

Proyecto de Diseño de Interfaces: Aplicación de UX y Design Thinking

SaludApp - Tu Compañera de Recetas Saludables

Andres Felipe Solano Moreno

ingeniería de software

Javier Alberto Ochoa Avila

Universidad Manuela Beltran

SaludApp - Tu Compañera de Recetas Saludables

Objetivo General:

El objetivo general es desarrollar una aplicación móvil amigable y motivadora que presente recetas alimentarias saludables, con funcionalidades sociales, de seguimiento nutricional y consejos basados en preferencias y objetivos del usuario, aplicando los principios y metodologías de UX y Design Thinking.

Objetivos Específicos:

Proponer una buena alimentación:

- Ofrecer recetas equilibradas con una información nutricional validada.
- Sugerir menús semanales adaptados a objetivos (pérdida de peso, aumento de masa, dieta vegana, etc.).

Personalización de la experiencia:

- Filtrado por restricciones alimentarias (celíacos, diabéticos, vegetarianos, etc.).
- Sugerencias personalizadas según el historial, las recetas favoritas y las valoraciones realizadas.

Fomentar comunidad:

- Funcionalidad social para la recogida y el intercambio de recetas, tips de cocina, progresos.
- Foros, grupos y retos semanales (ej: "Desafío no azucarado").

Objetivos específicos (UX/UI y Funcionalidades)

A) A usuarios

- Perfiles configurables
- Preferencias alimentarias, alergias, finalidades (ej: “comer más proteína”)
- Registro diario de la actividad (comidas cocinadas, Kcal)

- Planificador de comidas
- Calendario de recetas por día/semana
- Lista de compra automática según el menú
- Buscador de recetas
- Búsqueda por ingredientes, tipo de comida, dificultad
- Etiquetas: sin gluten, low-carb, ketogénica, etc.
- Recomendaciones inteligentes
- Bot que propone recetas según lo que hay en casa

Notificaciones del sistema con ideas rápidas según la hora

B) Para nutricionistas (modo experto)

- Creación de planes nutricionales configurables
- Seguimiento de la evolución de los pacientes
- Recomendaciones contrastadas y validadas.

Mapa de Empatía:

Qué dice	Qué piensa
“No sé qué cocinar que sea saludable y rápido.”	“Comer bien es importante, pero no tengo tiempo para planear todo.”
“Siempre termino haciendo lo mismo de comer.”	“Me gustaría variar, pero no quiero gastar mucho.”
“Las apps de recetas no me entienden, muchas son complicadas o poco útiles.”	“¿Por qué no existe una app que me recomiende recetas según lo que tengo en casa?”
Qué hace	Qué siente

Busca recetas en Google o Instagram, guarda algunas pero no las usa.	Frustración, culpa por no comer mejor, sensación de desorganización.
A veces compra ingredientes sin saber qué preparar con ellos.	Cansancio por tener que pensar qué cocinar todos los días.
Intenta seguir hábitos saludables pero se desmotiva por falta de guía.	Confusión, desánimo, pero también motivación inicial cuando hay ayuda.

User Personas (3 arquetipos):

Laura – Universitaria ocupada

Edad: 21 años

Situación: Vive sola, estudia y a veces trabaja por horas.

Objetivo: Comer más saludable sin gastar mucho ni invertir mucho tiempo.

Frustración: No tiene conocimientos de cocina y las recetas online son muy complejas.

Necesidad clave: Recetas simples, económicas y rápidas con instrucciones claras y visuales.

Mario – Padre de familia con interés en la salud

Edad: 35 años

Situación: Tiene dos hijos y trabaja a tiempo completo.

Objetivo: Cuidar la alimentación de su familia, evitar ultraprocesados.

Frustración: Falta de tiempo para cocinar variado, recetas muy extensas.

Necesidad clave: Planificador semanal de comidas y recetas con versión infantil o adaptada.

Camila – Usuaría fitness y vegana

Edad: 26 años

Situación: Activa en el mundo fitness y comprometida con alimentación consciente.

Objetivo: Mantener su dieta vegana con variedad y valor nutricional.

Frustración: Las apps no filtran bien por restricciones alimenticias.

Necesidad clave: Etiquetado claro (veggie, sin gluten, keto, etc.) y recetas con macros.

ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA (CUALITATIVA)

Objetivo: Entender a profundidad motivaciones, frustraciones y deseos.

¿Qué te motiva a cocinar en casa en lugar de comprar comida?

¿Cuáles son tus principales desafíos al intentar comer saludable?

¿Cómo organizas actualmente tus recetas o planes de comida?

Describe tu experiencia usando apps o webs de recetas. ¿Qué te gustó y qué no?

¿Qué ingredientes o tipos de comida sueles evitar (por salud, gustos, alergias, etc.)?

¿Cómo decides qué cocinar cuando tienes poco tiempo?

¿Qué funcionalidades serían imprescindibles en una app de recetas saludable para ti?

¿Te interesaría recibir sugerencias personalizadas basadas en tus hábitos alimenticios?

¿Qué tan importante es para ti que una app sea visualmente atractiva y fácil de usar?

¿Estarías dispuesto(a) a compartir tus recetas o experiencias dentro de una comunidad en la app?

ENCUESTA CON ESCALA LIKERT (CUANTITATIVA)

Objetivo: Medir nivel de acuerdo con funcionalidades y percepciones.

Escala:

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Neutral

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

Ítem	Pregunta
------	----------

1	Me cuesta encontrar recetas saludables que se ajusten a mi presupuesto.
---	---

- 2 Uso recetas online al menos 3 veces por semana.
- 3 Me interesa una app que me ayude a planificar mis comidas semanales.
- 4 Considero importante que una app me sugiera recetas según lo que tengo en casa.
- 5 Me gustaría que una app me dé recompensas o puntos por cocinar saludablemente.
- 6 Preferiría recetas que estén listas en menos de 30 minutos.
- 7 Una función que permita filtrar por tipo de dieta (vegana, keto, sin gluten, etc.) es necesaria.
- 8 Me interesaría recibir recordatorios para mantener hábitos alimenticios saludables.
- 9 Prefiero apps con diseño minimalista y navegación simple.
- 10 Estaría dispuesto(a) a pagar por funciones premium si realmente mejoran mi experiencia.

Semana	Fecha	Actividad	Detalles
1	22 - 28 abril	Empatizar + Definir	<ul style="list-style-type: none"> - Encuestas + entrevistas - Mapa de empatía, User Personas - Lista de funcionalidades
2	29 abril - 5 mayo	Idear + Planificación Técnica	<ul style="list-style-type: none"> - Lluvia de ideas - Sketch de pantallas - Decidir tecnologías (ej: React, Flutter, Django, etc.) - Definir arquitectura de la app
3	6 - 12 mayo	Prototipo + Inicio del código	<ul style="list-style-type: none"> - Figma con pantallas clave - Setup del proyecto (frontend/backend) - Implementar registro, login, home
4	13 - 19 mayo	Desarrollo funcional	<ul style="list-style-type: none"> - Listado de recetas - Filtro por categorías - Vista detallada de receta - Base de datos con recetas (MongoDB, SQLite, etc.)
5	20 - 26 mayo	Testing + Pulido	<ul style="list-style-type: none"> - Pruebas de usabilidad - Corrección de bugs - Mejorar UI/UX - Responsive design

6	27 - 31 mayo	Entrega final	<ul style="list-style-type: none">- Documentación técnica- Video demo o presentación- Revisión general y entrega
---	-------------------------	---------------	--