecuados e incluyen en sus tiempos de comida, alimentos variados y en cantidades apropiadas es poco probable que tengan deficiencias nutricionales."

(p. 24)

Díaz (2014) indicó que:

“En el ámbito nacional actualmente la presencia de obesidad y sobrepeso en niños de 9 años ha tenido un incremento siendo el doble en 6 años, y casi el 20% de la población adolescente son obesos debido al consumo excesivo de productos manufacturados y con contenido de azúcares muy altos.” (p.13)

Díaz (2014) indicó que:

“Una alimentación saludable requiere de una ingesta variada de nutrientes que permitan al cuerpo un correcto funcionamiento del sistema. Los cuales son las proteínas, los carbohidratos, las grasas, el agua, las vitaminas y los minerales.” (p.12)

Dután (2019) indicó que:

“La nutrición es pertinente para el curso de la niñez, la familia y la escuela ya que este analiza los principios teóricos del desarrollo físico, cognitivo, social de la niñez. Es un factor que interviene en los cambios cognitivos de esta etapa.” (p.6)

2. Justificación

Consideramos que es importante tocar este tema ya que todos hemos tenido cierta interacción con niños que están mal alimentados y hemos podido ver las

consecuencias que esto tiene en sus vidas, como el no poder rendir bien en la escuela u otras actividades, del mismo modo pudimos ver lo complicado que es para los padres hacer que sus hijos coman de forma saludable. Recordemos que todo lo que puedan aprender a temprana edad podrían mantenerlo en su vida adulta.

3. Reto de innovación

Nuestro reto es ¿Cómo podríamos hacer que los niños entre 5 y 12 años tengan una alimentación más saludable? Para responder esto realizamos encuestas y entrevistas a madres de escolares para saber qué tipo de comida dan a sus hijos y con qué frecuencia se alimentan sanamente para tener una alimentación saludable. Descubrimos que las madres desean alimentar a sus hijos saludablemente pero a la vez los engrían interdiariamente con dulces y postres generando preocupación en su alimentación, además, las madres están acostumbradas a pedir delivery de comida entre semana. Con respecto a los niños, no aceptan de manera positiva alimentos saludables por su textura, sabor y aspecto físico, generando estrés y discusiones en la familia. Estas madres esperan que los niños coman algo saludable sin hacer problemas y que le agarren el gusto, mientras que los niños quieren que tenga buena apariencia y buen gusto en su paladar. Por eso, nuestro objetivo general es que haya una alimentación saludable en los niños. Nuestros objetivos específicos son que la comida tenga mejor gusto, apariencia y lograr que el niño reconozca el valor nutricional de la comida. Poder hacer que las mamás alimenten a sus hijos con comida saludable sin hacer trucos, gritos o estrés dentro del hogar.

Figura 1. ¿Qué postres o dulces suelen comer tus niños?

¿Qué postres o dulces suelen comer tus niños?

49 respuestas

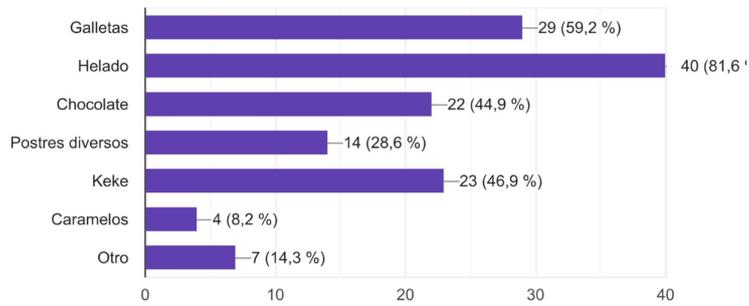


Figura 2. ¿Suelen comprar por Delivery?

¿Suelen comprar por delivery?

49 respuestas

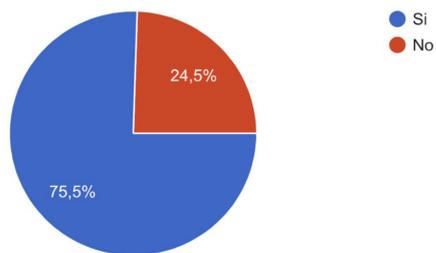


Figura 3. ¿Cada cuánto tiempo comen postres o dulces?

¿Cada cuánto tiempo comen postres o dulces?

49 respuestas

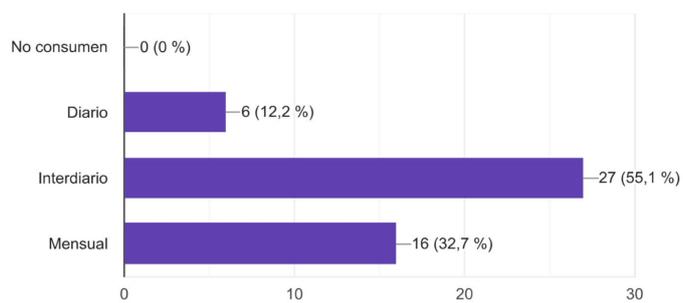


Figura 4. ¿Qué características prefieres encontrar en un postre para tus hijos??

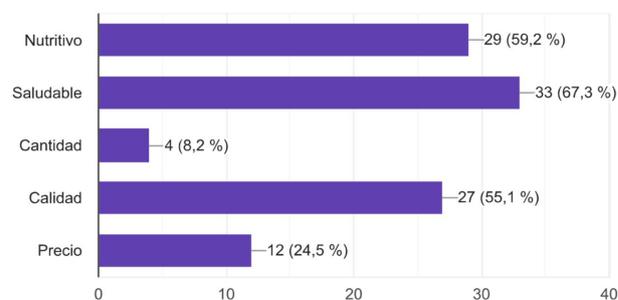
4. Sustento Teórico

a. Estudios previos

Díaz (2014), en su investigación menciona lo siguiente: “Educación

¿Qué características prefieres encontrar en un postre para tus hijos?

49 respuestas



comunitaria de enfermería en alimentación saludable y el estado nutricional en niños de 8-11 en la Institución Educativa “306” Chincha 2018.” Uno de los objetivos de esta tesis fue demostrar que una buena nutrición es importante para los niños, pues esto permitirá que tengan un mayor desarrollo somático y psicomotor. Este proyecto fue elegido porque demuestra la importancia de una buena alimentación en los menores y cuales pueden ser las consecuencias de no seguirla, vinculando así con nuestro proyecto sobre alimentación no balanceada en menores de edad.”

Minsa (2014) indicó en su investigación lo siguiente: “Módulo Educativo para la Promoción de la Alimentación y Nutrición Saludable dirigido al Personal de Salud.” El objetivo principal de este proyecto fue potenciar las competencias y habilidades del personal de salud para promover una alimentación y nutrición saludable

en escolares. Este proyecto fue elegido porque enseña a profesionales y a quién lo lea como debe estar conformada una dieta saludable en menores de edad, relacionándose con nuestro proyecto pues nosotros apuntamos a que los niños tengan una alimentación balanceada.”

Aquino da Silveria (2018) explica a continuación en su investigación “Motion graphics para concienciar sobre la importancia de una alimentación saludable en niños de 4 a 8 años de edad, basada en la ingesta de frutas y verduras”. Esta investigación tiene como finalidad incentivar el consumo de frutas y verduras desde edad temprana y crear una cultura alimentaria saludable con lo cual se podrá disminuir los índices de enfermedades causadas por una mala alimentación. Se eligió este proyecto ya que a través de un trabajo visual que está relacionado a nuestras carreras de estudio, se pudo mostrar y crear conciencia a padres de familia como a profesores de todos los beneficios que tiene una buena alimentación.

Egoavil (2017) indicó en su investigación lo siguiente: “Conocimiento de los padres sobre la alimentación en niños en edad escolar”. El objetivo principal de esta tesis es poder determinar si los padres de niños de 6 a 13 años saben alimentarlos adecuadamente y poder saber si su estado nutricional es el óptimo. Se escogió este proyecto porque guarda relación con nuestro problema principal el cual el origen de una mala alimentación en niños son los padres. Esta tesis pudo demostrar el valor del conocimiento de una buena alimentación en niños y los factores de riesgo de una mala alimentación.

Durà (2017) indicó en su investigación lo siguiente: “Neurogastronomía: la influencia del oído y la vista en el sabor”. La finalidad de esta investigación es el poder analizar la influencia de la vista en el sabor y estudiar cómo el sonido afecta al sabor del

plato. Se eligió este proyecto ya que es muy importante para el proyecto saber cómo el cerebro se estimula por los diferentes sentidos a la hora de crear el sabor y cómo las emociones y las expectativas influyen en nuestras decisiones sobre la comida.

b. Marco teórico

Quispe (2017) indicó que:

“Los hábitos alimentarios saludables incluyen comer una variedad de alimentos, comer en cantidades moderadas y consumir grasa, sal y azúcar solo en pocas cantidades. Nuestro cuerpo necesita 40 o más nutrientes para estar saludables y funcionar adecuadamente, algunos alimentos son ricos en algunos nutrientes, pero no hay un solo alimento que tenga todos los nutrientes que necesitamos.

Beneficios de una alimentación saludable:

- Tener energía durante todo el día.
- Conseguir las vitaminas y minerales que son necesarios.
- Proporcionar energía para realizar deporte y otras actividades.
- Mantener un peso que sea el mejor.
- Prevenir malos hábitos de alimentación.

Según esto podemos concluir que los niños deben consumir más de un tipo de alimento rico en nutrientes para que tengan un correcto desarrollo físico y psicomotor, relacionándose directamente con nuestro proyecto que busca alimentar bien a los menores de edad.” (p.23)

Diaz (2013) indicó que:

“El niño puede aprender a comportarse de forma agresiva porque lo imita de los padres, otros adultos o compañeros. Es lo que se llama aprendizaje

social cuando los padres castigan mediante violencia física o verbal se convierte para el niño en modelos de conductas agresivas. Cuando el niño vive rodeado de modelos agresivos, va adquiriendo un repertorio conductual caracterizado por una cierta tendencia a responder agresivamente a las situaciones conflictivas que pueden surgir con aquellos que le rodean.” Según esto los niños tienen la capacidad de imitar lo que ven en sus subordinados y familiares, lo cual indica que si ven a sus padres comer sano ellos también podrían hacerlo, esto se relaciona con nuestro proyecto, pues nosotros buscamos hacer que los niños tengan una alimentación más balanceada. (p.28)

Macancela (2018) indicó que:

“Muchas son las causas que en forma directa e indirecta contribuyen a la existencia de los problemas nutricionales. Entre estas se pueden indicar, como causas directas, el consumo de una dieta inadecuada y la presencia de infecciones que interfieren con la utilización adecuada de los nutrientes. Las causas indirectas están relacionadas estrechamente con el índice de pobreza e incluyen la insuficiente disponibilidad de alimentos en cantidad y calidad, inequidad en el acceso a los alimentos, conductas desfavorables de los miembros de la familia, en particular los prestadores de cuidados, las cuales redundan en prácticas inadecuadas de alimentación, falta de acceso y mala calidad de los servicios básicos, de salud, falta de información y educación pertinentes”.(p.35)

Durà - Castany (2017) indicó que:

“El término **Neurogastronomía** (el estudio del proceso cerebral de la percepción del sabor derivada de las expectativas que se tienen al comer o beber) fue acuñado por Gordon Shepherd, reconocido profesor en *Yale School of Medicine*. Esta nueva rama de estudio fue el foco de atención en la conferencia internacional de Lexington (Kentucky) el 7 de noviembre de 2015.

El doctor Shepherd sostuvo que el sabor de la comida puede variar manipulando las señales que recibe nuestro cerebro en lugar de cambiando la forma de cocinar. El estómago humano contiene alrededor de 100 millones de neuronas, y por tanto, el sistema digestivo es capaz de tomar sus propias decisiones” (p.15).

Durà - Castany (2017) también indicó lo siguiente:

“· **SABOR:** sumatorio del gusto más el aroma (olor que viaja de la boca hacia la nariz por la vía retronasal), más las sensaciones somatosensoriales (tácticas, térmicas y químicas que dan información sobre la consistencia, la temperatura, la sensación de sequedad, si duele, si refresca o si tiene un dejo metálico).

· **GUSTO:** detecta en nuestra boca 5 tipo de moléculas:

○ Salado (iones de Na + (en disolución): sal, nitratos, bicarbonatos, benzoatos, etc.

○ Dulce: glucosa, fructosa, etanol, glicerol, etc.

○ Ácido (concentración de H +): cítrico, acético, málico, láctico, etc.

- Amargo: taninos, flavonoides, terpenos, glicósidos y alcaloides, quinina, café, té, etc.
- “Umami”: asociado al glutamato monosódico y en general a los aminoácidos de las proteínas (receptor lingual específico, en mayor proporción dentro de la población oriental).” (p.15)

Aquino da Silveria (2018) indicó que:

“Motion graphics según su terminología en inglés lo define como gráficos en movimiento, es una técnica de animación gráfica con la cual se puede generar una ilusión de movimiento a través de imágenes, fotografías, videos, entre otros y combina el diseño gráfico con técnicas audiovisuales.” (Planet motion graphics, 2014)

Según la técnica a ser usada se puede decir que existen varios tipos de motion graphics.

- Tipografía Cinética: técnica en la cual se aplica texto en movimiento con voz en off.
- Kinetic-Motion Graphics, combina diseño gráfico y texto siempre acompañada por música.
- Stop Motion, combinación de fotografías que dan lugar al movimiento. (Medya-audiovisual, s.f.) (p.22)

Ubillus indicó (2020) indicó qué:

“La anemia por deficiencia de hierro es la causa con mayor prevalencia, pero es necesario mencionar que existen otras carencias nutricionales que condicionan el desarrollo de la anemia, como son la falta de vitamina A, vitamina B12, carencia de folatos. Además, existen otras etiologías que pueden afectar el ciclo de vida del eritrocito y su calidad, como son las

infecciones crónicas y agudas, las parasitosis, las enfermedades hereditarias o adquiridas (Kliegman, B, J, Schor, & Behrman, 2016).”
(p.32)

5. Beneficiarios

Matias es un estudiante de 10 años de 5to de primaria en Innova Schools, vive con sus padres y su hermano mayor, no le gusta la quinua, menestras y otros alimentos sanos porque siente un mal sabor, textura y aspecto. El almuerzo es un problema para él porque le dan comida que no le gusta y solo quisiera dejarla para jugar. Le gustan los nuggets y hamburguesas con papas. Las redes que usa más son Zoom para sus clases virtuales y conversar con sus abuelos. También usa Youtube para ver gameplays y cartoons. Dice que la comida sana le hace crecer grande y fuerte pero no le gusta porque sabe y se ve mal.

Los momentos previos al problema son cuando hace las compras de comida con sus padres y antes de las comidas del día. Los hechos principales son al pasar por los pasillos de dulces, cuando ve lo que comen sus padres y cuando mira a su hermano mayor consumir comida chatarra, gracias a esto él cree que todos los dulces son llamativos, cuando ve a sus papás y a su hermano comer siente que quiere imitarlos. Algunas de sus principales sensaciones son emoción por saber si comerá alguna golosina. Orgullo y euforia por alimentarse al igual que sus padres. Triste porque no le dan lo que quiere. Decepcionado porque no le gusta todo lo que sus padres comen y desilusión al ver que no come lo mismo que su hermano (comida chatarra).

El problema se presenta en el almuerzo, el recreo de sus clases online y cuando tiene algún antojo durante el día, en el almuerzo suele ver con desagrado la comida y durante el recreo o momentos libres busca algún snack o dulce que le pueda gustar, a

pesar de que sus padres le dicen que su almuerzo es bueno para él no desea comerlo, cuando le entregan un snack de su agrado, siente que quiere más pues tienen buen sabor y le quitan el hambre. Al comer se siente contento pues tiene hambre, pero se frustra al tener algo que no le gusta, intenta ser cauteloso para que sus padres no descubran que come lo que no debe, pero después de comerlo se siente bien pues se llena con algo que le gusta. Después de haber pasado por el problema algunos de los momentos principales son la actividad física, clases virtuales y la hora de jugar. En clases el niño está agotado y se duerme por tener una mala alimentación, durante las clases tiene esa ansiedad de comer comida chatarra. No tiene ganas de hacer actividad física y sigue pensando que la comida chatarra y dulces es lo que más le gusta. Se siente algo desanimado porque se cansa muy rápido, desganado por falta de energía y vergüenza por poder tener problemas de sobrepeso.

Maria es una contadora en G & P Media Brands, tiene un hijo de 10 años y debido a la coyuntura actual se reúne con su familia y amigos por videollamadas. Suele conectarse a Facebook e Instagram por su celular, laptop y tablet. Ella dice que una buena alimentación es fundamental para el desarrollo de los niños.

Los hechos previos al problema suelen ser en la preparación de las comidas diarias del niño y cuando el pueda estar teniendo un berrinche por querer comida chatarra, en estos momentos la madre suele consentir a su hijo dándole lo que quiere, intenta darle comida sana, pero él la rechaza y ella sabe que una buena alimentación en su hijo es prioridad, lo cual hace que tenga cierta preocupación e incomodidad al darle comida poco saludable. Ella se sentiría más tranquila y orgullosa si su niño comiera alimentos sanos con ganas y gusto, pero está nerviosa porque sabe que lo que su hijo come no es lo mejor,

rechaza la comida sana y además sabe que podría tener que llevarlo al hospital de imprevisto en algún momento por esto.

Los momentos en los que pasa por el problema son el desayuno, la celebración del cumpleaños de su hijo y un día de paseo en el parque, en estos momentos trata de servir un desayuno sano, en el supermercado suele buscar comida chatarra y golosinas mientras que en los parques compra helados y otros snacks, a pesar de querer darle una buena alimentación no soporta tener discusiones con su hijo o aguantar un berrinche y es por eso que cede a sus gustos a sabiendas de que es algo malo, pero aún así siente cierto estrés y frustración.

Después del problema tenemos el inicio de las clases virtuales, la preparación de un postre casero en casa y al niño ya durmiendo por la noche, mientras el niño se encuentra en clases, la mamá prepara la merienda, suele buscar postres sanos en internet y al final del día se va a descansar agotada, después de esto ella siente que podría consentir a sus niños con dulces nutritivos, que una buena alimentación es prioridad y por eso debe aprender más del tema y siempre espera que su hijo se coma todo sin problemas, algunas de las emociones que siente son entusiasmo, alivio y felicidad por saber que darle a su niño, pero aún siente preocupación por no saber si su hijo comerá la comida, vergüenza por haber ignorado tanto tiempo el tema de una buena alimentación y cierto estrés por saber que los problemas pueden repetirse todos los días porque no hay un hábito de comer sanamente.

6. Propuesta de Valor

Explicación del Lienzo del Modelo de Negocio elaborado en los siguientes puntos:

a. Propuesta de valor

"Comer saludable nunca fue tan fácil"

b. Segmento de clientes

Arquetipo de cliente: Padres de niños entre 5 a 12 años con problemas de alimentación o que quieran fomentar la buena alimentación a sus niños.

Arquetipo de consumidor: Niños entre 5 y 12 años con problemas de alimentación saludable.

c. Canales

- Instagram
- Facebook
- Venta física de nuestro producto/servicio en los domicilios de nuestros clientes.

d. Relación con los clientes

- Gamificación
- Entrega de juguete relacionado al combo que se consume
- Suscripción mensual: Consiste en 1 combo de niño + 1 combo de adulto por semana a 200 soles (se está considerando 4 semanas = 1 mes), el precio por esta cantidad de combos deberían ser 276 soles

e. Actividades clave

- Comercialización de comida saludable
- Logística
- Preparación de comida saludable
- Concientizar acerca de la buena alimentación
- Mantenimiento de la Plataforma

f. Recursos clave

- Insumos para elaborar comida
- Insumos para elaborar packaging

- Servicio de Delivery
- Proveedor de Internet
- Servicio de electricidad y agua

g. Aliados clave

- Padres de niños de entre 5 y 12 años de edad.
- Niños de entre 5 y 12 años de edad.
- Nutricionistas.
- Proveedores de insumos.

h. Fuentes de ingresos

Por cada venta de nuestro producto, en la siguiente tablita detallamos la cantidad de ventas mensuales y suscripciones que estimamos realizar

Tabla 1. *Ingresos por ventas y suscripciones anuales*

Rubro/Mes	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Setiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
Combos niños	260,00	460,00	660,00	860,00	1.060,00	1.260,00	1.460,00	1.660,00	1.860,00	2.060,00	2.260,00	2.460,00
Combos adultos	160,00	360,00	560,00	760,00	960,00	1.160,00	1.360,00	1.560,00	1.760,00	1.960,00	2.160,00	2.360,00
Suscripción mensual	30,00	40,00	50,00	60,00	70,00	80,00	90,00	100,00	110,00	120,00	130,00	140,00
Precio Unitario Combo niños	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00
Precio Unitario Combo adultos	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00
Precio suscripción	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
Ingreso total	19.460,00	34.660,00	49.860,00	65.060,00	80.260,00	95.460,00	110.660,00	125.860,00	141.060,00	156.260,00	171.460,00	186.660,00

Ventas al día	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Setiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
Combos niños	9	15	22	29	35	42	49	55	62	69	75	82
Combos adultos	5	12	19	25	32	39	45	52	59	65	72	79
suscripción unica	1	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	4

i. Presupuestos

- Insumos para elaborar comida (variable)
- Insumos para elaborar packaging (variable)
- Servicio de Delivery (Fijo)
- Publicidad en redes sociales (variable)
- Community manager (variable)
- Diseñador gráfico (variable)
- Servicios básicos (fijo)

7. **Resultados**

Nuestro Blueprint inicia cuando el cliente se encuentra con un ad de nuestro negocio en las redes sociales (Facebook e Instagram) gracias a nuestra campaña pagada, ella da un click al botón de enviar un whatsapp a nuestra central, le envíamos un mensaje de bienvenida y se le cuenta sobre el servicio, después de esto ella lee el mensaje dado por nuestro bot, le pedimos su nombre y dirección, una vez conseguidos esos datos, se le pregunta que desea ordenar mientras le mostramos nuestra carta. Ella escoge su combo y el bot da una respuesta indicando el total que debe cancelarse más el costo de delivery para luego solicitarle al cliente que confirme su compra. Seguidamente el cliente confirma la compra y el bot le consulta cuál será su método de pago (Yape o POS), después el cliente hace un seguimiento de su pedido y se emite la comanda del pedido confirmada (hasta este punto toda la interacción se dió por medio de Whatsapp Business). Luego de esto el cliente inicia la espera de su pedido, mientras nuestra área de cocina recibe la orden del pedido y empieza a prepararlo. Al tenerlo listo los alimentos los colocamos en los empaques correspondientes colocando los stickers de seguridad, el pedido pasa por el proceso de desinfección. El encargado de delivery recepciona los alimentos y lleva al pedido al cliente, al llegar al domicilio del cliente se le indica a este que su pedido ya llegó, luego de esto el repartidor prepara el pedido para ser entregado con los protocolos de prevención del COVID-19, el cliente recibe el pedido en la puerta de su domicilio mientras que el repartidor lo saluda cordialmente como es lo habitual. El cliente abre su pedido y confirma que todo esté completo y en orden. Una vez que el pedido ya está en

la mesa del hogar, el niño abre los empaques y se emocionan con el juguete encontrado. Mientras el niño come observa juguete y juega con el. Al terminar la comida su mamá escanea con su teléfono móvil el código QR que se encuentra en el empaque del combo del niño, éste la redirige al juego interactivo, el niño resuelve la trivía del juego y adquiere conocimientos sobre la importancia y beneficios de la comida saludable, después de una hora el cliente recibe un mensaje en el que se le pide que llene una encuesta de satisfacción, ella resuelve la encuesta y finalmente la madre se siente tranquila pues ha visto que con nuestro servicio no hubieron problemas para que el niño consuma comida saludable. Después de la experiencia le recomendamos a la madre adquirir nuestra suscripción mensual.

Para la validación de nuestro proyecto trabajamos con 80 niños entre 5 y 12 años, a los cuales los dividimos en grupos de 4 (20 niños por grupo) para que cada grupo probará uno de los 4 menús y nos dieran sus apreciaciones sobre estos.

De la muestra de 20 niños que probaron el combo 1 (Jugo de naranja, wrap de garbanzos con guacamole, yucas fritas y mousse de fresa) fueron 16 niños los que sintieron agradable el sabor del wrap de garbanzos y sintieron que comían algo a base de carne, mientras que el resto sí se dió cuenta que comía algo distinto pero no presentó queja alguna (gusto), ninguno presentó problemas al tomar el jugo de naranja pues todos le sintieron buen sabor (sabor), mientras que al comer el pudín de chía y cacao fueron 15 los niños los que sintieron un sabor muy parecido al chocolate ya que el cacao es componente del chocolate y el resto de niños sintió un poco el sabor de la chía pero no les molestaba mucho sentirla.

De la muestra de 20 niños que probaron el combo 2 (Limonada con menta, wrap de quinua, lechuga, tomate, camote frito, papas nativas fritas con forma de cara feliz, cupcake de manzana) el comentario de los 20 niños fue que el sabor de la comida fue agradable al igual que la bebida indicaron que la sintieron muy refrescante, aunque a 8 niños de ellos le pareció que la porción servida era muy grande, 6 de ellos agregaron que le gustaría acompañar con alguna crema como ketchup, mayonesa o tártara. Todos los niños no tuvieron problemas al comer. Al terminar de comer se les preguntó a los 20 niños si podían identificar los ingredientes de lo que acababan de comer, ninguno pudo reconocer la quinua como ingrediente, lo cual les sorprendió. A los 20 niños les agrado el diseño del empaque.

De la muestra de 20 niños que probaron el combo 3 (Jugo de arándanos, camotes fritos al vapor, nuggets de lentejas y un keke de plátano con chia), 14 niños fueron quienes comentaron que los nuggets tenían un sabor a carne o pollo y que la textura que tenían era agradable al paladar, como si estuvieran comiendo algo a base de carne, el resto si les pareció sentir el sabor a lenteja, a la hora de probar los camotes no hubo problema con ningún niños pues todos sintieron el sabor dulce y la textura crujiente y les agradó, a la hora de probar el jugo tampoco hubieron problemas con el sabor ya que todos sintieron un sabor dulce al tomarlo salvo 4 niños que comentaron que sintieron “pepitas” en el jugo y eso les desagradó un poco, por último al probar el keke de plátano y chía no hubieron quejas referente a esto pues todos sintieron un sabor agradable.

De la muestra de 20 niños que probaron el combo 4 (spaghetti con salsa pomarola y albóndigas de arvejas, cheesecake de fresas y avena, jugo de naranja), 16 niños preguntaron de qué estaba hecho el combo a lo que sus padres respondieron que estaba hecho de los mismos ingredientes que sus platos. Al momento de terminar el combo, 14

niños volvieron a preguntar de qué estaba hecho su plato. Cuando sus padres les respondieron atinaron a decir que estaba rico y volverían a repetirlo. Además, se les preguntó especialmente si les había gustado las albóndigas de arveja y los niños respondieron que pensaban que estaba hecho de carne o pollo, que el sabor era muy similar y el aspecto de la albóndiga los confundió. El resto de niños (6) respondieron que sí habían notado que no es carne pero que de todas maneras estaba rico. De los 20 niños cuando les preguntaron qué tal les pareció todo el combo, todos respondieron que estuvo rico, les agradó su sabor, les llamó la atención el aspecto divertido de las albóndigas y que volverían a repetir el plato. Sobre todo la presentación en la que fue puesta el combo fue un factor importante para impresionar a los niños y relacionen la “caja feliz” con otros productos de comida rápida hechas a base de carne animal y chatarra.

8. Conclusiones

Los 80 niños realizaron la validación junto con sus padres, de esta manera damos pie a lo ya mencionado anteriormente, en que los hábitos alimenticios del niño también son productos del ejemplo de los hábitos de alimentación de los padres.

40 de los niños mientras comían lo hacían con un dispositivo móvil o ipad en la mano lo cual es un hallazgo que justifica el uso de nuestra propuesta de gaming.

Después de realizar la validación con los niños ofreciéndoles los alimentos saludables (quinoa, garbanzo, lenteja y arveja), pudimos ver que sí se consiguió que tengan un mejor aspecto, textura y sabor, gracias a esto comprobamos que no hubo estrés por parte de las madres para que los niños consumieran estos alimentos saludables. A todos niños se les presentó un juego que está basado en un laberinto donde tienen que guiar a los personajes principales (quinoa, garbanzo, lenteja y arveja) que también son los mismos presentados

en la caja y juguetes. De esta forma aprenden a identificar los beneficios de cada uno. Cuando probaron el juego, 16 niños se emocionaron al tener uno de los personajes en su mano (juguete). Hubo buena aceptación del juego por parte de los 20 niños. Los padres mencionaron que estaban contentos por haber encontrado una forma increíblemente divertida para darles comida saludable a sus hijos. Además, todo comenzó con la presentación novedosa del empaque ya que esta fue la primera interacción con los niños. Al momento de presentarles el empaque dedujeron que sería una comida deliciosa ya que lo asemejan con una “cajita feliz”. Sus colores y formas llamativas impresas en el packaging fueron la clave principal para que los niños pudieran prestarle total atención al combo que viene incluido. Los personajes principales que también vienen impresos en el empaque tuvieron un rol importante ya que los niños después de terminar la comida y saber de qué estaba hecha, empezaron a asemejarse con cada alimento saludable (quinoa, garbanzo, lenteja y arveja).

9. Bibliografía

Aquino da Silveria, A. C. (2018). *Motion graphics para concienciar sobre la importancia de una alimentación saludable en niños de 4 a 8 años de edad, basada en la ingesta de frutas y verduras* (Bachelor's thesis, Quito: Universidad de las Américas, 2018).

Diaz Rodriguez, J. E. D. (2019). Educación comunitaria de enfermería en alimentación saludable y el estado nutricional en niños de 8-11 en la Institución Educativa “306” Chincha 2018.

Durà-Castany, M. (2017). *Neurogastronomía: la influencia del oído y la vista en el sabor* (Master's thesis).

Dután Chimborazo, M. M. (2019). *Estado nutricional y desarrollo escolar en niños de 5 a 12 años* (Bachelor's thesis, Jipijapa-UNESUM).

Hurtado, C., Mejía, C., Mejía, F., Arango, C., Chavarriaga, L., & Grisales, H. (2016). Malnutrition by excess and deficiency in children and adolescents, Antioquia 2015. *Fac. Nac. Salud Pública*, 35(1), 58-70.

Minsa, (2014). Módulo Educativo para la Promoción de la Alimentación y Nutrición Saludable dirigido al Personal de Salud. (p. 12)

Quispe Huanchi, M. I. (2018). Relación de los hábitos alimentarios y actividad física en niños de 2° a 5° primaria con el sobrepeso y obesidad, en la Institución Educativa Primaria Independencia Nacional 70025 de la ciudad de Puno-2017.

Reyes, D., & Zenina, M. (2013). Estilos de crianza y su relación con las conductas agresivas de los niños de la IE 30073 Yauyo-Chupaca.

Ubillus Romero, M. (2020). Perfil Epidemiológico y de laboratorio de la Anemia en pacientes del Servicio de Pediatría del Hospital de Chancay. 2016-2019.

10. Anexos

Plantilla de Costo:

Ítem \ Año	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Setiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
Luz												
Facturación de luz al año	S/200,00	S/200,00	S/200,00	S/200,00								
Agua												
Facturación de agua al año	S/150,00	S/150,00	S/150,00	S/150,00								
Duo Teléfono - Wifi												
Costo	S/210,00	S/210,00	S/210,00	S/210,00								
Gasto servicios basicos	S/560,00	S/560,00	S/560,00	S/560,00								

VENTAS

Rubro/Mes	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Setiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
Combos niños	260,00	460,00	660,00	860,00	1.060,00	1.260,00	1.460,00	1.660,00	1.860,00	2.060,00	2.260,00	2.460,00
Combos adultos	160,00	360,00	560,00	760,00	960,00	1.160,00	1.360,00	1.560,00	1.760,00	1.960,00	2.160,00	2.360,00
Suscripción mensual	30,00	40,00	50,00	60,00	70,00	80,00	90,00	100,00	110,00	120,00	130,00	140,00
Precio Unitario Combo niños	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00	29,00
Precio Unitario Combo adultos	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00	37,00
Precio suscripción	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00
Ingreso total	19.460,00	34.660,00	49.860,00	65.060,00	80.260,00	95.460,00	110.660,00	125.860,00	141.060,00	156.260,00	171.460,00	186.660,00

Ventas al día	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Setiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
Combos niños	9	15	22	29	35	42	49	55	62	69	75	82
Combos adultos	5	12	19	25	32	39	45	52	59	65	72	79
suscripción unica	1	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	4

RESULTADOS.

	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio
Ventas	S/. 19.460,00	S/. 34.660,00	S/. 49.860,00	S/. 65.060,00	S/. 80.260,00	S/. 95.460,00
Costos Fijos	S/. 22.010,00	S/. 22.010,00	S/. 22.010,00	S/. 22.010,00	S/. 22.010,00	S/. 22.010,00
Costos Variables	S/. 12.823,58	S/. 20.087,90	S/. 27.352,22	S/. 34.616,54	S/. 41.880,86	S/. 49.145,18
Utilidad	S/. -15.373,58	S/. -7.437,90	S/. 497,78	S/. 8.433,46	S/. 16.369,14	S/. 24.304,82
Margen	-79%	-21%	1%	13%	20%	25%

Redes:



Juego:



