

Manual de Usuario - Platos Verdes

¡Bienvenido a Platos Verdes! Tu plataforma dedicada a promover un estilo de vida saludable a través de recetas nutritivas y deliciosas. Este manual te guiará a través de las funciones clave de la página para que puedas aprovechar al máximo tu experiencia.

Contenido

1. Registro e Inicio de Sesión

- 1.1 Crear una cuenta
- 1.2 Iniciar sesión

2. Exploración de Recetas

- 2.1 Buscar recetas
- 2.2 Filtrar resultados
- 2.3 Explorar categorías

3. Agregar Recetas

- 3.1 Subir una receta
- 3.2 Consejos para compartir recetas efectivas

4. Favoritos

- 4.1 Añadir recetas a favoritos
- 4.2 Visualizar recetas favoritas

5. Perfil del Usuario

- 5.1 Editar información de perfil
- 5.2 Cambiar contraseña

6. Preguntas Frecuentes (FAQ)

- 6.1 ¿Cómo recupero mi contraseña?
- 6.2 ¿Cómo contacto con el soporte técnico?

1. Registro e Inicio de Sesión

1.1 Crear una cuenta

Para comenzar a disfrutar de Platos Verdes, necesitas crear una cuenta. Sigue estos pasos:

- Haz clic en "Registrarse" en la esquina superior derecha de la página.
- Completa el formulario con tu información personal.

1.2 Iniciar sesión

Si ya tienes una cuenta, inicia sesión con estos simples pasos:

- Haz clic en "Iniciar Sesión" en la esquina superior derecha.
- Ingresa tu correo electrónico y contraseña.

2. Exploración de Recetas

2.1 Buscar recetas

Utiliza el buscador principal en la página de inicio para encontrar recetas específicas. Simplemente escribe palabras clave, como ingredientes o tipo de plato, y presiona "Buscar".

2.2 Filtrar resultados

Refina tus resultados de búsqueda utilizando los filtros disponibles, como tipo de dieta, tiempo de preparación, o nivel de dificultad.

2.3 Explorar categorías

Descubre nuevas recetas explorando las diversas categorías disponibles, como desayuno, almuerzo, cena, vegetarianas, etc.

3. Agregar Recetas

3.1 Subir una receta

¿Tienes una receta saludable que te encantaría compartir? Hazlo fácilmente:

- Desde tu perfil, selecciona "Agregar Receta".
- Completa la información requerida, incluyendo ingredientes, pasos de preparación y una imagen atractiva.

3.2 Consejos para compartir recetas efectivas

- Incluye información nutricional si es posible.
- Proporciona consejos útiles y variaciones.
- Añade imágenes de alta calidad de tu creación.

4. Favoritos

4.1 Añadir recetas a favoritos

Encuentra una receta que te encante? Guarda tus favoritas para acceder fácilmente más tarde. Simplemente haz clic en "Agregar a Favoritos" en la página de la receta.

4.2 Visualizar recetas favoritas

Ve tus recetas favoritas en tu perfil, bajo la sección "Favoritos".

5. Perfil del Usuario

5.1 Editar información de perfil

Personaliza tu perfil en cualquier momento. Haz clic en tu nombre de usuario en la esquina superior derecha y selecciona "Editar Perfil".

5.2 Cambiar contraseña

Si necesitas cambiar tu contraseña, ve a tu perfil y selecciona "Cambiar Contraseña".

6. Preguntas Frecuentes (FAQ)

6.1 ¿Cómo recupero mi contraseña?

En la página de inicio de sesión, haz clic en "¿Olvidaste tu contraseña?" y sigue las instrucciones para restablecerla.

6.2 ¿Cómo contacto al soporte técnico?

Visita la sección "Soporte" en el menú principal para encontrar información de contacto.