

# ¿ESTAS BIEN?

## 1.-PROBLEMATIZACION-OBSERVACIONES

- QUE COSAS ME GUSTAN HACER EN MI TIEMPO LIBRE
- LOS ANIMALES
- PORQUE ME GUSTA COCINAR
- CUAL ES MI COMIDA FAVORITA

## 2.-CUESTIONAMIENTO

- ¿POR QUE TE GUSTE ESO?
- ¿POR QUÉ TE GUSTAN LOS ANIMALES?
- ¿CÓMO EMPEZO EL GUSTO POR COCINAR?
- ¿CÓMO ES QUE SE ORIGINO EL GUSTO POR ESA COMIDA?

## 3.-DELIMITACIÓN

- ¿QUÉ ORIGINA QUE TE GUSTEN ESAS COSAS?
- ¿CÓMO FUE QUE TE EMPEZARON A GUSTAR LOS ANIMALES?
- ¿QUIÉN TE INSPIRO PARA TENER ESE GUSTO POR LA COCINA?
- ¿CUÁNDO FUE LA PRIMERA VEZ QUE LA PROVASTE Y QUIEN TE LA PREPARO?

## 4.-ARGUMENTACIÓN

- Está comprobado que tener animales ayuda a reducir el estrés y la ansiedad.
- Los animales fomentan la empatía y la responsabilidad.
- Según estudios, cocinar en casa promueve una mejor alimentación y salud.
- Cocinar mejora la creatividad y la concentración, ya que requiere seguir pasos y experimentar.
- El 90% de las personas disfruta más los alimentos cuando los prepara alguien cercano, porque existe un lazo afectivo.

## 5.-BUSCAR INFORMACIÓN DIRECTA E INDIRECTA

- **Información directa:** entrevistas a personas que tienen mascotas y disfrutan la compañía animal, así como a familiares que cocinan frecuentemente. También mis propias experiencias con mis mascotas y en la cocina.
- **Información indirecta:** artículos en internet sobre los beneficios de tener animales en casa, investigaciones sobre cómo cocinar mejora la salud mental, y estadísticas sobre la importancia de la comida casera.