

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DEL LITORAL

Facultad de Arte, diseño y Comunicación Audiovisual

Producción de contenido audiovisual sobre alimentos que ayuden a mejorar el sistema inmunológico de los niños.

PROYECTO INTEGRADOR

Previo la obtención del Título de:

Nombre de la titulación

Licenciatura en Producción para Medios Comunicación

Presentado por:

Johnny César Cajas Jaramillo

GUAYAQUIL - ECUADOR

Año: 2020

DEDICATORIA

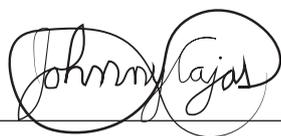
El presente proyecto se lo dedico a mis padres, mis hermanos y a mi novia que me apoyaron constantemente y lograron que creyera que todo lo que estaba haciendo era posible. A la Escuela Superior Politécnica del Litoral por darme la oportunidad de formarme como profesional y persona.

AGRADECIMIENTOS

Mi más sincero agradecimiento a todos los profesores que me instruyeron a través de todo mi proceso académico, a mi familia que me ayudó a salir adelante durante todos los procesos del proyecto y a no rendirme ante las adversidades. Todo con el fin de verme cumplir mis objetivos.

DECLARACIÓN EXPRESA

“Los derechos de titularidad y explotación, me corresponde conforme al reglamento de propiedad intelectual de la institución; *Johnny César Cajas Jaramillo* y doy mi consentimiento para que la ESPOL realice la comunicación pública de la obra por cualquier medio con el fin de promover la consulta, difusión y uso público de la producción intelectual”

A handwritten signature in black ink, reading "Johnny Cajas", written over a horizontal line. The signature is stylized and cursive.

Firma

EVALUADORES



MSc.Omar Rodriguez
PROFESOR DE LA MATERIA

MSc. José Daniel Santibáñez
PROFESOR TUTOR

RESUMEN

El presente proyecto consiste en realizar 4 piezas audiovisuales sobre alimentos que contribuyan al mejoramiento del sistema inmunológico para por medio de esto, incentivar a mejorar la salud en los más jóvenes. En primer lugar, se analizó el contexto social que rodea la situación nutricional y salubre de los niños del país. A partir de esto se fue definiendo las pautas a considerar para armar la estructura narrativa, la selección de los platos y alimentos que se realizó basándose en los debidos estudios nutricionales y el análisis de cuál es el canal adecuado para transmitir el mensaje al público objetivo. Con esto se logró llegar mediante las redes sociales *Instagram* y *Facebook* a un gran número de espectadores, donde se consiguió una buena tasa de aceptación basándonos en comentarios y referencias. Además, se corroboró que todos los procesos de investigación que se realizaron fueron de alta utilidad para la creación de los audiovisuales. Finalmente, se reveló que el contenido audiovisual es una buena herramienta para sintetizar y transmitir un mensaje, debido a su capacidad de exposición y a su fácil posibilidad de difusión. Pero, hay que tomar en cuenta que no se posee un total control de a qué grupo se dirige el contenido.

Palabras clave: sistema inmunológico, público objetivo, audiovisuales, nutrición, redes sociales.

ABSTRACT

The current project consists of produce 4 videos about food that contributes to the improvement of the immune system for through this, encourage to improve the health of the youngest. First, the social context surrounding the nutritional and health situation of the country's children was analyzed. The guidelines under consideration were defined to build the narrative structure. The choice of recipes and foods that was made based on the nutritional studies and the investigation of which was the correct channel to communicate the idea to the target audience. With this, it was possible to reach a large number of viewers through the social networks Instagram and Facebook, where a good acceptance rate was achieved based on comments and references. Also, it was confirmed that all the research processes that were carried out were highly useful for the creation of educational videos. Finally, it was revealed that audiovisual content is a good tool to synthesize and transmit a message, due to its exposure capacity and its easy possibility of diffusion. But, you should keep in mind that you don't have a real control of which group your content is targeting.

Keywords: *immune system, target audience, audiovisuals, nutrition, social networks.*

ÍNDICE GENERAL

EVALUADORES	5
RESUMEN.....	6
ABSTRACT	7
CAPÍTULO 1	10
1. INTRODUCCIÓN.....	10
1.1. Descripción del problema.....	10
1.2. Justificación del problema	12
1.3. Objetivos	12
1.3.1. Objetivo General.....	12
1.3.2. Objetivos Específicos	12
1.4. Marco Teórico.....	13
1.4.1. Contenido Audiovisual en la Educación Infantil.....	13
1.4.2. Importancia de las redes sociales como medio de difusión educativo-informativo	13
1.4.3. Interacción de los jóvenes con las redes sociales.....	14
1.4.4. <i>Storytelling</i> audiovisual como herramienta de interacción educativa infantil	16
1.4.5. <i>Stop Motion</i> como técnica de animación educativa	17
1.4.6. Impacto de las deficiencias en el sistema inmunológico en niños.	18
1.4.7. Problemas malnutrición y desnutrición infantil en Ecuador	20
1.4.8. Alimentos que ayudan al sistema inmunológico	20
CAPÍTULO 2	22
2. METODOLOGÍA	22
2.1. Preproducción	22
2.1.1. Investigación situación nutricional de Ecuador	22
2.1.2. Investigación sobre sistema inmunológico y alimentos	23
2.1.3. Discurso audiovisual acorde a un público infantil.....	24
2.1.4. Planificación de producción y atrezzo	25
2.1.5. Técnicas <i>Stop Motion</i> y Adecuación de espacio de trabajo	25
2.2. Producción	26
2.2.1. Grabación de locución.....	26
2.2.2. Flujo de trabajo con Software	26
2.2.3. Escenas con uso de <i>Chroma Key</i>	27
2.2.4. Escenas con uso de fondos de colores	27
2.2.5. Tiempos de producción por capítulo	27
2.3. Postproducción.....	28
2.3.1. Montaje a video.....	28
2.3.2. Animación <i>motion graphics</i>	28
2.2.3. Construcción de Banda Sonora	29
2.2.4. Corrección de Color y Etalonaje	29
2.2.5. Correcciones y Render final	29
2.4. Difusión	30
CAPÍTULO 3	31
3. RESULTADOS Y ANÁLISIS.....	31
3.1. Relevancia del contenido audiovisual en medios digitales como herramienta educativa.....	31

3.2. <i>Storytelling</i> y estética audiovisual enfocado a un público infantil.....	32
3.3. Investigación sobre la salud de los niños en el Ecuador	33
3.4. Estudio del sistema inmunológico y su importancia en la salud infantil.	33
3.5. Estudio sobre alimentación adecuada para el fortalecimiento del sistema inmunológico	34
3.6. Análisis de costos del proyecto audiovisual	34
CAPÍTULO 4	36
4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	36
4.1. Conclusiones	36
4.1.1. Fortalezas	36
4.1.2. Debilidades.....	37
4.2. Recomendaciones	37
4.2.1. Factibilidad y concreción.....	37
4.2.2. Aspectos a mejorar	38
4.2.3. Posibilidades de expansión.....	38
BIBLIOGRAFÍA.....	40
APÉNDICES.....	42

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Usuarios de internet y redes sociales en Ecuador.....	14
Tabla 2. Participación de jóvenes en las redes sociales más populares en Ecuador	16

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1. Usuarios de redes sociales en Ecuador	15
Ilustración 2. Contagios COVID-19 en Ecuador	19
Ilustración 3. Contagios COVID-19 en España.....	19

CAPÍTULO 1

1. INTRODUCCIÓN

Dentro de este proyecto se planteará la importancia de que los niños se alimenten correctamente para tener un sistema inmunológico sano. Se brindará información relevante de cuáles alimentos son los más indicados para fortalecer dicho sistema y las características que les permite ser considerados tan determinantes a la hora de evitar enfermedades.

Todo lo anterior será expuesto, considerando la realidad política, social y económica que atraviesa el Ecuador, debido al declive económico surgido del paro nacional de octubre del 2019 y la emergencia sanitaria del COVID-19 del 2020. Por lo tanto, todas las alternativas y soluciones que se exhibirán en el proyecto estarán acorde al contexto nacional.

El método por el que se busca exponer el contenido es con la elaboración de cuatro piezas audiovisuales, de aproximadamente un minuto de duración. Estas piezas tendrán como temática, distintos platillos saludables y económicos donde se desglosarán los alimentos más importantes que ayuden al desarrollo del sistema inmunológico. Se les añadirá información del valor nutricional de cada uno de ellos, para motivar su consumo. Estos videos serán difundidos a través de las redes sociales de *Crianza Respetuosa Ecuador*, un medio de alcance, con un grupo objetivo similar al planteado en el proyecto.

1.1. Descripción del problema

Dentro de la idiosincrasia ecuatoriana, los temas relacionados a la buena alimentación no son comunes. Debido a la pandemia del COVID-19, las temáticas de alimentación y salubridad han tenido mucha más trascendencia que antes. Las personas se muestran mucho más interesadas en saber qué necesitan para protegerse ante los distintos tipos de infecciones que pudieran contraer. Ante esta incógnita, muchos buscan soluciones efectivas.

Para poder definir un poco más el problema, tomaremos como referencia la situación del COVID-19 en el país. Según estadísticas planteadas por el Ministerio de Salud Pública del Ecuador, el porcentaje promedio de niños menores de 14 años contagiados con COVID-19 es mucho mayor a lo que se presentan en países europeos, como España. (Ministerio de Salud Pública del Ecuador, 2019)

Basados en esta información, podemos considerar la posibilidad de que estos números sean el resultado de una comunidad joven menos preparada para afrontar este tipo de situaciones de salubridad. Los niños ecuatorianos son más propensos a contraer enfermedades infecciosas que los jóvenes de otros países.

A la hora de buscar razones de por qué suceden estos casos, muchas veces el factor económico termina siendo la causa determinante. El Programa Mundial de Alimentos de Ecuador señala que el costo promedio de una alimentación rica en nutrientes es de aproximadamente USD 8,60 diarios, mientras que la de una dieta poco saludable es de USD 2,50 diarios. Esto ocasiona que muchas familias ecuatorianas priorizan ahorrar dinero y consumen productos con bajo valor nutricional. (Primicias, 2019)

Para enfrentar estos serios problemas, ya existen actualmente muchos grupos que buscan difundir información para instruir a la gente sobre métodos para mejorar su alimentación de manera efectiva. A pesar de sus intentos, muchas veces esta información no llega a los usuarios de la manera deseada. Una de las causas recurrentes es que no optan por un canal adecuado que se ajuste a nuestras épocas y costumbres. La otra razón se puede asociar al formato presentado. Para mucha gente, este tipo de información puede resultar tediosa y poco atractiva. En consecuencia, es necesario exponer el contenido con un formato visualmente atractivo, que se ajuste a las técnicas modernas de difusión.

1.2. Justificación del problema

La relevancia de este proyecto es informar y generar un mensaje positivo sobre nutrición y buena alimentación para los niños. En los tiempos de emergencia sanitaria que se han vivido, es importante que la comunidad esté al tanto de maneras adecuadas de alimentarse. Mientras más información de valor exista sobre temas de alimentación sana, más probable será que los datos alcancen a los receptores deseados, y que influyan, poco a poco, en ellos.

Es innegable que en los tiempos actuales las redes sociales son el canal más efectivo para la propagación de contenido. Según la plataforma de estadísticas de *social media*, Estado Digital Ecuador 2020, existe un promedio de 13,8 millones de usuarios de plataformas sociales, lo que representa el 80,8% de la población nacional. Considerando esto, muchos grupos han buscado transmitir la información por redes sociales. (Mentinno, 2020)

Información sobre alimentación saludable para niños ya existe en redes sociales. El problema es que el formato con el que se propaga estos conocimientos no suele ser del interés de los niños. Por eso, se busca brindar más alternativas mediante la creación de piezas audiovisuales que capten la atención, tanto de niños como de padres.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo General

Generar conciencia, mediante piezas audiovisuales informativas, sobre alimentación sana y económica para mejorar el sistema inmunológico de los niños.

1.3.2. Objetivos Específicos

1. Maximizar el interés de los niños sobre temáticas de nutrición, mediante el contenido generado.
2. Transferir piezas audiovisuales al grupo *Crianza Respetuosa Ecuador* para contribuir en la expansión de su contenido de valor.

3. Recomendar a los espectadores opciones de platos y alimentos saludables de costos moderados.

1.4. Marco Teórico

1.4.1. Contenido Audiovisual en la Educación Infantil

La exposición del producto audiovisual ha logrado una notable evolución en el último siglo. La expansión del internet a ser un servicio al alcance de la mayoría de personas, junto a la tecnología *smartphone*, ha logrado que este contenido sea fácilmente (diferente fuente) accesible a todo público. Los niños y adolescentes han crecido ya dentro de este mundo digital y globalizado por lo que ellos suelen percibir este tipo de formatos modernos como algo mucho más natural que otras generaciones. A esta nueva generación se los denomina nativos digitales. (Marc Prensky, 2004)

La primera vez que fue usado este término fue por parte de *Marc Prensky* en su ensayo del 2004 “La muerte del mando y del control”. En este texto se dice que:

“Los jóvenes de hoy constituyen la primera generación formada en los nuevos avances tecnológicos, a los que se han acostumbrado por inmersión al encontrarse, desde siempre, rodeados de ordenadores, vídeos y videojuegos, música digital, telefonía móvil y otros entretenimientos y herramientas afines”. (Marc Prensky, 2004)

Se alega también que estos cambios de paradigma han provocado que los niños piensen y procesen la información que le es dada de una manera diferente. El contenido ya no llega a los jóvenes mediante charlas y textos, sienten apatía por los contenidos extensos y repetitivos. Actualmente, la manera en que visualizan la información es ágil e inmediata. (Marc Prensky, 2004)

1.4.2. Importancia de las redes sociales como medio de difusión educativo-informativo

Al pasar el tiempo, la tecnología sigue avanzando. El contacto y la difusión se manifiesta a través de mecanismos digitales, como algo atemporal. Actualmente, el

uso de las redes sociales no se limita únicamente a un medio de ocio o de interacción social. Se las utiliza como medio de difusión de contenido informativo y educacional. Expertos en el área de la educación aseguran que los medios sociales “promueven el trabajo colaborativo, incrementan la motivación y el rendimiento académico, aumentan y diversifican el conocimiento y mejoran la retención de lo aprendido”. (Chávez, 2015 p.86)

Según el portal *Internet World Stats*, en 2012, en el Ecuador existía un promedio de 4,9 millones de usuarios de internet cuando se tenía una población cercana a los 15,47 millones de personas. Actualmente de acuerdo con el portal web de estadísticas Estado Digital Ecuador 2020, en el país existen un aproximado de 13,8 millones de usuarios de internet, de los cuales 13 millones poseen cuentas en alguna red social. Esto representa que un 76,11% de la población ecuatoriana ya se expuesto al fenómeno del *social media*. Podemos estimar que, entre-2012 y 2020, ha existido un incremento aproximado del 350% en usuarios de redes sociales en el Ecuador. Esto es un claro reflejo de la importancia de la internet y los medios sociales en la vida del ecuatoriano promedio. (Mentinno, 2020)

Tabla 1. Usuarios de internet y redes sociales en Ecuador

Año	Población	Usuarios de Internet	Usuarios de redes sociales	Promedio de usuarios de Internet	Promedio de usuarios de Internet que poseen redes sociales
2012	15,470,000	4,900,000	1,081,000	31,67%	22,06%
2020	17,080,000	13,800,000	13,000,000	80,80%	76,11%

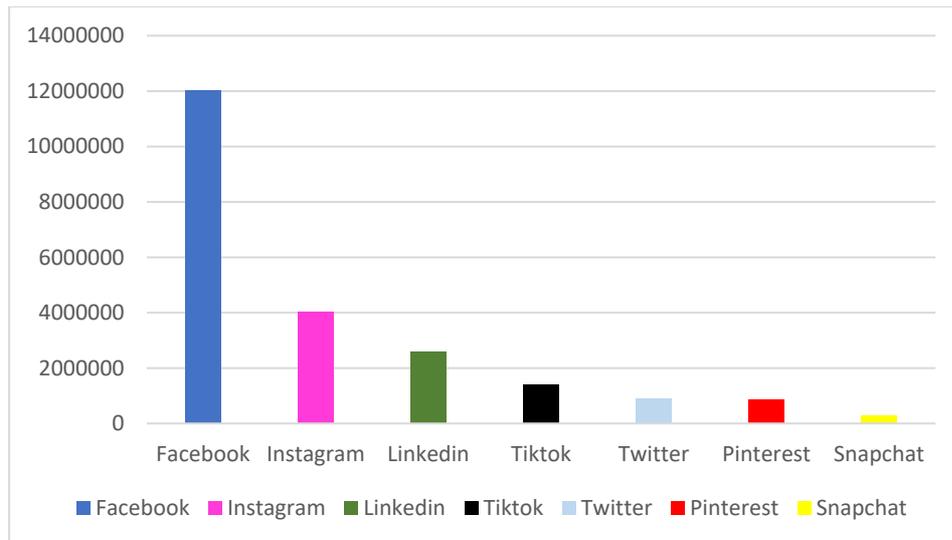
Fuente: Internet World Stats, Estado Digital Ecuador 2020 Elaboración: Johnny Cajas Jaramillo

1.4.3. Interacción de los jóvenes con las redes sociales

Los jóvenes de esta generación son nativos digitales, por lo que ellos encuentran cierta naturalidad en la interacción con estos entornos. A pesar de que siempre ha existido cierta polémica en relación a la participación de niños y jóvenes en redes sociales, debido a los problemas de seguridad y privacidad, es innegable que en

Ecuador cada año la curva de usuarios menores de edad en redes sociales va en aumento. Basándonos en datos otorgados por el portal informativo *Primicias.ec*, las redes sociales más usadas dentro del país son *Facebook*, *Instagram* y *Linkedin*. (Primicias, 2019)

Ilustración 1. Usuarios de redes sociales en Ecuador



Fuente: Primicias, Estado Digital Ecuador 2020

Dentro de este conjunto de redes sociales, *Facebook* se muestra como la más fuerte, con una participación mayor de 12 millones de usuarios. De ahí le sigue *Instagram*, con una cifra cercana a los 4 millones. Si focalizamos y nos fijamos exclusivamente en un público de niños y adolescentes, encontramos que en *Facebook* existe un total de 990 mil usuarios, de una edad entre 13 a 17 años; esto equivale a un 8,22% de los usuarios de *Facebook*. Por otro lado, en *Instagram* encontramos que hay 2,4 millones con una edad entre 11 y 16; esto representa el 67,16% de usuarios. El contenido que se encuentra en *Instagram* es mucho más visual y sofisticado de lo que se suele encontrar en *Facebook*, una plataforma con un enfoque más general. *Instagram* se relaciona más con públicos verticales, con gustos y aficiones con los que se pueden formar comunidades. Por lo que no es inusual que los jóvenes se sientan atraídos por contenido dirigido a sus intereses personales, que les permite interactuar con personas de aficiones similares. (Primicias, 2019)

Tabla 2. Participación de jóvenes en las redes sociales más populares en Ecuador

Red Social	Edades	Usuarios Totales	Usuarios por rango de edad	Porcentaje de usuarios con relación a su rango de edad
Facebook	13-17 años	12,040,000	990,000	8,22%
Instagram	11-16 años	4,020,000	2,400,000	67,16%

Fuente: Primicias, Estado Digital Ecuador 2020 2020 Elaboración: Johnny Cajas Jaramillo

A pesar de lo antes expuesto, tanto *Facebook* como *Instagram* son dos medios con la capacidad de transmitir información de manera efectiva a los jóvenes. Tomando en cuenta esto, es necesario después de decidir el canal por el que se transmitirá la información de valor, entender que existen maneras efectivas de generar contenido aprovechando todo el potencial que ofrecen las redes sociales. (Natalia Cancellor-Maicas, 2015)

1.4.4. *Storytelling* audiovisual como herramienta de interacción educativa infantil

El *storytelling* no es un concepto nuevo ya que surge desde los orígenes básicos de la narrativa. Se lo puede encontrar en relatos de la antigua Grecia o en las fábulas, ya que ambos trabajan en función del mismo fin: transmitir un mensaje que perdure. El objetivo del *storytelling* es lograr una conexión emocional con el espectador, que transmita valores, utilizando distintas técnicas narrativas. “Si no comunicas con historias, no comunicas. Puesto que los humanos tratamos las informaciones bajo una forma narrativa”. (Salmón, 2008)

A partir de los años 90 el *storytelling* se empieza a implementar en empresas de comunicación como una técnica de marketing para aplicarse en el ámbito empresarial, periodístico o político. Se volvió un recurso invaluable como técnica en la creación de una imagen de marca. Encontramos casos como el de *Apple*, *Google*, *Starbucks*, *Samsung* o *Renault* que han utilizado este recurso en múltiples campañas de imagen de marca con el mismo fin de crear vínculos fuertes con los usuarios. (Salmón, 2008)

Centrándonos en su potencial como método de transmisión de contenido educativo, el *storytelling* es un arma con una gran capacidad didáctica, con la que se busca usar las capacidades del relato como recurso educativo. Existen canales, como Instagram, que poseen una enorme aceptación entre los jóvenes, quienes pasan una gran parte del día consumiendo contenido que les resulte interesante. Tomando en cuenta esto, es válido considerar a las redes sociales como una alternativa viable para transmitir un mensaje al público juvenil. (María del Mar Sánchez, Isabel María Solano y Salomé Recio; 2020)

El recurso audiovisual del video, que conjuga imagen, texto y sonido, tiene gran poder de pregnancia en los jóvenes por su potencial como narrador digital y difusión viral. Se considera una herramienta capaz de enriquecer la estructura de cualquier *storytelling*. Por lo tanto, la participación de ambas suelen designarla como un *storytelling* digital. (María del Mar Sánchez, Isabel María Solano y Salomé Recio; 2020)

1.4.5. Stop motion como técnica de animación educativa

El *stop motion* es una técnica de animación que consiste en realizar una sucesión de imágenes estáticas y construir, fotograma por fotograma, una ilusión de movimiento con estructura narrativa, mediante la manipulación de la escena. Durante este proceso, es importante tomar en cuenta aspectos como la composición, el ritmo y el tiempo. El funcionamiento de esta técnica se basa en la teoría de la persistencia de la visión. Existen distintos tipos de animaciones *stop motion*, que pueden ser en volumen (objetos no articulados), plastimación o *claymation* (plastilina), *Cut out* (recortes) o Pixilación (personas). Los primeros indicios de esta técnica se encuentran en el cine del soviético: Ladislav Starewicz, con sus trabajos con insectos reales y en el trabajo del cineasta francés Georges Méliès, en muchas de sus obras. (Barry Purves, 2010)

A la hora de interactuar con los niños, el punto fuerte del *stop motion* es su capacidad de sorpresa. Esta técnica destaca por sus movimientos irregulares e impredecibles, lo que les resulta misterioso y novedoso. Además, se puede lograr escenas muy expresivas que les resulta muchas veces atractivas a los jóvenes. Por eso, la mayoría

de las producciones en *stop motion* son dirigidas para un público mayoritariamente infantil. Los profesionales en el área de la animación *stop motion* consideran que “La capacidad de sorprender a los espectadores con pequeños detalles y las opciones de manipular la realidad de nuestros personajes son los puntos más agradables a la hora de trabajar en nuestro oficio”. (Barry Purves, 2010)

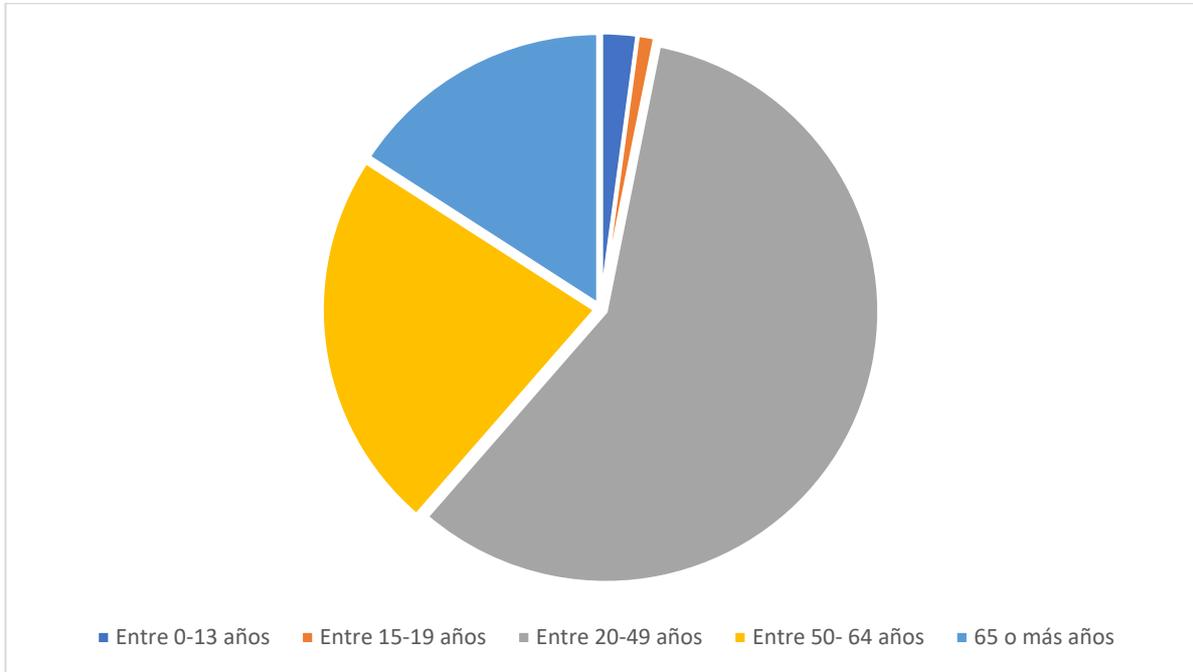
1.4.6. Impacto de las deficiencias en el sistema inmunológico en niños.

El sistema inmunológico es el encargado de proteger el cuerpo a la hora de enfrentar enfermedades infecciosas como neumonía, VIH, Hepatitis, Dengue, algunos tipos de cáncer, COVID-19, entre otras. Este sistema está conformado por un conjunto de células sanguíneas llamadas glóbulos blancos que nacen de la médula ósea. Está conformado por diferentes tipos de células especializadas, por ejemplo: (neutrófilos, macrófagos, linfocitos, dendríticas) que cumplen funciones puntuales que, en conjunto, se complementan para poder realizar la misión de proteger el organismo. Para poder darle un correcto “mantenimiento” a este sistema, es importante mantener una buena alimentación, caso contrario se desarrollarán inconvenientes en su funcionamiento, que pueden ser peligrosos. (Tomoko Ishikawa, 2008)

El paso de la pandemia del COVID-19 en el Ecuador ha provocado una interesante estadística como un fiel reflejo de los problemas en el cuidado del sistema inmunológico en niños. Según el Ministerio de Salud Pública del Ecuador, el porcentaje promedio de niños menores de 14 años contagiados con COVID-19 ha variado entre 1,8% a 2,3 % del total de contagiados entre abril y junio de 2020. (El Expreso, 2020)

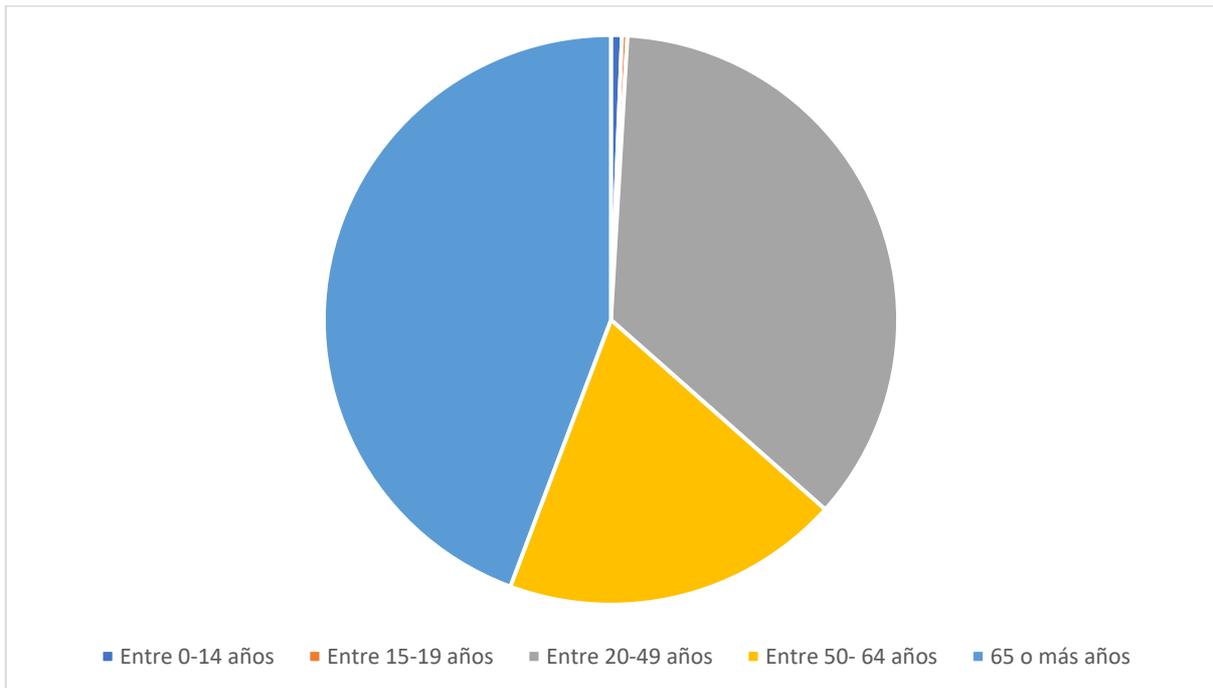
Estas cifras pueden parecer bajas en primera instancia, pero si se compara con las cifras de otros países, el panorama cambia. Por ejemplo, en España, país que también ha sido duramente golpeado por la expansión del virus, el promedio de niños infectados es de solo el 0,5 % del total de contagiados, de acuerdo al reporte del Ministerio de Sanidad de España publicado por diario El País. Se puede considerar, entonces, que las repercusiones en la salud de los niños, comparándolas con las del país europeo, son más altas en el Ecuador. (RTVE.es, 2020)

Ilustración 2. Contagios COVID-19 en Ecuador



Fuente: Ministerio de Salud Pública del Ecuador

Ilustración 3. Contagios COVID-19 en España



Fuente: Ministerio de Salud Pública de España

1.4.7. Problemas malnutrición y desnutrición infantil en Ecuador

Ecuador es un país que sufre serios problemas de obesidad, producto de una mala alimentación tanto en niños como en adultos. La falta de cultura alimenticia ha provocado serios estragos en el desarrollo físico y mental de muchos niños. Según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) desarrollada por el Instituto Nacional de Estadística y Censos en 2018, en Ecuador, 35 de cada 100 niños de 5 a 11 años tienen sobrepeso y obesidad. Esto se debe a la mala dieta que es cimentada en los niños desde muy pequeños. Esto provoca que cuando estos se desarrollen y se vuelvan adultos, presenten problemas de salud que muy probablemente afecten sus vidas. (ENSANUT, 2018)

La desnutrición es uno de los problemas más preocupantes que enfrenta el país. Basándonos en la misma Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT), el 23% de los niños en el país sufre desnutrición crónica, que termina ocasionando graves problemas en su crecimiento y salud. La causa principal es la extrema pobreza que enfrenta el pueblo que les priva de alimentos que les otorgue una buena nutrición. Otra posible causa es el abandono que sufren muchos niños, debido al descuido de los padres, que posteriormente afecta su desarrollo. (ENSANUT, 2018)

1.4.8. Alimentos que ayudan al sistema inmunológico

Comer es una de las actividades favoritas del ser humano, pero la comida no solo cumple un papel de diversión o placer; es importante como un mecanismo para otorgar al organismo los nutrientes necesarios para poder funcionar correctamente. El sistema inmune está conformado por una gran variedad de células que cumplen funciones específicas, por lo que es necesario mantenerlas sanas; cada una de ellas es un engranaje que permite que todo el sistema trabaje eficientemente. (Tomoko Ishikawa, 2008)

La alimentación es primordial, es una forma de sintetizar moléculas específicas. Los anticuerpos que son producidos por los linfocitos B están conformados por aminoácidos y la manera más efectiva de nutrir estos anticuerpos es con proteínas

ricas en aminoácidos que vienen en determinadas comidas. Otra forma de cómo la alimentación beneficia al sistema inmunológico es que ciertos alimentos incentivan la producción de sustancias que ayudan a combatir las infecciones. Por ejemplo, la vitamina C (que se puede encontrar en los cítricos) aumenta la producción del interferón que es una proteína que impide la entrada de bacterias peligrosas. (Tomoko Ishikawa, 2008)

Es importante también encontrar formas de liberar la mucosidad de las vías respiratorias, porque son campos de cultivo de bacterias y virus. Una forma de lograr esto es mediante el consumo vasto de líquidos. Se recomienda, por lo menos, 2 litros diarios. También hay que incrementar el consumo de vitamina E que se puede encontrar en aceites, vegetales, verduras, y frutas; esto ayuda a mejorar la respuesta inmunológica especialmente de las personas inmunodeprimidas. Al escoger los comestibles que se mostrarán es importante considerar la clasificación NOVA de alimentos, mientras menos procesado sea el producto alimenticio mejor es para la salud de los usuarios. (Dr. Gerry Cajas, 2020)

Los flavonoides son alimentos potenciadores de la vitamina C, por lo que se recomienda su consumo. Se encuentran en la col, verduras, ciertos cítricos, bayas y frutos rojos. El Complejo B y el ácido fólico son otros puntos para tener en cuenta. Su déficit puede provocar un deceso de vitaminas que afectarían el desempeño de los linfocitos; esto representa una disminución en la producción de anticuerpos. Tener niveles de selenio adecuados también es importante, ya que un bajo nivel puede afectar el rendimiento de las células inmunitarias; este se encuentra en carnes, mariscos, cereales, huevos, frutas y verduras. Para finalizar alimentos con hierro y zinc repercuten en la multiplicación celular y la respuesta inmunológica. (Dr. Gerry Cajas, 2020)

CAPÍTULO 2

2. METODOLOGÍA

Durante este último año las personas han acumulado un mayor interés en mantener sano su cuerpo, para evitar contraer enfermedades como el COVID-19 que pueden atentarse contra su vida. Encontramos en los niños un grupo que es necesario cuidar para evitar que estas circunstancias afecten su desarrollo intelectual y físico. Debido a esto, ha surgido la necesidad de encontrar métodos de mejorar la alimentación de la población ecuatoriana infantil para poder optimizar el funcionamiento del sistema inmunológico y mejorar su respuesta ante los distintos patógenos que estos puedan contraer.

El método con el cual se busca llegar tanto a niños como a padres es a través de piezas audiovisuales educativas. Este contenido está centrado en una temática de alimentos que poseen determinadas características que ayudan a reforzar el sistema inmune. Será distribuido a través de redes sociales con la intención de que el contenido posea una alta difusión y que el mensaje llegue al público objetivo.

La metodología de este proyecto se subdividirá en las diferentes etapas que conlleva cualquier proyecto audiovisual; preproducción, producción, postproducción y difusión. La preproducción se relaciona al desarrollo de la idea audiovisual antes de su ejecución, esto implica todo el proceso de investigación y planificación al realizar un proyecto audiovisual. La producción es la ejecución de la idea. Efectuar lo planificado y aplicar todo lo investigado. La postproducción es un proceso en el cual se une todo lo que se realizó con anterioridad para obtener el producto. La difusión es el medio por el cual el resultado final llegará al público al cual se apunta.

2.1. Preproducción

2.1.1. Investigación situación nutricional de Ecuador

Antes de comenzar todo proceso fue necesario contextualizar las razones por la que el proyecto debe ejecutarse y determinar al grupo que se dirigió el mensaje.

Basándonos en información recopilada por el Ministerio de Salud del Ecuador y la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) del 2018 se pudo determinar que en Ecuador existe un grado alto de desnutrición en cierto sector y obesidad o malnutrición en otro. En general, malas costumbres alimenticias que afectan el desarrollo de los niños.

Al querer precisar las causas por las que esto ocurra, el *Programa Mundial de Alimentos de Ecuador* apunta a la alta inversión que significa el consumo de alimentos considerados adecuados para una dieta saludable. Debido a los problemas económicos que han afectado al país en este último año se consideró importante tomar en cuenta estas condiciones. Por lo que se decidió, que a la hora de escoger los alimentos con los que se ejecutó la idea del proyecto, se apunte a una selección de variantes económicas para brindar opciones factibles que estén acorde a la realidad nacional.

2.1.2. Investigación sobre sistema inmunológico y alimentos

Al ya contextualizar y desarrollar las razones por las cuales surge la necesidad del proyecto, era el momento de adquirir conocimientos sobre las temáticas a exponer. Para obtener esta información se usó el recurso de la investigación basado en documentos y las entrevistas con profesionales del área del de nutrición.

Para empezar, se buscó entender el funcionamiento del sistema inmunológico, ya que se consideró primordial para poder entender más sobre como este sistema se relaciona con los alimentos y de esta forma interpretar de manera acertada la información que se iba adquirir en un futuro. Estas referencias se consiguieron a través del libro de Tomoko Ishikawa 'Los misterios del sistema inmunitario, cómo protege nuestro cuerpo', traducido al español por la Sociedad Española de Inmunología (SEI).

En cuanto a la información sobre los alimentos y sus características se recurrió a la supervisión de un experto en el área de nutrición. El Dr. Gerry Cajas Locke aportó datos indispensables sobre lo que hay que considerar a la hora de seleccionar un

producto comestible en específico. Recomendó que al escoger un alimento debo tomar en cuenta su clasificación en el sistema NOVA, considerando que estos productos sean los menos procesados posibles. También aconsejó basar todos los platos en una proteína añadiéndole alimentos complementarios para mostrar recetas con una estructura equilibrada.

Al final, tomando en cuenta toda la información adquirida, se seleccionaron los cuatro platos: sopa de pollo, ensalada de frutas, tortilla de huevo y wrap de lechuga con atún. Todos estos platos poseen una distribución de alimentos equilibrada e ingredientes accesibles para cualquier persona que desee adquirirlos.

2.1.3. Discurso audiovisual acorde a un público infantil

Un factor a tomar en cuenta fue el tipo de producción y formato que se iba a utilizar al elaborar el proyecto audiovisual. Este debía basarse en un estilo visual que resulte atractiva para los espectadores jóvenes, para mantener su interés. La elección inicial fue la elaboración de cápsulas de animación *motion graphics*. Pero posteriormente, con la intención de aumentar el interés con recursos visuales que puedan llamar la atención de los espectadores, se decidió implementar en los audiovisuales una variante de la animación tradicional, el *stop motion*. En cuanto al formato, tenía que ser algo sencillo de interpretar y que sea amigable con el público infantil. Se optó por un formato de capítulos con una temática inicial de platillos, que posteriormente, se expanda a información de los alimentos que conforman estas recetas. De esta manera se busca educar con información de valor tanto a niños como a adultos.

Otro factor a considerar fue la dirección de arte de las cápsulas. Se prefirió brindarle un estilo minimalista donde el principal foco de atención este fijado en los alimentos y la información referente a cada uno de ellos. Para los escenarios se usaron fondos con colores vibrantes, siempre considerando la sociología del color para construir armonías cromáticas, relacionando el fondo con el elemento en escena. Se buscaron colores que sean atractivos para los niños, como los colores primarios. También fue necesario escoger la fuente tipográfica con la que se trabajaría los *motion graphics*. Si es dirigida a niños es preferible el manejo de fuentes de palo seco con una estructura redondeada, ya que este tipo de letras son más legibles y más fácil de

interpretar. Al final se terminó escogiendo la familia tipográfica Gotham, ya que cumplía los requisitos antes establecidos.

2.1.4. Planificación de producción y atrezo

Al realizar ya una selección de los platos y definir las temáticas, era hora de planificar el proceso de producción y adquirir todos elementos necesarios para la ejecución del trabajo. Lo primero fue hacer una lista con todos los elementos comestibles que se necesitaban. También los accesorios de cocina, tanto los que salieron a escena como los que no lo hicieron. Se realizó una lista técnica de elementos necesarios. Estos incluían equipos de grabación, iluminación, fondos y accesorios de producción (cintas, pinzas, pedestales).

Al ya adquirir todos los elementos deseados era momento de realizar los guiones de producción. Se trabajaron con 3 tipos de guías: el guion técnico, guion literario y *storyboard*. Al trabajar de esta manera se esperó tener un mejor control de los tiempos y composición de trabajo, para facilitar el proceso de postproducción. Fue necesario también organizar fechas de producción para poder tener un flujo de trabajo más ordenado con la intención de aumentar la eficiencia.

2.1.5. Técnicas *Stop Motion* y adecuación de espacio de trabajo

Esta técnica se ha usado durante mucho tiempo como una variante técnica de las producciones animadas convencionales. Al realizarlo de la manera correcta consigues un estilo visual muy llamativa que no se podría adquirir con la grabación de video habitual. Destaca también por ser un método audiovisual más artesanal, con menos intervención del trabajo digital. A pesar de su interesante estilo actualmente es menos común visualizarlo en grandes producciones, debido a que su complejo proceso hace que sea más costoso y lento que la animación digital. No obstante, aún tiene un fuerte mercado como recurso audiovisual, especialmente en las producciones publicitarias.

Debido a su complejidad fue necesario instruirse sobre el tema para ganar conocimientos sobre cómo trabajarlo de una forma adecuada. Para su estudio se tomó bases del libro *Stop Motion: Passion, Process and Performance* de Barry Purves, un

reconocido animador *stop motion*. También se adquirieron referencias visuales y conocimientos de animadores como Edu Puertas y Kevin Perry. Se aprendió el proceso, los elementos básicos necesarios para trabajarlo y conocimientos teóricos fundamentales como los 12 principios de la animación.

Fue preciso revisar de lo que se disponía para trabajar en el proyecto, en caso de no tenerlo fue necesario adquirirlo. Para empezar, fue preciso tener a disposición una cámara digital de cualquier tipo, con esto tomaremos los fotogramas para moldear la narrativa a nuestro antojo. Para poder tener un mayor control y comodidad fue necesario armar un espacio de trabajo específico para poder desenvolverse adecuadamente y obtener mejores resultados. Se construyó el espacio considerando tener a la mano un monitor para previsualizar lo que se está trabajando. Obtener un espacio de desenvolvimiento físico accesible a la hora de realizar la captura del fotograma y modificar el plano fue vital. También se consideró que el espacio donde se trabajó debía permitir tener total control en la iluminación de la escena, por lo que se buscó bloquear cualquier tipo de filtración de luz natural. De esta manera se trabajaría únicamente con luz artificial para obtener consistencia de luz. Todo esto para evitar las posibles complicaciones y reducir la probabilidad de errores.

2.2. Producción

2.2.1. Grabación de locución

Antes de comenzar la elaboración de los audiovisuales, según lo planificado, era momento de grabar las locuciones basándonos en lo escrito en el guion literario. Se definió incluir una voz femenina; debido a que, dentro de las opciones existentes, esta se acercaba más a lo que se necesitaba en el proyecto. Se cuidó que la voz mantenga un constante tono alegre y divertido que se acomode a las necesidades establecidas.

2.2.2. Flujo de trabajo con Software

Al ya tener todo preparado se empezó el rodaje del proyecto. Se organizó el espacio de trabajo de acuerdo a la planificación. Se ubicó la cámara en el plano deseado y se la conectó directamente a la computadora. Para facilitar el proceso de producción se usaron

en conjunto los softwares *Canon EOS Utility* y *Lightroom Classic*. El primero fue usado como intermediario para usar la pantalla de la computadora como monitor externo de la cámara y el segundo como un sistema para almacenar las fotos directamente en la computadora, permitir verificar la calidad de las fotos finales y de realizar previsualizaciones de los avances de la escena.

2.2.3. Escenas con uso de *Chroma Key*

Al ser las primeras escenas de proyecto un trabajo de croma, se acomodó una iluminación de 3 puntos, considerando iluminar el croma verde de una forma adecuada para reducir la carga en postproducción. Fue importante, al trabajar con comida, tomar precauciones para que los fondos no se ensucien; los productos alimenticios usados tienden a ensuciar fácilmente casi cualquier material. Era necesario también tomar en cuenta el tipo de producto con el que se estaba trabajando. Por ejemplo, si poseía algún elemento con color verde (muy común en vegetales) se tenía que usar un croma que no sea verde (normalmente se usa el azul como variante). En caso de no poseer ningún elemento verde se podía trabajar tranquilamente con un croma verde.

2.2.4. Escenas con uso de fondos de colores

Al terminar la parte del proyecto donde intervenía el croma se prosiguió a las escenas donde se usaron fondos reales. Debido a que ya no era tan determinante tener un control de la iluminación en el fondo se optó por utilizar un esquema de iluminación enfocado más en el protagonista, el alimento, para que logre resaltar más en la escena. Además, se transformó en algo mucho más determinante el cuidado del fondo, debido a que en el proceso de postproducción es más complicado limpiar un fondo real que un fondo croma.

2.2.5 Tiempos de producción por capítulo

El proceso de una producción *stop motion* puede llegar a ser bastante extenso. El realizar la escena de cada alimento, que tuviera una duración aproximada de 8 a 10 segundos de video, puede llegar a tomar entre 3 a 4 horas grabar cada uno de estos. Por lo que, en un escenario real, el tiempo de producción de cada video fue de un

promedio de 3 días. Entonces si se trabajaron 4 videos el tiempo de producción fue de aproximadamente 12 días en total.

2.3. Postproducción

2.3.1. Montaje a video

Al ya tener todas las capturas fotográficas, se puede pasar a la postproducción del proyecto. Primero se exportó las fotos con el software *Lightroom Classic*, transformándolas del formato *raw* a *jpg*. Estas fotos finales, se las importó a Adobe Premier donde se empezó el montaje.

Ya en *Adobe Premier* se creó una secuencia con un *framerate* de 24 fotogramas por segundo. Según esta referencia de fotogramas; se fue manipulando las escenas de acuerdo con el ritmo planificado. Se usaron 1, 2 o 3 fotogramas por foto dependiendo de la velocidad que se le quería brindar a la acción en determinadas situaciones. Al armar cada escena individualmente y sentirse conforme con el resultado, tanto en el acople de tiempos como estéticamente, se unen todas estas escenas, acorde a la locución y a los tiempos ya estipulados en el guion técnico y literario. Fue necesario ajustar todo conforme a lo planeado para no tener problemas con las siguientes etapas de postproducción.

2.3.2. Animación *motion graphics*

Se realizó el proceso de incluir al video *motion graphics*, donde se añadieron animaciones y textos para potenciar la estética y el mensaje del audiovisual. Se utilizaron animaciones minimalistas con los fines de primero, facilitar el entendimiento de ciertos datos que podían resultar un poco más complejos para los niños y segundo, potenciar los movimientos en escena para brindarles más fuerza y dinamismo.

Al usar tipografía se consideró que estén ubicadas en puntos donde se complementen con el contenido y no obstruyan la visualización de la acción. La fuente que se iba a aplicar en los videos tenía que ser legible para todo público, pero sin que resulte tan plana o aburrida que desencaje con el propósito del audiovisual. Se las trabajó dentro del proyecto de una manera simple y efectiva trabajando siempre al ritmo del video.

2.2.3. Construcción de Banda Sonora

La banda sonora se trabajó a través de 3 “capas”: la locución, la música y los efectos de sonidos. La locución se trató en el software *Logic Pro X* para mejorar la calidad sonora y acomodarla según los tiempos y diálogos establecidos. Todo esto para finalmente ser añadidos en el audiovisual acorde a lo que se planificó en el guion. La música que se empleó en los audiovisuales se consiguió a través de bancos de música libre encontrados por la red. Se buscó música alegre y enérgica que encaje con lo que se intentaba mostrar en pantalla. Finalmente, los efectos de sonidos se consiguieron a través de dos fuentes; bancos de sonidos online para los efectos más genéricos, y otros grabados y postprocesados de manera autónoma para situaciones más específicas.

2.2.4. Corrección de Color y Etalonaje

Este proceso, a diferencia de un proyecto de video tradicional, se trabajó en su mayoría en el apartado de revelado de *Adobe Lightroom*. Se hizo esto para aprovechar el hecho de que se trabajó con fotografías en formato *raw*. De esta manera se manipuló archivos sin compresión, que permitió un control más amplio de la corrección de color y el etalonaje. Al realizar las ediciones de color se intentó dar a la comida una apariencia vibrante, pero con un aspecto natural, debido a que al trabajar con alimentos resulta más conveniente.

2.2.5. Correcciones y Render final

Fue necesario revisar los videos y considerar cualquier ajuste que sea pertinente, tanto sonoro como visual, hasta que cumplió las expectativas deseados en todos los ámbitos. Al ya tener todo armado y colocado donde debería estar, acorde a lo planificado, se realizó la exportación final de los archivos. Como fue un producto dirigido para redes sociales se debió tomar en cuenta las características necesarias para subir videos a estos medios, con la intención de conservar la mayor calidad posible.

2.4. Difusión

Finalmente, al ya haber culminado todos los procesos de producción y ya tener los renderizados finales del proyecto, es preciso difundirlos para poder transmitir el mensaje del proyecto al grupo objetivo deseado. Como ya se tenía planificado el proyecto se mostrará a través de las redes sociales utilizando como intermediario la página *Crianza Respetuosa Ecuador*. Se mostró como una miniserie la cuál presentó un capítulo cada 3 o 4 días.

CAPÍTULO 3

3. RESULTADOS Y ANÁLISIS

Al culminar todos los procesos de producción audiovisual dentro del proyecto y obtener el producto final deseado, es momento de retroalimentar y tomar en cuenta los resultados obtenidos. Es primordial analizar si todos los conocimientos adquiridos, tanto prácticos como teóricos, tuvieron la relevancia esperada en los procesos del proyecto. Por lo que, a continuación, haremos un desglose cualitativo de todos los factores que intervinieron en el desarrollo y examinaremos si lograron ser beneficios o no influenciaron de la manera deseado en el resultado final. Se tomó en cuenta diferentes puntos que se consideraron relevantes para la concesión del producto final y se examinó cada uno en sus determinados espacios.

3.1. Relevancia del contenido audiovisual en medios digitales como herramienta educativa

Antes de comenzar se analizó, en base al tema de nutrición y alimentación sana, cuál era el canal más de acorde a las necesidades del proyecto. Al erigirse el video como principal recurso de exposición de las temáticas era necesario buscar un medio actual en el cual los jóvenes interactúen y se sientan cómodos, por los que se optó en base a lo investigado escoger las redes sociales como punto de apoyo y difusión del contenido elaborado. Debido a la influencia de los medios digitales en nuestra cotidianidad era necesario tener conocimientos sobre cómo obtener, mediante al formato de video, un resultado efectivo focalizando con el grupo objetivo que son los niños, a pesar de que también se buscaba llegar a padres.

Todos estos estudios de cifras y estadísticas sobre la participación en redes sociales de usuarios en Ecuador, recopilados por diferentes fuentes fueron de utilidad para llegar a determinar cuáles son los medios digitales más influyentes en el público joven. Tomando esto como base se concluyó que Instagram y Facebook son las dos redes con mayor flujo juvenil, por lo que fueron los medios que se escogieron para exhibir

los videos. Fue necesario tomar en consideración el crecimiento de la influencia de las redes sociales en el país para estimar, en un futuro, la proyección que podría tener este tipo de contenido como un medio educativo, capaz de transmitir un mensaje positivo a un público específico.

3.2. *Storytelling* y estética audiovisual enfocado a un público infantil

Para atraer públicos segmentados, con ciertas características determinadas, es importante conocer que factores influyen de manera más efectiva para atraer su interés. En este caso en especial se apuntó a un público joven, por lo que era necesario tomar en cuenta esto antes de efectuar cualquier decisión en la estructura audiovisual. En base al proceso investigativo que se realizó, se tomó como referencia productos multimedia con características similares a la idea planteada.

Basado en esas referencias se consideró usar animación, una herramienta efectiva para llegar a los más jóvenes. Pero, para generar un mayor impacto, el proyecto se dirigió a un tipo de la animación en concreto, el *stop motion*. Esta variante resulta más novedosa para los niños, debido al factor sorpresa que puede provocar en los espectadores. Sin embargo, ejecutar de la idea no es una tarea sencilla. Para poder estar a la altura y producir un proyecto de mayor calidad fue necesario adquirir conocimientos a través del libro *Stop Motion: Passion, Process and Performance* de Barry Purves. Esto fue importante para asentar bases que posteriormente se fueron desarrollando a través de la práctica.

Al ya definir el tema de la animación, se buscó fijar la estética visual. Según lo investigado, para que los niños les resulten más sencillo prestar atención al mensaje que se busca transmitir, es recomendable brindar a los videos una apariencia más minimalista. Todo esto con la expectativa de que el mensaje se transmita de manera simple y clara. Se recurrió al uso de colores básicos, priorizando las armonías cromáticas para dirigir de la forma deseada la atención de los espectadores.

Para poder delimitar la manera en cómo se manejó la locución, los textos y subtextos en los videos, fue requerido entender qué manera de transferir el mensaje resulta más útil. Fue relevante resaltar dentro de los audiovisuales las palabras claves, reducir

dentro de las posibilidades el uso de términos complicados, y en caso de usarse tratar de explicarlas a través de animaciones extras que complementen la información planteada. Buscar un tono de voz agradable y divertido que favorezca la narración de la locución fue otro factor a tomar en cuenta. Dar una estructura y estilo visual similar en todos los videos para que de esta manera su asimilación sea más sencilla mientras más se consume. El contenido estudiado sobre *storytelling*, analizar el perfil del público objetivo y el tomar en consideración distintas referencias visuales fue de suma relevancia. Al final todo esto repercutió fuertemente en la identidad que se esperaba dar a los productos finales.

3.3. Investigación sobre la salud de los niños en el Ecuador

Fuera del ámbito visual, para poder generar un mensaje relevante fue necesario definir el problema y comprender la mejor manera de solucionarlo. Para poder llegar al objetivo fue requerido realizar una correcta investigación basándonos en distintos datos comprobados. Con esto se llegó a la conclusión de que en Ecuador existen serios problemas de desnutrición y malnutrición infantil. Lo que nos permitió un mejor margen de análisis para poder definir los platos y alimentos con los que se trabajó.

También se tomó en consideración el contexto y la situación económica a nivel nacional. Debido a la crisis financiera que ha sufrido el país, los platos que se incluyeron debían estar pensando como unas alternativas acordes a la realidad nacional, por lo que se evitaron platos con ingredientes de altos costos. Todo esto para ajustarse a las cualidades del proyecto.

3.4. Estudio del sistema inmunológico y su importancia en la salud infantil.

Comprender el funcionamiento del sistema inmunológico era vital. Debido a que, para poder entender que platos eran los adecuados era necesario entender tanto el origen como la solución de problema. Era conveniente captar la interacción que existen entre sistema inmunológico, enfermedades y alimentos para brindar información adecuada y veraz.

También, para explicarle a los niños ciertas palabras más complicadas era valioso ser capaz de transmitir estos temas a través de imágenes, adaptar conceptos e ideas para ser dirigirlas a un público joven puede resultar complicado sin el debido entendimiento del tema. Por lo que, se necesitaba una correcta comprensión para poder dar forma a estas ideas y que sean fácilmente entendibles para el público joven.

Fue necesario alcanzar estos conocimientos para evitar malinterpretaciones conceptuales, ya que no es lo mismo trabajar con el sistema inmunológico de un niño que el de un adulto. Existen muchas variables que permiten que un alimento resulte más adecuado para un grupo específico, por lo que estos datos fueron considerados a la hora de la selección de alimentos y platillos.

3.5. Estudio sobre alimentación adecuada para el fortalecimiento del sistema inmunológico

Para saber que alimentos eran los adecuados para ser agregados en la selección fue importante analizar las propiedades y características de los productos que encajaban en el perfil necesario. Se entendió la relevancia de tomar en cuenta las vitaminas y minerales que poseen los distintos alimentos. Buscar las mejores opciones tomando como base buscar una combinación equilibrada y adecuada para un grupo infantil. Para poder encontrar opciones acertadas se recurrieron a artículos especializados y a la supervisión de un profesional en el área de la nutrición. Mediante estas guías se fue armando la estructura debida para la planificación de los platillos.

3.6. Análisis de costos del proyecto audiovisual

Los proyectos de animación *stop motion* suelen recurrir a altos costos de producción debido a que es un proceso que toma bastante tiempo ejecutarlo. El mayor gasto representa el tiempo que toma la elaboración de las animaciones. El precio de contratar un animador *stop motion* que trabaje por hora puede llegar a ser muy elevado. Todo eso sin contar otros aspectos como un asistente, postproductor, director de fotografía y guionista. El personal de un proyecto audiovisual puede llegar estar conformado por varios profesionales.

Fuera del ámbito del talento humano, los costos relacionados al equipo de producción no resultan ser tan elevados. Esto se debe a que es un trabajo de producto, que busca mantener un estilo minimalista. Se usó una iluminación básica de tres puntos, un par de fondos coloridos (en algunos casos solo se usó un *chroma key*), una cámara fotográfica con un lente y otros accesorios simples como pinzas, cintas y baterías.

El material comestible, como los alimentos, es otro punto a considerar. Se necesitan comprar en cantidades necesarias y en tiempos determinados para evitar quedarse cortos de inventario o tener alimentos en mal estado. También aquí se agregan 2 profesionales más que intervienen en el proceso; un cocinero, que ejecute los platos planeados y un estilista culinario, que realice el emplatado y apoye en la planificación de los alimentos.

Entonces, ya tocando el tema del costo general de un proyecto similar, se puede proyectar un costo variable de entre 6000 a 8000 dólares dependiendo de la complejidad que le quiera dar al proyecto el inversor. Como se mencionó antes la mayor parte del presupuesto se dirigió principalmente a los costos del personal.

CAPÍTULO 4

4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1. Conclusiones

Este proyecto buscó transmitir a niños y adultos un mensaje positivo de alimentación sana para mejorar el sistema inmunológico. Para comunicar esta idea se realizaron 4 cápsulas educativas con información valiosa sobre alimentos con propiedades que ayuden a cumplir este objetivo. A pesar de que no todo salió de acuerdo a lo planificado, especialmente en cuanto a la etapa de producción, con problemas en los tiempos y desarrollo; y en el control del público objetivo, debido a que no se llegó al porcentaje deseado del grupo objetivo esperado, se concluyó que el proyecto tuvo una respuesta positiva. Los videos lograron una interesante difusión a través de las redes sociales. A pesar de esto, no se logró alcanzar a los niños tanto como se esperaba, ya que fue visualizado mayoritariamente por adultos jóvenes de entre 18 a 24 años. Por lo que se puede considerar que el recurso audiovisual, sin ser una respuesta definitiva para resolver la problemática, puede resultar un real aporte como herramienta de educación y concientización. Es importante también tomar en cuenta las ventajas, desventajas y otras implicaciones que rodea el uso del audiovisual con esta finalidad.

4.1.1. Fortalezas

Las ventajas de usar el producto audiovisual a través de las redes sociales fue que llegó a una cantidad interesante de personas. Fue capaz de resumir el complicado contenido expuesto de una manera relativamente sencilla. Se brindaron alternativas culinarias que en ámbitos prácticos pueden resultar más viables dentro de las posibilidades económicas del país. Se pudo mantener un claro esquema que permita estandarizar y a futuro dar la opción de poder expandir la serie. Muchos espectadores comentaron que lo consideraron una experiencia visual interesante, lo que logró

captar su atención hacia el audiovisual planteado. Permitió mantener un registro audiovisual que le dio la posibilidad de transformar a los videos en una herramienta flexible que puede ser difundida por otros medios en el momento que se considere conveniente. Se brindó la posibilidad al grupo Crianza Respetuosa Ecuador de expandir el contenido ofrecido en sus redes sociales a través de estos audiovisuales.

4.1.2. Debilidades

Al ser un contenido ya planeado y grabado, sin mucho margen de retroalimentación, pueden surgir confusiones por términos que tal vez a algunos espectadores les resulte un poco complejo, a pesar de que siempre se buscó usar la locución o animación como herramienta complementaria buscando disipar cualquier duda. Al usar como canal las redes sociales y no transmitirlo directamente al público objetivo no se tiene un total control hacia qué grupo irá dirigido el mensaje, por lo que puede resultar posible que no todas las visualizaciones se direccionen a donde apunte el proyecto. Al mantener todos los videos un estilo muy similar y ver estos videos de manera continua puede resultar repetitivo para algunos espectadores. Puede surgir en ocasiones cierta ambigüedad y los videos pueden ser mal interpretados como videos de recetas culinarias, cuando en realidad esa no es la intención principal de los videos. Los tiempos de producción pueden ser muy extensos y complicados, si no se dispone de mucho tiempo es preferible buscar otras alternativas.

4.2. Recomendaciones

4.2.1. Factibilidad y concreción

A pesar de ser un proyecto bastante laborioso es posible ser realizado de manera autónoma, entendiendo claramente las limitaciones que esto conlleva. Lo que sí es incuestionable es la necesidad de alguna supervisión profesional relacionado al tema tratado. Realizar proyectos audiovisuales relacionados a temas como la salud y nutrición debe ser algo serio que tiene que ser tomado con susceptibilidad y precaución. Todo lo que se expone en los videos debe estar correctamente corroborado y supervisado por algún experto, ya que es peligroso desinformar y provocar que una persona, al ser influenciada por lo expuesto en los videos, cometa

alguna acción que afecte su salud. También, aunque no termine de ser perjudicial, todos los datos otorgados deben ser veraces y acordes a la seriedad del problema planteado.

Si se usan las redes sociales como medio de difusión es importante una correcta selección del grupo con el que se colaborará y se entregará los audiovisuales para poder cumplir los objetivos planteados de la manera deseada. El grupo escogido debe tener en sus redes sociales un público objetivo acorde a las necesidades del proyecto, de esta manera mensaje se expondrá de manera más efectiva y tomará la dirección esperada.

4.2.2. Aspectos que deben mejorarse

A pesar de que este proyecto fue realizado de manera autónoma y hasta cierto punto se consiguió el impacto deseado, se podría considerar importante que propuestas de este estilo se manejen mejor de manera grupal. El trabajo audiovisual conjuga muchas áreas y a pesar de que es posible ejercer un rendimiento satisfactorio en bastantes sectores a veces para mejorar la eficiencia, tener un mayor control de esfuerzo y tiempos es mejor tener un equipo de trabajo, aunque sea reducido.

Al ser los videos dirigidos para niños, el contenido puede resultar un poco denso para ellos lo que provoca que pierdan el interés, por lo que, con una participación más activa del algún experto en nutrición infantil, tal vez sea posible sintetizar un poco más la información y moldearla de una manera que les resulte un poco más sencillo de entender y que sea interesante para los niños. Ajustar un poco más los tiempos de videos para que estos logren ser más breves, entretenidos y concisos sería algo positivo.

4.2.3. Posibilidades de expansión

Al poseer un formato de capítulos episódicos, este proyecto tiene una gran capacidad de expansión y difusión. Junto algún chef o especialista en el área de la nutrición se podrían ir armando una serie de capítulos con este tipo de formato, pero con una cantidad de capítulos más extensas. Si se trabaja de la manera adecuada, con esto

se podría crear una serie de contenidos que eduquen e informen al público al cuál se apunte. Además de que puede resultar un proyecto interesante que alguna empresa esté dispuesta a invertir para generar ingresos económicos para todos los participantes.

BIBLIOGRAFÍA

Sotomayor, D. (2020) Coronavirus: El virus no mira a los niños. Diario Expreso. Accedido 6 de julio, 2020, desde <https://www.expreso.ec/actualidad/coronavirus-virus-mira-ninos-7778.html>

Zambrano, L. (2020) Coronavirus: El COVID-19 infecta a 501 niños en Ecuador. Diario Expreso. Accedido 6 de julio, 2020, desde <https://www.expreso.ec/guayaquil/coronavirus-covid-19-infecta-501-ninos-pais-12042.html><https://www.rtve.es/noticias/20200422/perfil-enfermos-coronavirus-espana/2010608.shtml>

Radiografía del paciente de coronavirus en España: el 70% de los infectados tiene más de 50 años (2020, 22 de abril). Medios de comunicación RTVE. Accedido 4 de julio, 2020, desde <https://www.rtve.es/noticias/20200422/perfil-enfermos-coronavirus-espana/2010608.shtml>

Valdivieso, K.; Albán, A. y Nabernegg, M. (2018) Evolución histórica de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018. Accedido 8 de Julio, 2020, desde https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/webinec/Estadisticas_Sociales/EN_SANUT/ENSANUT_2018/Evolucion%20Historica%20de%20ENSANUT%202018.pdf

13 millones de personas tienen redes sociales en Ecuador (2020, 14 de marzo) Portal Digital Primicias. Accedido 8 de Julio, 2020, desde <https://www.primicias.ec/noticias/tecnologia/13-millones-personas-redes-sociales-ecuador/#:~:text=Esta%20red%20social%20es%20una,de%2025%20a%2034%20a%C3%B1os.>

Solo el 50% de las familias ecuatorianas come una dieta nutritiva (2020, 1 de julio) Portal Digital Primicias. Accedido 8 de Julio, 2020, desde <https://www.primicias.ec/noticias/sociedad/ninos-desnutricion-dieta-alimentos-hambre/#:~:text=Pobreza%2C%20falta%20de%20servicios%20b%C3%A1sicos,mal%20alimentaci%C3%B3n%20de%20los%20ecuatorianos.>

Aguaded, J. I. y Sánchez J. (2013) El empoderamiento digital de niños y jóvenes a través de la producción audiovisual. Universidad de Huelva, España. Accedido 12 de Julio, 2020, desde <http://www.adcomunicarevista.com/ojs/index.php/adcomunica/article/view/109/141>

Gutiérrez, A. y Tyner, K. (2012) Educación para los medios, alfabetización mediática y competencia digital. Universidad de Segovia y Austin. Accedido 13 de Julio, 2020, desde <https://recyt.fecyt.es/index.php/comunicar/article/view/26608>

Prensky, M. (2004) *The death of command and control*. MCB University Press, Vol. 9 No. 5. Accedido el 14 de julio ,2020, desde <https://www.marcprensky.com/writing/Prensky%20%20Digital%20Natives,%20Digital%20Immigrants%20-%20Part1.pdf>

13 millones de personas tienen redes sociales en Ecuador (2020, 14 de marzo) Portal Digital Primicias. Accedido 9 de Julio, 2020, desde <https://www.primicias.ec/noticias/tecnologia/13-millones-personas-redes-sociales-ecuador/>

Fuentes, E. (2014) Usuarios Internet Ecuador. Agencia Estratégica Vértice. Accedido 11 de Julio, 2020, desde <https://es.slideshare.net/agenciavertice/analisis-de-estadsticas-internet-y-redes-sociales-de-ecuador-a-junio2014-por-elerick>

Sánchez, M. M.; Solano, I. y Recio, S. (2019) El storytelling digital a través de vídeos en el contexto de la educación infantil. Universidad de Murcia. Accedido 11 de Julio, 2020, desde https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/93754/Sanchez%20Vera%20-%20storytelling_removed.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Salmón, C. (2008) *Storytelling*: La máquina de fabricar historias y formatear las mentes. Península Atalaya. Accedido el 13 de julio ,2020 desde https://www.planetadelibros.com/libros_contenido_extra/32/32000_Storytelling.pdf

Cancellor-Maicas, N. (2015) Jóvenes, salud y redes; Instagram como herramienta de investigación en la comunicación de la salud. Universidad de Valencia https://metode.es/wp-content/uploads/2016/02/88ES6_jovenes_salud_redes.pdf

Ishikawa, T. y de la Calle, T. (2008) Los misterios del sistema inmunitario, cómo protege nuestro cuerpo. Sociedad Española de Inmunología (SEI). Accedido el 15 de julio ,2020 desde <https://www.inmunologia.org/pdf/LibroSEI.pdf>

Purves, B. (2010) *Basic Animation Stop Motion*. Accedido el 16 de julio del 2020 <https://es.scribd.com/doc/310116809/Basic-Animation-Stop-Motion-Barry-Purves>

APÉNDICES

ANEXO 1. Guión literario de cápsulas educativas

Capítulo 1: Sopa de pollo

Plano 1

Hola chicos, como están. Esto es Salud y Diversión. En esta sección mostraremos formas saludables de mejorar tu sistema inmunológico.

Plano 2

Hoy haremos una sopa de pollo y hablaremos de los mejores alimentos que la conforman. Comencemos.

Plano 3

El pollo tiene vitamina B6 que es importante para que tus glóbulos blancos sean rápidos al combatir enfermedades.

Plano 4

El jengibre es un excelente antiinflamatorio, sirve para combatir las inflamaciones de garganta y también ayuda a reducir las náuseas.

Plano 5

El ajo es un potente antioxidante que contiene vitaminas A, B y C. Ayuda a prevenir resfriados y combatir la fiebre.

Plano 6

La zanahoria es fuente fundamental de vitamina A, que ayuda al sistema a protegerse de diversas enfermedades y estimulan la producción de glóbulos blancos.

Plano 7

Además; agrégale hierbita, cebolla blanca y papa para conseguir un mejor sabor.

Plano 8

¿Te gustó esta receta? Muchas gracias por vernos los esperamos en el siguiente capítulo.

Capítulo 2: Ensalada de frutas

Plano 1

Hola de nuevo chicos, como están. Esto es Salud y Diversión.

Plano 2

Hoy prepararemos una ensalada de frutas, conocido también como come y bebe. Comencemos.

Plano 3

La naranja tiene vitamina C que ayuda a disminuir las probabilidades de contraer infecciones. También acelera la recuperación si te enfermas.

Plano 4

La papaya tiene vitamina A y C que mantiene la mucosa y piel sanas. Además, posee flavonoides que potencian los beneficios de la vitamina C.

Plano 5

El guineo posee vitamina B6 y ácido fólico que ayudan en la producción de células y anticuerpos.

Plano 6

Las frutillas poseen dosis altas de vitamina C, facilitan la absorción del hierro y la contribuyen a la creación de anticuerpos.

Plano 7

Une todas estas frutas con jugo de naranja para conseguir este delicioso y saludable postre.

Plano 8

Muchas gracias los esperamos en el próximo capítulo.

Capítulo 3: Wrap de lechuga con atún

Plano 1

Hola, chicos. Qué bueno verlos de nuevo. Esto es Salud y Diversión

Plano 2

Hoy haremos un Wrap de lechuga con atún, una rica opción para alimentarnos sanamente. Pero.... ¿Qué le podemos poner?

Plano 3

La lechuga tiene vitamina C y E. Beneficia el fortalecimiento de las vías respiratorias y estimula la producción de glóbulos blancos.

Plano 4

El aguacate además de brindar todos los beneficios de las vitaminas C, E o B6 es un excelente amplificador de nutrientes que facilita la absorción de otras vitaminas.

Plano 5

El tomate aporta con vitaminas A, E, C. Además, es importante en el cuidado de la piel.

Plano 6

El atún posee Omega 3, un ácido graso que se consigue únicamente al consumirlo. Apoya al mejoramiento de las células inmunes y a desinflamarlas.

Plano 7

Utilizar la lechuga como sustituto de la tortilla es una solución para potenciar las vitaminas y nutrientes que nos brindan estos alimentos.

Plano 8

¿No te parece interesante esta combinación? Te esperamos en un próximo capítulo. Nos vemos.

Capítulo 4: Tortilla de huevo

Plano 1

Hola chicos, que tal están. Esto es Salud y Diversión.

Plano 2

Hoy haremos una tortilla de huevo, un alimento sencillo pero lleno de vitaminas necesarias para fortalecer tus defensas.

Plano 3,4,5

El huevo de tener vitaminas A, B y E; además en su yema tiene una alta concentración de vitamina D, que es una de las principales fuentes de nutrientes de las células inmunes, especialmente de los linfocitos T.

Plano 6

El pimiento rojo es una de las hortalizas más ricas en vitamina C. Dobra, por ejemplo, la de los cítricos. Una taza de pimiento rojo posee más de 2 veces la cantidad de vitamina C que necesita tu cuerpo al día.

Plano 7

La cebolla contiene fitoquímicos que fortalecen la absorción de la vitamina C. Además son excelentes antiinflamatorios que ayudan a reducir las alergias.

Plano 8

La espinaca contiene vitamina A, E y C. Fortalece las membranas mucosas de las vías respiratorias y contribuyen en producción de globos blancos.

Plano 9

En un sartén un poco de aceite de oliva y cocina el huevo, el pimiento rojo y cebolla con un toque de aceite de oliva para crear este versátil platillo que puede servir tanto como desayuno, almuerzo o cena.

Plano 10

¿Te gustó este plato? Muchas gracias por vernos. Adiós.