



Youxi

**Proyecto digital para promover el cuidado personal en madres
primerizas de 18 a 25 años en la localidad de Suba**

Proyecto de Grado
Wendy Xiomara Martínez Molina

Bogotá D. C., 2019

Youxi

**Proyecto digital para promover el cuidado personal en madres
primerizas de 18 a 25 años la localidad de Suba**

Proyecto de grado presentado como requisito parcial para optar al
título de:
Diseñador Digital y Multimedia

Director:

Andrés Felipe Parra Vela

Línea de énfasis:

Tecnologías para producción multimedia

Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca
Facultad de Ingeniería y Arquitectura
Programa de Diseño Digital y Multimedia
Bogotá D. C., 2019

Youxi

Aval del Proyecto

Firma del Director(a) de proyecto de grado

Firmas de los jurados



Bogotá D. C., julio de 2019

La Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca respeta los conceptos académicos emitidos por los estudiantes de la Facultad de Ingeniería y Arquitectura a través de sus proyectos de investigación y no se hace responsable de su contenido.

Las ideas expresadas en los citados trabajos no constituyen compromiso institucional y son responsabilidad exclusiva de cada autor.

Atentamente,

MARTHA CECILIA TORRES LÓPEZ
Decana (e) Facultad de Ingeniería y Arquitectura

WENDY XIOMARA MARTÍNEZ MOLINA
Estudiante



ÉTICA, SERVICIO Y SABER

Youxi

Dedicatoria

A mis padres, quienes con su amor, paciencia, apoyo y esfuerzo me han permitido llegar a cumplir un sueño más; gracias por inculcar en mí el ejemplo de esfuerzo y valentía, de no temer a las adversidades.

Gracias a Dios por poner en mi camino todo lo necesario para obtener este logro profesional.

Agradecimientos

Agradezco a todos los profesores y compañeros con los que compartimos este proceso, a las hermosas mujeres que hicieron parte de la investigación y a todos los científicos que se interesan por el bienestar de nosotras en esta linda etapa.

Youxi

“Estabas escondido en mi corazón como un deseo,
estabas en mis juegos infantiles de muñeca
y luego con arcilla modelé la imagen de mi Dios cada mañana”
Rabindranath Tagore

“La vida es una llama que siempre está ardiendo,
pero prende una vez más cada vez que nace un niño”
George Bernard Shaw

“Cuando un recién nacido aprieta con su pequeño puño, por primera
vez, el dedo de su padre, lo tiene atrapado para siempre”
Gabriel García Márquez

Resumen

La maternidad es uno de los momentos de mayor cuidado en la vida de una mujer, porque hay muchos factores de riesgo que pueden afectar su salud y de no ser tratados de la manera adecuada puede tener consecuencias lamentables. En la ciudad de Bogotá se presentan casos de muertes maternas que llegan a ser evitables, a pesar de diferentes estrategias que se están implementando, se siguen presentando estos casos.

El problema radica en que las mujeres que comienzan esta bonita etapa, por lo general, no cuentan con la preparación apropiada sobre los cuidados y riesgos que se pueden presentar durante el desarrollo de su embarazo, lo que provoca consecuencias lamentables para ellas y sus familias.

Por esta razón, el proyecto “Youxi” se traza como objetivo facilitarle el acceso a la información sobre el cuidado personal que debe tener la madre en la etapa de gestación. Buscando entender el entorno y las capacidades de las madres primerizas mediante una investigación centrada en la usuaria, se plantea como respuesta un aplicativo móvil (denominado “Parto a salvo”) que las guiará en alimentación, cuidado, ejercicios y riesgos del embarazo.

Con la implementación de “Parto a salvo” durante etapa de embarazo, se logra que las actividades realizadas por las madres primerizas, como lo son ejercicios y adaptación de una rutina diaria acompañada de una dieta balanceada tengan un objetivo claro,

enfocado en el correcto desarrollo del embarazo teniendo en cuenta las complicaciones y beneficios que ocurren en cada trimestre gestacional; además de generar en ellas buenos hábitos de alimentación y vida saludable.

Es de gran importancia resaltar que, aunque existan herramientas a disposición, su correcta implementación para ver cambios se genera a partir del interés de la usuaria final; por lo tanto, es allí donde se debe trazar un plan de acompañamiento médico para que las madres obtengan un resultado óptimo en cada trimestre del embarazo.

Palabras clave:

Maternidad, Psicoprofilaxis obstétrica, Prevención, Educación prenatal.

Línea(s) de profundización:

Tecnologías para producción multimedia y Productos audiovisuales.

Abstract

Motherhood is one of the moments of greater care in the life of a woman, because there are many risk factors that can affect your health and not to be treated in the right way can have unfortunate consequences. In the city of Bogotá there are cases of maternal deaths that come to be preventable, despite of different strategies that are being implemented, will continue to present these cases.

The problem lies in the fact that women who start this beautiful stage, in general, do not have the proper preparation and care risks that can occur during the development of your pregnancy, which causes unfortunate consequences for them and their families.

For this reason, the project "Youxi" is plotted as goal to provide you with access to information about the personal care that you must have the mother in the stage of gestation. Seeking to understand the environment and the capabilities of the new mothers through a research centred on the user, arises as a response to an application mobile (called "Parto a salvo") that will guide you in feeding, care, exercise, and risk of pregnancy.

With the implementation of "Parto a salvo" during the stage of pregnancy, it is achieved that the activities carried out by first-time mothers, as are exercises and adaptation of a daily routine accompanied by a balanced diet, have a clear goal, focused on the proper development of the pregnancy taking into account the complications and benefits that occur in each trimester gestational.

It is of great importance to highlight that, although there are tools available, their correct implementation to see changes is generated

from the interest of the end user; therefore, it is there where you must draw up a plan of medical support for mothers to obtain an optimal result in each trimester of pregnancy.

Keywords:

Maternity, Psicoprofilaxis obstetric, Prevention, prenatal Education.

Research lines:

Technologies for multimedia production.

Tabla de contenido

Aval del Proyecto.....	4
Dedicatoria.....	7
Agradecimientos.....	8
Resumen.....	10
Abstract.....	12
Tabla de contenido.....	14
Listado de figuras.....	18
Listado de tablas.....	19
Listado de anexos.....	20
Capítulo 1. Formulación del proyecto.....	22
1.1 Introducción.....	23
1.2 Justificación.....	24
1.3 Definición del problema.....	25
1.4 Hipótesis de la investigación.....	27
1.4.1 Hipótesis explicativa.....	27
1.4.2 Hipótesis propositiva.....	28
1.5 Objetivos.....	28
1.5.1 Objetivo general.....	28
1.5.2 Objetivos específicos.....	28
1.6 Planteamiento metodológico.....	29
1.7 Alcances y limitaciones.....	31
Capítulo 2. Base teórica del proyecto.....	34
2.1 Marco referencial.....	35
2.1.1 Marco teórico contextual.....	35

2.1.1.1 Youxi.....	35
2.1.1.2 Apoyo familiar	36
2.1.1.3 Etapas del embarazo.....	37
2.1.1.4 Hábitos alimenticios.....	39
2.1.1.5 Riesgos	40
2.1.2 Marco teórico disciplinar	43
2.1.2.1 Herramienta digital	43
2.1.3 Marco conceptual	44
2.1.4 Marco institucional.....	46
2.1.4.1 Fundación Hogar Margarita.....	46
2.1.5 Marco legal	48
2.2 Estado del arte	50
2.2.1 Curso psicoprofiláctico	50
2.2.2 App Winny	51
2.2.3 Maternar.com.co.....	52
2.2.4 Compensar EPS.....	53
2.2.5 Embarazados	54
2.3 Línea del tiempo	55
2.4 Caracterización de usuario	57
Capítulo 3. Desarrollo de la metodología, análisis y presentación de resultados	60
3.1 Criterios de diseño.....	61
3.1.1 Árbol de objetivos de diseño	61
3.1.2 Requerimientos y determinantes de diseño	63
3.2 Hipótesis de producto.....	66
3.3 Desarrollo y análisis Etapa Empatizar.....	66
3.3.1 Diagnóstico.....	67
3.3.2 Fuentes secundarias	67

3.3.3 Focus group.....	68
3.3.3 Mapa de empatía.....	69
3.4 Desarrollo y análisis Etapa Definir	71
3.4.1 Entrevista con el experto	71
3.4.2 Selección de temática	72
3.5 Desarrollo y análisis Etapa Idear y prototipar	72
3.5.1 Hipótesis	72
3.5.2 Conceptualización	73
3.5.3 Prototipado	74
3.6 Desarrollo y análisis Etapa Evaluar	75
3.6.1 Testeo con usuario	75
3.6.1.1 Testeo aplicación móvil	76
3.6.1.1 Testeo producto análogo (folleto).....	76
3.7 Resultados de los testeos.	78
3.7.1 Primer testeo	78
3.7.2 Segundo testeo	79
3.7.3 Tercer testeo.....	81
3.8 Prestaciones del producto	83
3.8.1 Aspectos morfológicos	83
3.8.2 Aspectos técnico-funcionales	84
3.8.3 Aspectos de usabilidad.....	84
Capítulo 4. Conclusiones.....	86
4.1 Conclusiones	87
4.2 Estrategia de mercado	91
4.2.1 Segmento de cliente.....	91
4.2.2 Propuesta de valor	92
4.2.3 Canales.....	92

4.2.4 Relación con los clientes	93
4.2.5 Fuente de ingresos	93
4.2.6 Recursos clave	93
4.2.7 Actividades clave	94
4.2.8 Alianzas clave	94
4.2.9 Estructura de costos	94
4.3 Consideraciones	95
Referencias bibliográficas	96
Anexos	100

Listado de figuras

Figura 1. Árbol de problemas	26
Figura 2. Metodología.....	30
Figura 3. Embarazo ectópico.....	42
Figura 4. Ubicación Fundación Margarita.	47
Figura 5. Instalaciones Fundación Hogar Margarita.	48
Figura 6. App móvil Winny.....	52
Figura 7. Página web Maternar	53
Figura 8. Maternidad Compensar EPS.....	54
Figura 9. Embarazados	54
Figura 10. Fragmento de la línea de tiempo	56
Figura 11. Usuaría.	58
Figura 12. Árbol de objetivos.	62
Figura 13. Madres primerizas en estado de gestación	68
Figura 14. Madres primerizas con sus recién nacidos	69
Figura 15. Mapa de empatía.	70
Figura 16. Moodboard.	74
Figura 17. Primer bosquejo de la aplicación	76
Figura 18. Primer bosquejo de prototipo análogo.	77
Figura 19. Fragmento de la aplicación en su primera versión.	78
Figura 20. Segunda versión producto análogo	79
Figura 21. Fragmento de la aplicación en su segunda versión.....	80
Figura 22. Fragmento de la aplicación tercera versión.	82
Figura 23. Modelo de negocio – Canvas.....	91

Listado de tablas

Tabla 1. Conceptos	44
Tabla 2. Normatividad	48
Tabla 3. Programación cursos psicoprofilácticos	50
Tabla 4. Determinantes y requerimientos	63

Listado de anexos

Anexo 1. Perfil Wendy Xiomara Martínez Molina	100
Anexo 2. Resolución 412 del 2000.....	101
Anexo 3. Ley estatutaria 1751	101
Anexo 4. Línea de tiempo.....	101
Anexo 5. Análisis PEST.....	101
Anexo 6. Mapa de empatía	104
Anexo 7. Estrategia de mercado.	106

Youxi

Capítulo 1. Formulación del proyecto

En este capítulo se explica el contexto de la investigación y un panorama general de lo que se aborda. Está dividido en apartados como la introducción, justificación, definición del problema, entre otros, además de la mención de la metodología a usar durante la investigación y lo que se puede esperar como resultado.

1.1 Introducción

En la vida de la mujer, uno de los momentos más importantes y de mayor cuidado es la gestación, que para muchas se presenta y caracteriza por la alegría de quedar en cinta. En mandarín, esta etapa se expresa por medio de la palabra "youxi", que de acuerdo con Wenjing Li (BBC Mundo, 2014) es una manera de decir "embarazada" y significa "tener felicidad". No obstante, para otras mujeres no se da en el momento adecuado y bajo las condiciones esperadas, lo que lleva a consecuencias fatales.

Con respecto a este último caso, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016) reporta que en el mundo mueren alrededor de 830 mujeres al día, lo que significa que cada mes mueren 24.900 y cada año 298.800. Si se revisa esta situación en Bogotá (Alcaldía Mayor de Bogotá, 2017), se encuentra que alrededor de 500 mueren anualmente en la capital colombiana por causas como hemorragias presentadas durante el embarazo, el parto o un aborto, infecciones, trastornos hipertensivos, y falta de cuidados y controles durante la etapa de gestación.

Partiendo de la problemática anterior, a través del Diseño Digital

y Multimedia se quiere generar una opción para contribuir en la prevención y circulación de la información necesaria para madres primerizas ubicadas en Bogotá, específicamente en la localidad de Suba, teniendo en cuenta que esta es una de las zonas capitalinas en las que más se evidencia el incremento de embarazo en jóvenes entre los 18 y los 25 años y en donde es más predecible que ocurran muertes maternas debido a las condiciones sociales. Por otra parte, el acceso a los recursos de información que permitirían prevenir las enfermedades relacionadas y evitar la mortalidad es limitado, debido a las características sociales, y a que los recursos existentes son poco pertinentes para su uso práctico.

1.2 Justificación

En la ciudad de Bogotá mueren anualmente más de 500 mujeres en estado de gestación por causas como trastornos hipertensivos, hemorragias, infecciones, abortos espontáneos o realizados en lugares clandestinos, y por la falta de cuidados durante esta etapa, lo que afecta directamente su vida y la del feto en formación, al generar complicaciones médicas. Y es que según el documento de Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS, 2015), “la tasa de mortalidad materna —la proporción de madres que no sobreviven al parto en comparación con las que lo hacen— en las regiones en desarrollo es todavía 14 veces mayor que en las regiones desarrolladas”.

Un ejemplo de este resultado se ve evidenciado en el incremento de un 20% en la localidad de Suba para el año 2017 (Alcaldía Mayor de Bogotá, 2017) principalmente en madres gestantes con edades

entre los 18 y los 25 años, aclarando que el principal aumento está centrado en madres primerizas.

Al respecto, la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el año 2008 manifiesta que la mejora de salud para la población está determinada por actividades de prevención y promoción, por tal motivo se hace énfasis en la formación preventiva.

Por lo tanto, el presente proyecto pretende contribuir en la divulgación de la información necesaria para generar una prevención temprana de muertes maternas en mujeres de 18 a 25 años ubicadas en la localidad de Suba de la ciudad de Bogotá. En este sentido, se justifica desarrollar un proyecto que, a través del uso de medios digitales, brinde a las madres primerizas la posibilidad de acceder fácilmente a información acerca de riesgos, cuidados y consejos sobre la etapa de embarazo, proporcionándoles una herramienta llamativa, sencilla y ágil.

1.3 Definición del problema

Para la OMS (2008) es de gran importancia la preocupación por disminuir las muertes maternas, principalmente en jóvenes, ofreciendo condiciones de seguridad y salud para las gestantes con una atención integral para favorecer el desarrollo de la gestación. Uno de los métodos que se ha implementado para que las madres gestantes y su familia conozcan sobre los cambios físicos y emocionales, los riesgos que se pueden presentar en esta etapa y cómo afrontar el momento del parto, es mediante los cursos psicoprofilácticos y controles médicos básicos a los que se debe

asistir.



Figura 1. Árbol de problemas

Fuente: Elaboración propia

Cabe mencionar que “la atención prenatal aumentó del 65% en 1990 al 83% en 2012” (ODS, 2012), lo cual constituye una buena iniciativa en cuanto al cuidado de las mujeres. Sin embargo, en la ciudad de Bogotá actualmente hay una mínima difusión de la información necesaria para evitar los riesgos durante el embarazo por parte de centros médicos y fundaciones. Esta situación causa desinformación en la comunidad, y hace que se le de poca importancia al cuidado personal tanto físico como emocional que se debe tener en la etapa de gestación.

A partir de esto surge la pregunta: ¿Cómo desde el Diseño Digital y Multimedia, contribuir a la prevención de muertes maternas en madres primerizas de 18 a 25 años en la localidad de Suba, a través de la divulgación de información sobre los riesgos y cuidados?

1.4 Hipótesis de la investigación

1.4.1 Hipótesis explicativa

Por su situación social, cultural y económica, las madres gestantes de la localidad de Suba no reciben la información necesaria acerca de la importancia y los beneficios de los cuidados personales en esta etapa.

1.4.2 Hipótesis propositiva

El uso de una herramienta digital facilitaría el acceso a información confiable acerca de los cuidados personales en la etapa de gestación a las madres primerizas con recursos limitados, con lo cual se contribuiría en el correcto desarrollo y finalización óptima de la etapa del embarazo.

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo general

Promover el cuidado personal mediante la divulgación de la información necesaria acerca de los buenos hábitos y riesgos que pueden presentarse durante la etapa de embarazo en madres primerizas de 18 a 25 años en la localidad de Suba, a fin de contribuir con un proceso de gestación sano.

1.5.2 Objetivos específicos

- Analizar comportamientos relacionados con los cuidados personales de las usuarias tomando como base las actividades diarias que realizan.
- Identificar los diferentes factores que inciden de forma positiva y negativa en el desarrollo de la etapa de embarazo.
- Determinar los criterios de diseño que aseguren el

establecimiento de una comunicación asertiva con la usuaria final.

- Comprobar el prototipo propuesto mediante testeos e iteraciones con base en los resultados obtenidos y el resultado esperado.

1.6 Planteamiento metodológico

La investigación a realizar es de tipo proyectual en la cual se usarán herramientas mixtas en madres gestantes de 18 a 25 años, ubicadas en la localidad de Suba, de estrato social uno y dos quienes por limitación e acceso a recursos no cuentan con la información necesaria para llevar su estado de embarazo en las mejores condiciones.

La investigación se realizará mediante la aplicación de la Metodología *Design Thinking* de la Universidad de Stanford (2010), la cual se dividirá en cuatro etapas: primero se efectúa una etapa de empatizar, para luego pasar por la etapa de definición, seguida de una etapa de ideación y prototipado; y finaliza en la evaluación; manteniendo un proceso iterativo.



Figura 2. Metodología

Fuente: Elaboración propia

La primera fase de empatizar corresponde al acercamiento con la usuaria final, además de los otros actores dentro de la problemática, como el contexto y motivaciones de las madres. Al finalizar esta primera etapa debe estar plenamente reconocido el problema real, el contexto en el que se vive esta problemática y los actores con sus necesidades, requerimientos y aspiraciones.

La segunda fase es la de definición, para conocer y ahondar un poco más en los factores sociales y médicos que inciden sobre la etapa de embarazo para profundizar un poco más acerca de los riesgos y cuidados que se deben tener en cuenta,

La tercera fase es la de ideación y prototipado, en la cual se pretende diseñar el concepto de forma que sea posible testarlo; esto quiere decir que de aquí surge un prototipo que permite

posteriormente hacer uso de herramientas tales como entrevistas, observación, sesiones de co-creación o cualquier otra que responda al análisis necesario para evaluar todos los conceptos de usabilidad dirigidos a las usuarias.

La fase conclusiva es la evaluación final y es en la que se testea a las usuarias, se determina la usabilidad del producto y se sacan conclusiones en términos de su viabilidad teniendo en cuenta las iteraciones que se han realizado.

1.7 Alcances y limitaciones

El proyecto está planteado para realizarse en madres gestantes de la localidad de Suba, por medio de la Fundación Hogar Margarita, la cual permitió crear el medio de comunicación con las madres que asisten a este lugar.

Para enfocarlo más y tener un caso de estudio más puntual, se decide trabajar con madres primerizas de 18 a 25 años, pues según estadísticas es en estos rangos en los que se evidencian más los riesgos a causa de desconocimiento.

A futuro se plantea implementar el proyecto en madres gestantes de diferentes edades y a partir de allí empezar a implementarlo en otras localidades, haciendo mejoras en el producto final y llenando los vacíos que se puedan presentar en cada caso.

Dentro de las limitaciones del proyecto encontramos el factor de tiempo, teniendo en cuenta las etapas trimestrales por las que las mujeres están pasando en su embarazo.

Youxi

El producto final corresponde a prototipos de alta y tendrán un desarrollo de actividades constantes.

Youxi

Capítulo 2. Base teórica del proyecto

En este capítulo se proponen y desglosan las fuentes que se tienen como base para la realización de la investigación, contextualizando los términos principales y generando una visión global de la problemática a desarrollar.

2.1 Marco referencial

En este apartado se profundiza en las fuentes de las que parte esta investigación para establecer las dimensiones de la problemática y el abordaje desde la disciplina del diseño.

2.1.1 Marco teórico contextual

El embarazo es la etapa que marca la vida de una mujer, representa una experiencia vital y en cierta medida su realización plena como tal. Se trata de una manifestación de cambios que toda mujer debe comprender y asimilar desde el momento en que su test de embarazo le indica positivamente su condición; es allí donde comienza un camino de expectativas, dudas y un sinfín de emociones, por las que deberá atravesar, siendo los cambios fisiológicos y psicológicos los que despertarán mayor inquietud.

2.1.1.1 Youxi

Durante la indagación que se realiza para el estado del arte, se cree necesario el ver las diferentes posturas de culturas, todo esto para entender un poco más como se llevaba la etapa de gestación y qué significado se le atribuía en diferentes idiomas. De acuerdo con Wenjing Li (BBC Mundo, 2014), "la palabra "youxi" es una manera de decir embarazada en mandarín y significa "tener felicidad". Aunque no siempre el embarazo es tomado como el momento más feliz en la etapa de una mujer, sí es la meta de todas las mujeres en estado de embarazo el finalizar esta etapa de la mejor manera para lograr mantenerse saludable sin descuidar la salud del bebé en camino. Se encuentra pertinente el nombre puesto que es la única traducción que no se relaciona con enfermedades o cargas que debe llevar la madre gestante.

2.1.1.2 Apoyo familiar

En la localidad de Suba, ubicada en la ciudad de Bogotá, se encuentran comunidades que van desde el estrato 1 hasta el 5, lo cual evidencia una gran diferencia de clases sociales. A partir de esto, se puede inferir que la información que se brinda en los centros de salud no siempre es la misma, aunque por derecho debería serlo, ya que se tiene en cuenta el régimen social de salud al cual acuden o están vinculadas las madres gestantes y sus familiares.

Al caso de estudio también se suman las características de cada madre gestante, pues existen diferentes factores que influyen en el desarrollo del feto y la salud de la madre durante el estado de

embarazo.

Estos factores pueden ser sociales, económicos, culturales, e incluso políticos y religiosos. Por ejemplo, dado que no en todos los casos se cuenta con el apoyo familiar y de la pareja para continuar con el embarazo, surge la opción del aborto, y es que, según la OMS (2018) de cada mil mujeres embarazadas, 66 deciden optar por esta opción, y la cual es una de las principales causantes de muertes maternas en el país.

Según Pérez y Márquez (1997, pp. 111-119) es característica común a las madres adolescentes, una pobre autoestima y una autoimagen negativa, generada en sentimientos de rechazo, abandono y soledad, aun cuando se convive con otros. La búsqueda de atención y ayuda, que de alguna forma compensarían esta necesidad, se manifiesta en incomodidad frecuente, dolores no definidos, incremento del cansancio y del apetito, que a la vez generan inquietud por la apariencia.

2.1.1.3 Etapas del embarazo

De acuerdo con Office on Womens Health (OWH, -2019), “el embarazo consiste en aproximadamente 40 semanas contando desde el primer día del último período menstrual” y dichas semanas se agrupan en tres trimestres, en los cuales suceden muchos cambios en el cuerpo de la mujer y, por supuesto, en el desarrollo del bebé. A continuación, se presentan las características de cada uno de los trimestres:

-Primer trimestre

En la primera etapa del embarazo, la mujer sufre cambios hormonales muy importantes que pueden provocar diversos síntomas y, aunque algunas mujeres pueden presentar varios durante toda la etapa de gestación, hay otras que no sienten ningún tipo de molestias en la primera etapa.

A medida que el cuerpo va cambiando en este primer trimestre es posible que las madres necesiten efectuar cambios en su rutina diaria; por ejemplo, acostarse más temprano o comer más frecuentemente, pero en pequeñas cantidades (OWH, s.f.).

Al mismo tiempo, el bebé se desarrolla rápidamente, su corazón comienza a latir, su cabeza, sus brazos y piernas crecen, y hacia el final del primer trimestre, ya puede conocerse el sexo del bebé.

-Segundo trimestre

De las diferentes etapas del embarazo, esta es muchas veces la más llevadera, ya que en general se sienten menos molestias y es probable que las náuseas desaparezcan. El cuerpo se habitúa al cambio hormonal y el abdomen comienza a crecer. El bebé continúa desarrollándose, se forman muchos de sus órganos internos; la madre puede notar algunos movimientos del bebé, que ya es capaz de succionar, rascarse, oír y tragar. (EPS Sanitas, s.f.)

-Tercer trimestre

Es la última de las etapas del embarazo: el bebé crece aceleradamente, acumula tejido graso y el útero, muy distendido,

comienza a hacer presión sobre la vejiga y el estómago. Es posible que la madre tenga que comer porciones reducidas y necesite orinar con mayor frecuencia. Con el aumento del peso abdominal pueden aparecer algunos dolores en el hueso púbico, la zona lumbar o la ingle.

El bebé ya patea con fuerza, aunque en las últimas semanas ya no tendrá mucho espacio para moverse. Los pulmones completan su desarrollo y a partir de la semana 37, el bebé está listo para nacer.

Durante esta última etapa, cuanto más se aproxima la madre a la fecha de parto, “el cuello uterino se vuelve más delgado y suave (a este proceso se lo conoce como borramiento)” (OWH, s.f.). Sin embargo, este no debe ser un momento de preocupación, pues se trata de un proceso natural y normal en el que el cuerpo ayuda a que el canal de parto se abra.

2.1.1.4 Hábitos alimenticios

Durante la gestación, una mala alimentación puede aumentar el riesgo de padecer determinadas complicaciones como diabetes gestacional o hipertensión arterial. Por ello, desde el inicio del embarazo es fundamental seguir una dieta adecuada, pudiendo ser un buen momento para adquirir o mejorar hábitos alimentarios saludables. Para ello se recomienda realizar cinco comidas diarias poco abundantes, para que la digestión sea ligera y beber al menos 2 litros de agua al día. (Con mis hijos, s.f.)

Y es que según Alcolea y Mohamed (s.f.), durante esta etapa las necesidades nutricionales serán ligeramente mayores, pero esto no significa que tenga que comer por dos. Pues su alimentación debe ser completa y variada, nunca abundante. Teniendo en cuenta que a lo largo del embarazo su peso debe aumentar entre 9 y 13 kilos.

2.1.1.5 Riesgos

La mayoría de los embarazos pueden transcurrir sin mayores incidentes. Sin embargo, en algunas ocasiones, se pueden presentar problemas leves, o tan graves, que comprometen la vida de la madre o del niño.

Es por ello, que esta etapa requiere de responsabilidad especial y un estricto seguimiento, para identificar en lo posible, y de manera temprana, todas las situaciones anormales que se presenten, para así poder intervenir para corregir las anomalías y lograr la finalización correcta del embarazo sin poner en riesgo la vida del bebé y de la madre (OWH, s.f.).

Entre los riesgos que se presentan están:

- Aborto natural
- Infecciones
- Preeclampsia
- Hemorragias
- Embarazo ectópico
- Diabetes gestacional

-Preeclampsia

Es una enfermedad que únicamente aparece en la etapa del embarazo y puede conllevar a consecuencias graves tanto para la madre como para el bebé. Sus síntomas principales son tensión alta, hinchazón y eliminación de proteínas por la orina o proteinuria.

Quienes tienen más riesgo de sufrir preeclampsia son gestantes primerizas, mujeres con antecedentes familiares que hayan sufrido de preeclampsia y mujeres mayores de 40 años, entre otros casos (NATALBEN, s.f.)

-Embarazo ectópico

Se produce cuando el feto se desarrolla fuera del útero y da lugar a una gestación que físicamente no puede progresar. Este tipo de embarazos pueden anidar muy raramente en otras zonas diferentes a la trompa de Falopio, como lo son en el cuello uterino, en los cuernos uterinos, en el ovario o en espacios abdominales, lo cual lleva a estas implantaciones a un fracaso. (*Planned Parenthood, s.f.*)

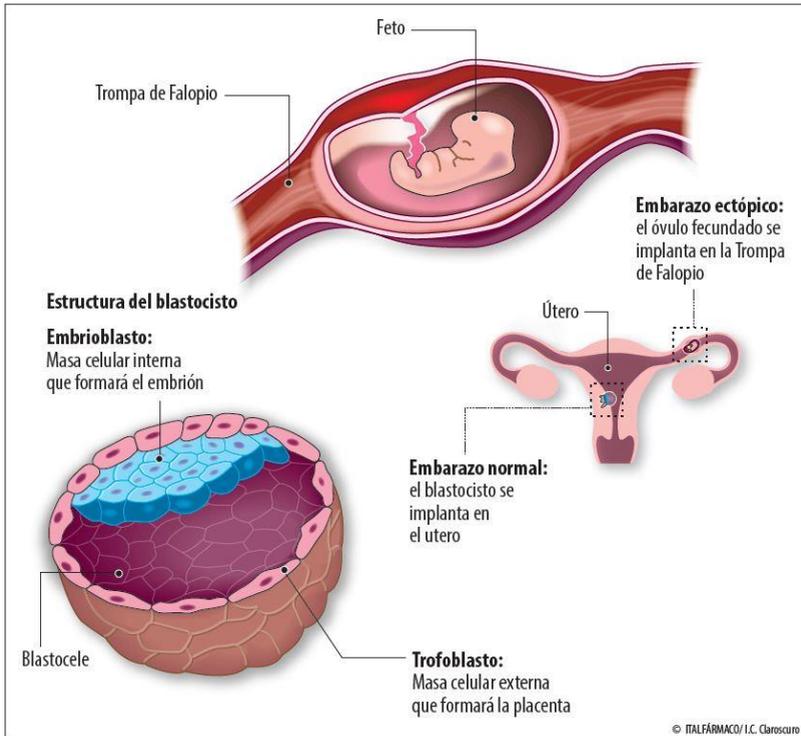


Figura 3. Embarazo ectópico

Fuente: <https://www.natalben.com/embarazo-ectopico>

El cigoto debe viajar desde la trompa de Falopio hasta el útero, el lugar idóneo para anidar. Ese viaje ocurre porque la trompa se mueve, ya que el cigoto es inmóvil. En ocasiones, este no consigue llegar al útero y se implanta en otros órganos (NATALBEN, s.f.)

-Diabetes gestacional

La diabetes gestacional es un tipo de diabetes transitoria que se

produce durante el embarazo, que se manifiesta con elevaciones de los niveles de glucosa en sangre. Para detectarla, se realiza el test de O'Sullivan o test de sobrecarga oral de glucosa entre la semana número 24 y la 28 (NATALBEN, s.f.).

Durante el primer y tercer trimestre se suele detectar si se presentan señales como sobrepeso en el embarazo, así mismo se tienen en cuenta factores como si es mayor de 35 años, tiene algún familiar con diabetes, su hijo anterior nació pesando más de 4 kg o presenta azúcar en la orina.

La diabetes gestacional puede causar complicaciones en el parto debido al gran tamaño del bebé, que puede tener problemas respiratorios tras el parto, y tiene más riesgo de desarrollar en el futuro diabetes o padecer obesidad. (Ministerio de Salud, 2016)

2.1.2 Marco teórico disciplinar

Como respuesta a la problemática y para lograr el objetivo planteado se propone la realización de una herramienta análoga-digital, en este caso una aplicación móvil complementada por un elemento didáctico. Esto se tomará como base para el marco teórico disciplinar.

2.1.2.1 Herramienta digital

Las herramientas digitales son todos los recursos de *software* presentes en computadoras y dispositivos relacionados, que permiten realizar o facilitar todo tipo de actividades, con el fin de facilitar la

educación, enriqueciéndola y haciéndola más entretenida.

2.1.3 Marco conceptual

En la siguiente tabla se abordan conceptos que se encuentran en el documento y que son de suma importancia para el entendimiento del proyecto.

Tabla 1. Conceptos

<p>Población vulnerable (Ministerio de Educación, 2018)</p>	<p>“Grupo de personas que se encuentran en estado de desprotección o incapacidad frente a una amenaza a su condición psicológica, física y mental, entre otras. En el ámbito educativo este término hace referencia al grupo poblacional excluido tradicionalmente del sistema educativo por sus particularidades o por razones socioeconómicas”.</p>
<p>Muerte materna (Secretaría Distrital de Salud de Bogotá, 2011)</p>	<p>“Es la defunción de una mujer durante la gestación, el parto o durante los siguientes 42 días siguientes a la terminación del embarazo, independiente de su localización anatomofisiológica, relacionada o agravada por el proceso de embarazo mismo, del parto, el puerperio o su atención”.</p>

<p>Psicoprofilaxis obstétrica (Guibovich; Morales; Yábar, 2014).</p>	<p>“Es la preparación integral, teórica, física y psicoafectiva, que se brinda durante la gestación, parto y/o postparto para alcanzar una jornada obstétrica en las mejores condiciones saludables y positivas en la madre y su bebé(s), forjándoles una experiencia satisfactoria y feliz; también fortalece la participación y rol activo del padre. La PPO debe ejercerse con criterio clínico, enfoque de riesgo y de forma personalizada, humanística y ética”.</p>
<p>Promoción de la salud (OMS, 2016)</p>	<p>“La promoción de la salud permite que las personas tengan un mayor control de su propia salud. Abarca una amplia gama de intervenciones sociales y ambientales destinadas a beneficiar y proteger la salud y la calidad de vida individuales mediante la prevención y solución de las causas primordiales de los problemas de salud, y no centrándose únicamente en el tratamiento y la curación”.</p>
<p>Educación prenatal</p>	<p>“La educación prenatal es considerada como un instrumento eficiente de educación para la</p>

(OMS, 1946)	salud, entendida esta como un estado de bienestar integral físico, psíquico y social”.
-------------	--

Fuente: Elaboración propia con base en Guibovich; Morales y Yábar, 2014; Ministerio de Educación, 2018; Organización Mundial de Salud, 1946; Organización Mundial de Salud, 2016 y Secretaría Distrital de Salud, 2011.

2.1.4 Marco institucional

En este apartado se realiza una presentación de las instituciones con las que se aborda el proyecto.

2.1.4.1 Fundación Hogar Margarita

En la Fundación Hogar Margarita, ubicada en la localidad de Suba, se presta orientación y protección a las mujeres embarazadas y sus familias, que estén en conflicto con su embarazo. Mediante asesoramiento social y psicológico y la prestación de servicios básicos de atención de vivienda, nutrición y cuidado para ellas y sus hijos (en caso de que sea necesario) en un ambiente de afecto y respeto brindándoles además de orientación, capacitación para que asuman su maternidad con responsabilidad y desarrollen un plan de vida para ella y su bebé que impacte positivamente su proyecto de vida.



Figura 4. Ubicación Fundación Margarita.

Fuente: <https://www.google.com/maps/@4.7534193,-74.0834246,206m/data=!3m1!1e3>

Se busca garantizar la debida atención física y psicológica de la mujer embarazada y la prevención de nacimientos prematuros, mala nutrición y otros problemas de salud y condiciones psicológicas relacionados con el embarazo.



Figura 5. Instalaciones Fundación Hogar Margarita.

Fuente: <https://www.hogarmargarita.org/>

2.1.5 Marco legal

En esta sección se consigna información acerca de los lineamientos legales que involucran el proyecto.

Tabla 2. Normatividad

<p>Declaración Universal de Derechos Humanos (1948)</p>	<p>Artículo 3. Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.</p> <p>Artículo 6. Todo ser humano tiene derecho, en todas partes, al reconocimiento de su</p>
---	---

	personalidad jurídica.
Pacto Internacional de Derechos Humanos (1976)	No se deben adoptar medidas que vulneren el derecho a la vida de la mujer embarazada, ni del ser humano que está en su vientre; ambos son sujetos de derechos protegidos.
Derecho a la vida (Constitución Política de Colombia, 1991)	Artículo 11. El derecho a la vida es inviolable. Artículo 44. Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social
Resolución 412 del 2000	Contempla dos estrategias para la prevención, identificación y mitigación de alteraciones durante la gestación, por medio de un seguimiento de factores de riesgo de la gestante, como lo son, el control prenatal y el curso de preparación para la maternidad y paternidad. Se recomienda leer el anexo 2 (Resolución 412 del 2000)
Ley Estatutaria 1751 de 2015	Por medio de la cual se regula el derecho fundamental a la

	<p>salud y se dictan otras disposiciones.</p> <p>Se recomienda leer el anexo 3 (Ley 1751 de 2015)</p>
--	---

Fuente: Elaboración propia con base en la Constitución Política de Colombia, 1991; Declaración Universal de Derechos Humanos, 1948; Ley estatutaria 1751, 2015; Pacto Internacional de Derechos Humanos, 1976 y Resolución 412, 2000.

2.2 Estado del arte

Se eligen en calidad de referentes algunos proyectos o productos realizados anteriormente, para tenerlos como base y así extraer de ellos sus aciertos y fallos.

2.2.1 Curso psicoprofiláctico

Para acceder a los cursos psicoprofilácticos se debe estar afiliado a una EPS, ya sea desde el régimen contributivo o régimen subsidiado, para programar citas y sesiones de los cursos que brindan educación teórico-práctica a las madres gestantes; estos cursos se realizan en ocho sesiones de dos horas cada una.

Tabla 3. Programación cursos psicoprofilácticos

Trimestre de la gestación	Taller
Mes 1 – Mes 3	Pilates para súper mamás I.

	Nutrición de dos vidas.
Mes 4 – Mes 6	Pilates para súper mamás II.
	Siete maravillas de amamantar.
	Un vínculo que perdurará toda la vida.
Mes 7 – Mes 9	Pilates para súper mamás III.
	Prepárate para un tranquilo trabajo de parto.
	Ocho regalos para un recién nacido.

Fuente: Transcripción programación curso psicoprofiláctico EPS Sanitas, 2018.

Estos cursos, aunque hacen parte del programa del cuidado de las madres dentro de las EPS, no tiene un impacto entre ellas como se espera, pues en su mayoría las mujeres no asisten por cuestión de desinformación y tiempo.

2.2.2 App Winny

Es una aplicación móvil que está a disposición de las embarazadas. Con tan solo inscribirse en esta, se tiene la posibilidad de encontrar información de lo que sucede semana a semana en el embarazo y mes a mes con el bebé. Una de las opciones llamativas que se encuentra allí, es la posibilidad de crear un álbum fotográfico, donde la mamá puede ir guardando recuerdos desde el primer día hasta el nacimiento.

También encuentran la posibilidad de información acerca del crecimiento del bebé y su desarrollo después de nacer.



Figura 6. App móvil Winny

Fuente:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.winny.prod.appwinny&hl=es>

2.2.3 Maternar.com.co

Es una página web que ofrece distintos cursos *online* para la preparación y cuidado de la madre gestante, teniendo en cuenta aspectos físicos, emocionales e intelectuales, a través de la educación, la prevención y el acompañamiento constante durante la etapa del embarazo.



Figura 7. Página web Maternar

Fuente: Maternar.com.co

Esta nace de una idea emprendedora por parte de Paola Pimiento, enfermera especialista en el cuidado de la salud y la seguridad de la gestante y del recién nacido.

2.2.4 Compensar EPS

La página principal de Compensar EPS cuenta con fascículos digitales a los que todas las personas pueden acceder sin ningún costo.

Actualmente, se encuentran publicaciones: “Infecciones respiratorias en bebés,” Preparándose para ser mamá”, “Signos de alarma gestantes”, “Atención integral gestante”, “Cuidados nutricionales”, “Cuidados en salud oral”, “El nacimiento está cerca” y “Lactancia materna”.



Figura 8. Maternidad Compensar EPS

Fuente: <https://www.compensar.com/salud/pypMamas.aspx>

2.2.5 Embarazados

"Embarazados" es una iniciativa de la Secretaría Distrital de Salud en alianza con la Iniciativa Cluster de Salud de Bogotá, liderada por la Cámara de Comercio de Bogotá, La Fundación Santa Fe de Bogotá y Dondocor.

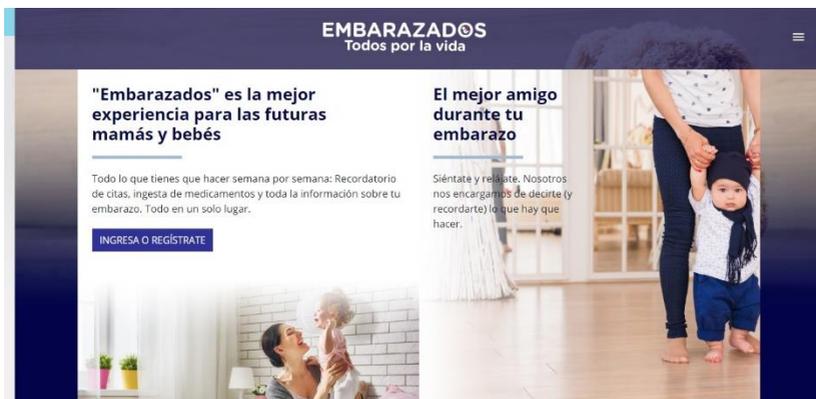


Figura 9. Embarazados

Fuente: <https://embarazados.co/>

La plataforma web permite la identificación oportuna y el seguimiento a las mujeres gestantes con factores de riesgo para su salud y la del bebé; con el fin de brindar orientación y educación confiable para acompañar el proceso de la gestación en las mejores condiciones posibles.

Aún no es conocida entre muchas madres pues le ha hecho falta difusión, pero es un buen ejemplo ya que les permite llevar un control *online* permitiendo generar recordatorios.

2.3 Línea del tiempo

En este apartado se encuentra un gráfico en forma de línea del tiempo que resume la historia contextual y los acontecimientos disciplinares afines al tema.

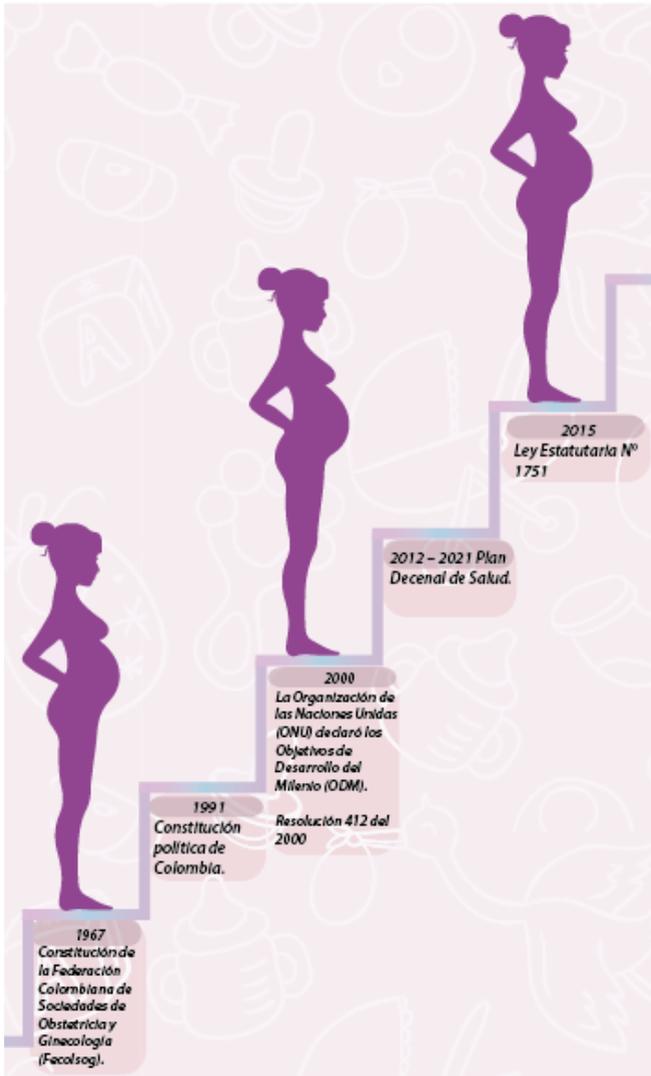


Figura 10. Fragmento de la línea de tiempo

Fuente: Elaboración propia

Para ver el gráfico completo, remítase al Anexo 4 (Línea del tiempo).

En la línea de tiempo se evidencia el momento de implementación y creación de métodos y trabajos realizados alrededor del parto, teniendo en cuenta técnicas de condicionamiento de Pavlov para que su respuesta a las contracciones uterinas fuera positiva.

También se reflejan también algunos cambios en cuanto a la normatividad que rige la promoción y prevención en la salud que inciden directamente en la mujer embarazada.

2.4 Caracterización de usuario

El proyecto está centrado en madres primerizas de 18 a 25 años ubicadas en la localidad de Suba. Se decide trabajar en frente al caso de las mujeres que asisten a la Fundación Hogar Margarita, ya que esta brinda apoyo a madres en situación de vulnerabilidad y les ofrece cursos para su proyecto de vida personal y profesional, al mismo tiempo que lleva un control de su embarazo teniendo en cuenta aspectos físicos y emocionales.

A esta fundación asisten madres gestantes de estratos 1 y 2, algunas sin afiliación a un régimen de salud al cual acudir para controles médicos. Allí se encuentran madres residentes o madres con visita frecuente, todo esto para brindarles la mejor posibilidad que ellas puedan tomar.



Figura 11. Usuaria.

Fuente: Elaboración propia.

Para uno de los talleristas de la fundación, actualmente se presentan más casos de complicaciones médicas en las madres que no residen allí. Todo esto, se debe a que no se lleva la misma rutina y muchas veces las madres no cumplen con el plan que se les ha enviado para realizar. (C. Molano, comunicación personal, 18 de marzo de 2019).

En dicho plan se estipula una alimentación sana con reforzamiento en ácido fólico y una rutina de ejercicio o caminata diaria que debe realizar la madre, teniendo en cuenta el estado del

embarazo, pues mientras en algunos casos la salud es favorable, también hay embarazos de alto riesgo.

Las madres primerizas, quienes son la usuaria final del proyecto, se caracterizan por ser mujeres emprendedoras, pacientes y con deseos de finalizar su embarazo en óptimas condiciones, se encuentran en un rango de edades entre los 18 y 25 años, y están ubicadas en la localidad de Suba.

Capítulo 3. Desarrollo de la metodología, análisis y presentación de resultados

En este capítulo se encuentra consignado el proceso que se realizó para la investigación, y aspectos del producto como los objetivos de diseño, determinantes y requerimientos que se toman en cuenta para plantear la solución más adecuada para la problemática y la usuaria.

3.1 Criterios de diseño

En este apartado se identifican dos aspectos importantes para establecer acertadamente una solución de diseño que responda a la problemática planteada, teniendo en cuenta las características de la usuaria.

3.1.1 Árbol de objetivos de diseño

Para establecer los criterios de diseño esenciales del producto, se conceptualizan los requerimientos más importantes de la usuaria. De esta manera se identifica que las usuarias necesitan una herramienta que sea eficaz, confiable y personalizable.

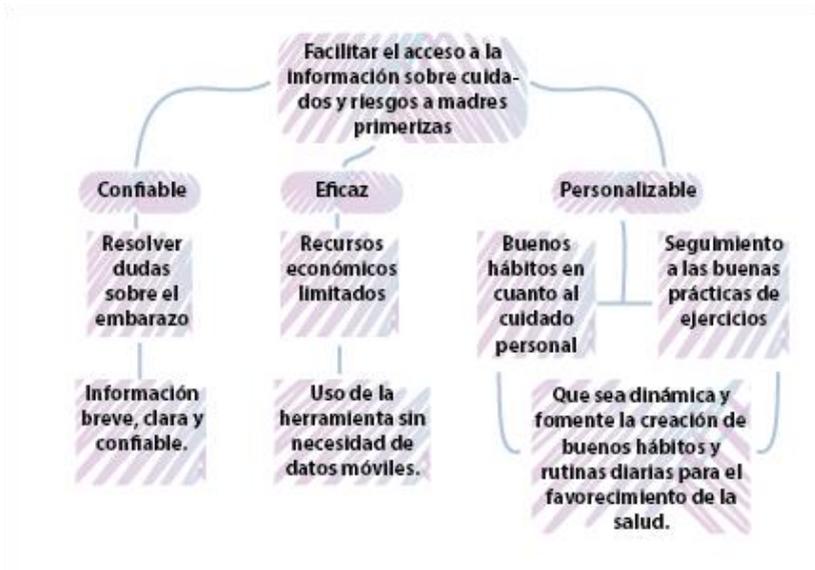


Figura 12. Árbol de objetivos.

Fuente: Elaboración propia.

Se establece que la herramienta debe promover el cuidado personal de las madres a través de la motivación y generación de buenos hábitos, en cuanto a alimentación y ejercicio, contado con fuentes médicas quienes apoyan cada temática que allí va incluida.

A partir de esto se establece un determinante principal en cuanto a accesibilidad en función de dos requerimientos principales que son la falta de conocimientos y la falta de recursos económicos, los cuales a su vez nos dirigen a establecer determinantes del producto que respondan a esto. Es decir que se debe plantear una solución con terminologías de fácil entendimiento comprender el tema y su

importancia.

3.1.2 Requerimientos y determinantes de diseño

A continuación, se presentan los determinantes y requerimientos con base en las necesidades de la usuaria (madre primeriza) y teniendo en cuenta factores sociales y económicos que influyen en ellas.

Tabla 4. Determinantes y requerimientos

	Bajo conocimiento sobre conceptos médicos.	Emplear terminología sencilla al desarrollar los contenidos.
	Recursos económicos limitados.	Facilitar el acceso a la información sin la necesidad de utilizar datos móviles.

Usuaria (Madre primeriza)	<p>De 18 a 25 años.</p>	<p>Debe ser intuitivo para facilitar la adaptación a los medios tecnológicos pues algunas de ellas solo han terminado la primaria o el bachillerato.</p>
	<p>Control del desarrollo del embarazo</p>	<p>Así como en la fundación y en los centros médicos se lleva un control acerca de citas médicas y cursos, se debe realizar recordatorio de futuras citas y cursos para que la madre no</p>

		descuide su salud y el proceso que lleva.
	Desinformación sobre el adecuado desarrollo en la etapa de gestación.	Visibilizar la importancia del desarrollo en cada uno de los trimestres.
	Conexión a red WiEfi.	Conexiones con terceros y llegada de información por medios <i>online</i> .

De medidas pequeñas al ser producto análogo/digital	El producto análogo no debe ser mayor a 10 cm de alto pues debe ser fácil de llevar.
---	--

Fuente: Elaboración propia

3.2 Hipótesis de producto

Una herramienta análoga-digital, conformada por una aplicación móvil que expone los cuidados y riesgos a tener en cuenta durante la etapa de embarazo; y que da pautas sobre cómo llevar unos buenos hábitos alimenticios y rutina diaria, genera la motivación necesaria en la madre para que lleve un buen proceso y desarrollo de su embarazo, logrado finalizar en óptimas condiciones esta etapa.

3.3 Desarrollo y análisis Etapa Empatizar

En esta fase de la metodología lo que se pretende establecer claramente la problemática, generando a su vez un acercamiento a los actores que se ven involucrados dentro de esta.

3.3.1 Diagnóstico

Como primer paso se realizó la identificación de la problemática, que partía desde experiencias cercanas, para posteriormente indagar en el tema a través del acercamiento a fuentes médicas y experiencias de madres en el rango de edad establecido. Esto con el fin de analizar las diferentes situaciones y establecer si la falta de cuidados e información se presentaba solo en casos muy puntuales o existía una brecha de comunicación por parte de los cursos psicoprofilácticos y las madres. De lo anterior se extrajo información acerca de la pertinencia de trabajar para el mejoramiento del servicio en cuanto a la información brindada acerca de riesgos y cuidados.

3.3.2 Fuentes secundarias

Se realizaron distintas formas de indagación desde fuentes secundarias. De estas, la más fructífera fue el análisis PEST que permite identificar el contexto de la problemática y sus actores, así como los marcos legales, económicos, sociales, tecnológicos, a los que se rige el cuidado personal en madres gestantes. Todo esto para entender por qué se presenta esta desinformación y establecer los aspectos que no son pertinentes con el fin de intervenir. Para analizar con mayor detenimiento los aspectos contextuales que permite evidenciar esta herramienta, remítase al Anexo 5 (Análisis PEST).

3.3.3 Focus group



Figura 13. Madres primerizas en estado de gestación

Fuente: Elaboración propia

El objetivo de la aplicación de esta herramienta es el de reconocer los comportamientos durante y después de la etapa del embarazo en madres primerizas de 18 a 25 años. Para su realización se tomó como caso de estudio la Fundación Hogar Margarita ubicado en Bogotá, en la localidad de Suba.



Figura 14. Madres primerizas con sus recién nacidos

Fuente: Elaboración propia

Como parte de esta actividad, se pudo concluir que la madre presenta miedos y momentos de ansiedad y estrés teniendo en cuenta la falta de información que esta posee y los cuales son factores negativos que inciden bastante en el desarrollo del embarazo y momento del parto

3.3.3 Mapa de empatía

Con base en los pasos anteriores se generó un mapa de empatía buscando hacer un estudio de la usuaria final, su interacción con los elementos del contexto y su respuesta a los estímulos de la rutina durante la jornada. De este se concluyó que las madres presentan miedos y brechas de desinformación en cuanto a los hábitos

alimenticios y de rutinas que debe llevar para evitar riesgos y complicaciones médicas, pero no tienen acceso a la información necesaria para hacerlo adecuadamente. Se establecieron también determinantes de tipo tecnológico, dejando ver que las madres tienen un manejo básico de medios como el Smartphone y el computador, además de su interacción con el internet y el acceso que este les da. Se recomienda ver anexo 6 (Mapa de empatía), para ahondar un poco más en cada uno de los ítems.

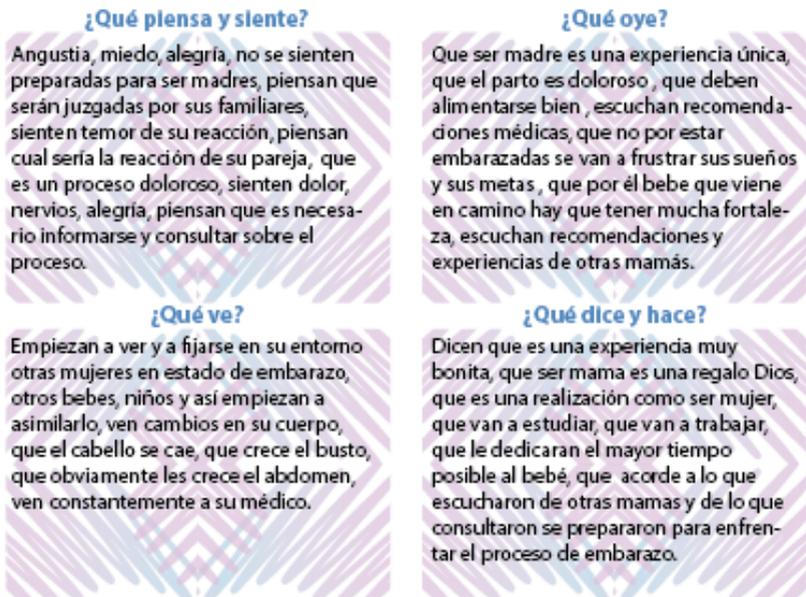


Figura 15. Mapa de empatía.

Fuente: Elaboración propia

3.4 Desarrollo y análisis Etapa Definir

En esta fase de la metodología lo que se pretende es definir la temática que debería llevar el producto final, teniendo en cuenta la información que es brindada por fuentes secundarias, esta temática debe ser acorde a lo que la usuaria necesita conocer (ver numeral 2.1).

3.4.1 Entrevista con el experto

Para identificar los contenidos de la aplicación fue necesario apoyarse en una médica pediatra y un gineco-obstetra, por lo cual se realizó un acercamiento a dos profesionales que cumplen con la tarea de hacer seguimiento y control en la Fundación Hogar Margarita a las madres que allí acuden, ubicado en la localidad de Suba.

Durante la entrevista, los profesionales de la salud respondieron a diversas preguntas acerca de las dudas que se presentan principalmente en madres primerizas y las complicaciones que se ven con mayor frecuencia durante la etapa de gestación y el momento del parto, teniendo en cuenta la preparación y apoyo que se les brinda a través de la fundación Hogar Margarita. A partir de estas entrevistas se logró llegar a la conclusión que, riesgos como hipertensión, abortos espontáneos e infecciones son prevenibles en la medida en que la madre adopte una rutina diaria de mínimos ejercicios y practicas sanas, así como el acompañamiento de buenos hábitos alimenticios. Por otra parte, en casos como embarazos de alto riesgo y madres propensas a sufrir de preclamsia se debe llevar un acompañamiento

más controlado y con rutinas más específicas para lograr llevar a cabo la etapa de gestación completa manteniendo una vida sana tanto para él bebe como para la madre.

3.4.2 Selección de temática

Después de la entrevista realizada a los expertos, se llevó a cabo un trabajo de campo en el cual se realizó un acercamiento a otras instituciones privadas del mismo sector de Bogotá, donde se indagó acerca de los beneficios a los que tienen acceso las mujeres embarazadas y ampliando todas estas fuentes y referencias las cuales se pueden ver en el capítulo 2.

Con base en los registros obtenidos en esta recopilación de información se pudieron establecer los temas que posiblemente se abordarán en el producto, teniendo como principales categorías la madre y el bebé.

3.5 Desarrollo y análisis Etapa Idear y prototipar

En esta fase de la metodología lo que se pretende es usar todos los parámetros establecidos en las etapas anteriores para hacer llegar a la usuaria, el producto que mejor satisfaga sus necesidades y logre el objetivo de la investigación.

3.5.1 Hipótesis

Se planteó la hipótesis de producto (ver numeral 3.2), teniendo

en cuenta los lineamientos que dejaron como conclusión los procesos de la Etapa Empatizar y Definir respondiendo al objetivo de investigación. En síntesis, se trata de una aplicación móvil que informará a la madre primeriza en el proceso del correcto desarrollo durante la etapa del embarazo.

3.5.2 Conceptualización

Para un adecuado acercamiento a las madres primerizas como usuaria y a su proceso de gestación, se realizó una identificación de los conceptos que se quieren reflejar durante el desarrollo del producto, para concluir los lineamientos gráficos que se deben tener en cuenta. Todo esto a partir de una sesión de co-creación realizada junto a madres primerizas en estado de embarazo y madres quienes recientemente habían dado a luz a su bebé.

Se plantearon cuatro conceptos que sería necesario destacar dentro de la línea gráfica del producto, los cuales son el afecto, la delicadeza (haciendo referencia a lo que ese bebé representa para ellas), la esperanza y la feminidad.



Figura 16. Moodboard.

Fuente: Elaboración propia

3.5.3 Prototipado

Ya con todos los criterios de diseño anteriormente establecidos se realizaron las distintas propuestas gráficas del producto para lograr su posterior testeo y correcciones. El proceso en este punto fue realizado mediante una lluvia de ideas en la cual participaron madres en estado de embarazo, quienes hicieron aportes para el producto que luego fueron recopilados en la realización del primer prototipo.

Destacando tres categorías principales (Mi embarazo, mi bebé y

redes de apoyo) y su posible contenido.

3.6 Desarrollo y análisis Etapa Evaluar

En esta fase de la metodología lo que se pretende es hacer llegar a la usuaria el producto realizado, con el fin de lograr la retroalimentación que permita fortalecer y facilitar el proceso de información acerca de riesgos y cuidados en el embarazo para las madres.

3.6.1 Testeo con usuario

Se realiza un *Focus Group* con madres primerizas para mostrar un primer acercamiento a lo que sería la aplicación y lograr evaluar la percepción de estas acerca de la línea gráfica y la navegación.

3.6.1.1 Testeo aplicación móvil



Figura 17. Primer bosquejo de la aplicación

Fuente: Elaboración propia

Se concluye la necesidad de efectuar ajustes para facilitar la legibilidad de los contenidos; y en cuanto a la navegación se plantean arreglos en la representación gráfica de imágenes necesarias en cada tema.

3.6.1.1 Testeo producto análogo (folleto)

Para el primer prototipo de producto análogo se plantea un folleto con información básica acerca de datos que debe conocer la madre en la etapa de gestación.



Figura 18. Primer bosquejo de prototipo análogo.

Fuente: Elaboración propia

Se concluye que el producto análogo debe ser didáctico y fácil de llevar de acuerdo a los requerimientos de la usuaria, se decide que sea de esta forma pues la madre presenta síntomas de estrés y el producto didáctico ayudaría a calmar estos síntomas en cuanto a ella le sea útil.

3.7 Resultados de los testeos.

3.7.1 Primer testeo

En el primer testeo del producto, el prototipo de la aplicación en su primera versión fue presentado a un grupo de ocho madres para evaluar su respuesta a la navegación y a la línea gráfica. Se contó con la participación de cinco madres primerizas en estado de embarazo y tres madres con hijos.



Figura 19. Fragmento de la aplicación en su primera versión.

Fuente: Elaboración propia

Del prototipo expuesto se sacaron conclusiones para su mejora. Entre otras, la necesidad de realizar ajustes para lograr una adecuada navegación dentro de la aplicación que facilite su uso y la adaptación a la tecnología. Adicionalmente, se requieren ajustes en la línea gráfica en cuanto a iconografía; así como generar una mayor aceptación representando gráficamente los requerimientos de información.



Figura 20. Segunda versión producto análogo

Fuente: Elaboración propia

Y para el prototipo análogo, se define que debe ser de un material más suave que pueda servir como posible juguete para el bebé que viene en camino.

3.7.2 Segundo testeo

Se realizaron ajustes al prototipo con base en las conclusiones del primer testeo. El segundo proceso de comprobación se llevó a

cabo mostrando a cinco madres, quienes estaban en el último trimestre, la nueva propuesta.

A cada usuaria se le entregó un instructivo en el que se le solicitó realizar tareas en la aplicación, para evaluar qué tan intuitiva les resulta la navegación.



Figura 21. Fragmento de la aplicación en su segunda versión

Fuente: Elaboración propia

Las tareas por realizar eran tres: Iniciar sesión, encontrar información acerca del tercer trimestre de embarazo y crear un nuevo

foro; otro aspecto que se tuvo en cuenta fue el tiempo que se demoraron realizando cada actividad.

Se obtuvieron tres respuestas satisfactorias ante la primera y segunda labor, en la tercera tarea la atención que estaban prestando no era la misma del inicio, pues al encontrar datos y curiosidades, se desviaron de la actividad que debían realizar, pero finalmente lo lograron sin ningún contratiempo.

Después de cada tarea se realizó una retroalimentación del proceso, donde se recibieron observaciones como el cambio de nombre de la aplicación por uno más recordable para ellas, la falta de contraste y la poca legibilidad en los campos de escritura, aspectos que se concluyeron como los nuevos ajustes.

3.7.3 Tercer testeo

A partir de las sugerencias realizadas por las usuarias se realizan modificaciones con el propósito de generar una aplicación un poco más comprensible en cuanto a iconos para generar la relación entre estos y las temáticas.

Se modifica la pantalla principal para que la usuaria identifique y asocie el tema junto con el icono que está visualizando en el momento, haciendo que la herramienta sea un poco más intuitiva frente a la madre que la consulta.

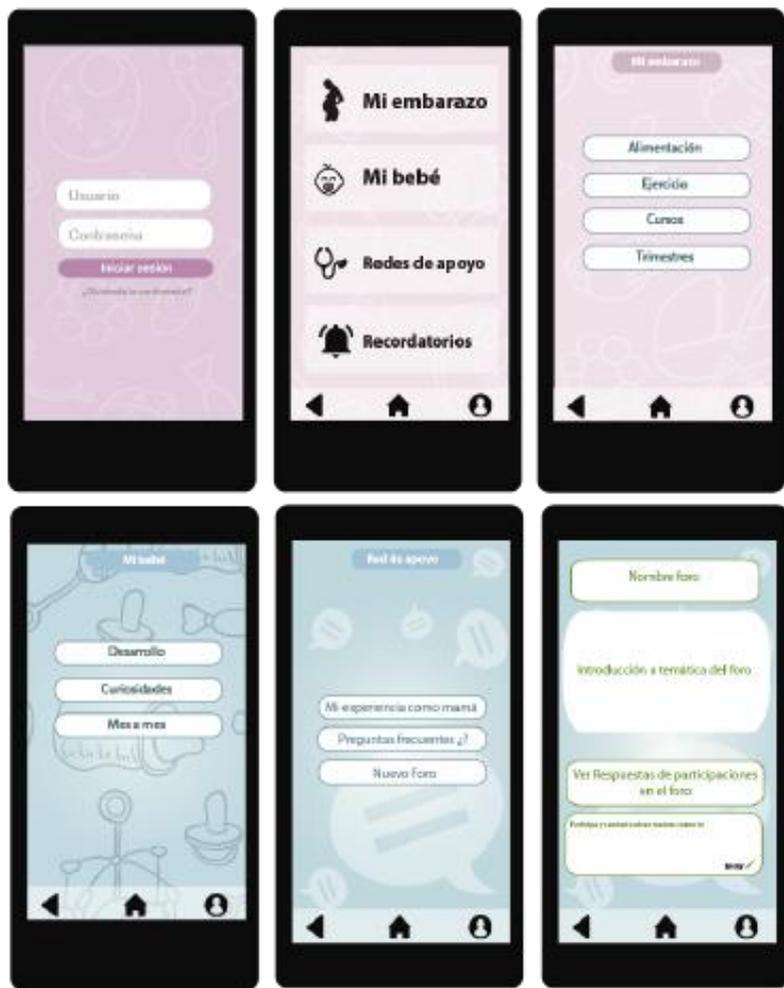


Figura 22. Fragmento de la aplicación tercera versión.

Fuente: Elaboración propia

Durante este testeo se les pidió a las usuarias navegar a través de la aplicación con el fin de conocer que posibles temas deberían tener un nuevo ajuste y cuales les eran más llamativos.

Como conclusión se obtiene que siete de las diez madres que realizaron el testeo se inclinan más hacia los temas que tienen afinidad con su bebé puesto que para ellas es de gran importancia comenzar a generar una relación cercana desde el vientre.

3.8 Prestaciones del producto

Como solución a la falta de información en las madres primerizas sobre los temas relacionados al desarrollo de la etapa de embarazo, se plantea una aplicación móvil llamada “Parto a salvo”, nombrada así para contribuir a que la experiencia sea amigable y accesible, además de hacer referencia al momento más importante al que ellas quieren llegar al finalizar su etapa de embarazo.

3.8.1 Aspectos morfológicos

Parto a salvo maneja representaciones gráficas de tipo simbólico, es decir, íconos, para facilitar y amenizar la navegación; por otro lado, el contenido se trabaja mediante las tres categorías principales, ofreciendo una guía de cuidados y consejos para las madres primerizas dando prioridad a su cuidado personal y fortaleciendo las rutinas diarias en complementación de correctos hábitos de alimentación.

3.8.2 Aspectos técnico-funcionales

Para acceder a “Parto a salvo” es necesario que la usuaria cuente con un *smartphone*, con sistema operativo *Android*, además de acceso a internet para su descarga y para realizar las actualizaciones del producto.

3.8.3 Aspectos de usabilidad

Las madres primerizas deberán contar con un nivel básico en uso de los medios tecnológicos y de lecto-escritura, lo cual lo garantiza la formación previa con la que cuentan. Los demás aspectos de usabilidad de difícil entendimiento para las usuarias, como lo son el uso de foros y redes de apoyo serán explicados en la pestaña de ajustes.

Youxi

Capítulo 4. Conclusiones

En este capítulo se encuentran consignadas las conclusiones que se extraen de todo el proceso de investigación, la estrategia de mercado que se plantea para el producto y las consideraciones.

4.1 Conclusiones

“Youxi” es una investigación que nace de la intranquilidad que puede generar en una madre primeriza, la desinformación insuficiente que tiene durante la etapa de embarazo, en particular, en cuanto a hábitos de alimentación, riesgos posibles y desarrollo correcto del bebé. Esto se convierte en un problema cuando se presentan complicaciones médicas durante la etapa del embarazo o en el momento del parto. Además de las consecuencias que se pueden identificar a simple vista como lo son síntomas de diabetes gestacional o anemia durante el embarazo, están las repercusiones en el desarrollo correcto del bebé dentro de la madre.

De todo esto se concluye la necesidad de investigar: ¿Cómo contribuir a la prevención de muertes maternas en madres primerizas, a través de la divulgación de información sobre los riesgos y cuidados? Lo anterior, pensando en hallar una solución a la problemática.

En la primer etapa y segunda etapa de la investigación se realiza un acercamiento al contexto, del cual se infiere que para lograr un desarrollo adecuado teniendo como prioridad la salud de la madre y el bebé, se debe llevar una rutina diaria acompañada de una dieta balanceada y ejercicios necesarios, para evitar que la madre sufra

episodios de estrés y ansiedad, los cuales pueden llevar a una complicación médica más adelante. Con esta contextualización de la pregunta de investigación, “Youxi” se traza como objetivo general contribuir a la prevención de muertes maternas, a través de la divulgación de información en madres primerizas, de forma que se les facilite el acceso a la información sobre riesgos y cuidados durante el embarazo, y así lograr que ellas generen una rutina diaria y adopten buenos hábitos de alimentación.

Para dar solución al problema se plantea desarrollar un producto que se presenta por medio de un aplicativo móvil acompañado de un producto análogo, en el que la madre primeriza encuentra la información de la cual carece, de forma atractiva y pregnante. Este objetivo se pretende alcanzar con la ayuda de los objetivos específicos que se van desarrollando durante la investigación, mediante las etapas de la metodología seleccionada.

Como primer objetivo específico, se plantea el análisis de comportamientos relacionados con los cuidados personales de las madres primerizas tomando como base las actividades diarias que realiza.

Para lograr el objetivo central es necesario mostrar a las madres primerizas la importancia de llevar un control en su embarazo, para generar buenos hábitos durante el desarrollo de esta etapa, garantizándoles una mejor calidad de vida.

Cuando se da por hecho que a las madres primerizas se les ha mostrado la importancia de generar rutinas diarias acompañadas de ejercicio y una dieta balanceada en esta etapa, van a encontrarse en

un momento de ansiedad y estrés, ya que se despertó el interés, pero encuentran un choque entre la información que ellas poseen y a que están recibiendo pues creen estar haciendo lo correcto hasta ese momento, generándoles miedo por lo que puede llegar a suceder.

Por esto se le hacen llegar opciones de actividades y consejos de otras madres y profesionales para que puedan ser desarrolladas durante su embarazo.

La idea de todos estos requerimientos del producto o de la solución planteada, es brindarle información a la madre primeriza, contribuyendo así al desarrollo óptimo y finalización satisfactorio de la etapa del embarazo.

Finalmente, se deben evaluar los resultados que la implementación de la aplicación puede generar en las madres primerizas, esperando despertar el interés por adoptar una rutina diaria correcta y una dieta balanceada. Cabe mencionar que, en un comienzo, cuando se identificó y planteó la problemática, se pensó en posibles soluciones que a simple vista respondían a la necesidad de las madres haciendo un acompañamiento junto con los talleristas de la fundación, pero en el momento de desarrollar la investigación se encontraron caminos más eficaces.

Aunque es complicado no encasillarse e imponer una solución, que además puede no resultar tan buena, es necesario abrir la mente a otras respuestas. Por ejemplo, el problema abordado en esta investigación está dirigido a una necesidad no abarcada por parte de los centros médicos y fundaciones que ofrecen apoyo a estas madres e situación de vulnerabilidad, por lo que en primera instancia se puede

pensar en un producto dirigido a ellos, pero luego de la indagación se evidencia que el problema no se debe solucionar llegando a ellos, sino que se les debe garantizar el canal de información y educación a estas madres teniendo en cuenta el tiempo y los recursos limitados con los que ellas cuentan.

“Parto a salvo” es la muestra de que mediante el diseño se tiene la posibilidad de responder a problemáticas de otros campos disciplinares, como es el caso de acompañamiento e información que se brinda en cursos psicoprofilácticos, pero que constituyen una problemática de tan gran envergadura (en este caso, de impacto nacional), que puede ayudar a conseguir un cambio en la sociedad del futuro, con un desarrollo superior y garantizando un progreso social.

Es así como se observa que la trascendencia del diseño digital en la comunidad de hoy es extraordinaria, pues se tiene una oportunidad de alcance enorme y se pueden atender infinidad de requerimientos que quizá otros medios no logran; no obstante, se debe tener en mente la responsabilidad que esto conlleva, no sólo con los proyectos que se desarrollan y distribuyen, sino también con aquellos que se dejan de hacer.

4.2 Estrategia de mercado

<p><i>Alianzas</i></p> <p>Alcaldía local</p> <p>La casa de la mujer</p> <p>Secretaría Distrital de la Salud</p> <p>Fundación Hogar Margarita</p>	<p><i>Actividades</i></p> <ul style="list-style-type: none"> *Desarrollo de app *Mantenimiento app *Permisos *Publicidad en RRSS *Gestión de impresión <p><i>Recursos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> *Personal médico *Programadores *Software *Hardware 	<p><i>Propuesta de valor</i></p> <p>Facilitar el acceso a la información por medio de plataformas digitales que acompañaran a la gestante con ejercicios prácticos, información confiable personalizada de acuerdo al tipo de embarazo que lleva.</p>	<p><i>Relaciones</i></p> <ul style="list-style-type: none"> *Servicio técnico online *Actualización app <p><i>Canales</i></p> <ul style="list-style-type: none"> *Fundación Hogar Margarita *Médicos *Medio análogo directamente para la madre gestante *Publicidad en RRSS 	<p><i>Segmento de clientes</i></p> <p>Entidad privada u Organización centrada en el apoyo hacia la madre joven</p> <p>Secretaría Distrital de la Salud</p> <p>Healthy Teen Network</p>
<p><i>Estructura de costos</i></p> <p>Instalaciones físicas</p> <p>Publicidad e impresiones análogas</p> <p>Servicios públicos básicos</p> <p>Desarrollo y mantenimiento app móvil</p> <p>Publicidad en redes sociales</p>		<p><i>Fujo de ingresos</i></p> <p>Licencias con tiempos de funcionalidad</p> <p>Venta directa a fundaciones y entidades</p> <p>Actualización y mejoras de funcionamiento</p>		

Figura 23. Modelo de negocio – Canvas

Fuente: Elaboración propia

Para ver completamente el gráfico, remítase al Anexo 7 (Canvas).

A continuación, se encuentra la descripción de cada apartado del modelo Canvas en el marco del negocio planteado a partir de la aplicación que se traza como solución a la problemática de estudio.

4.2.1 Segmento de cliente

Para la segmentación de cliente principalmente se tuvieron en cuenta diferentes factores, pero como principal beneficiario se plantea

a la madre primeriza de estrato 1 y 2 de la localidad de Suba. Se logra como resultado que el cliente final sea una entidad privada u organización centrada en apoyar el desarrollo de la madre gestante y su salud. Entre estas se tienen en cuenta organizaciones nacionales e internacionales como lo son “*Healthy Teen Network*” y “*Birthright Internacional*”, cuyo principal objetivo es proporcionar apoyo emocional y consejería a jóvenes mujeres embarazadas.

4.2.2 Propuesta de valor

Facilitar el acceso a la información por medio de plataformas digitales que acompañarán a la gestante con ejercicios prácticos e información confiable personalizada, de acuerdo con el tipo de embarazo que lleva.

4.2.3 Canales

El contacto inicial con el cliente se manejará de manera presencial para motivarlo mostrando la importancia de la implementación de la aplicación y realizar el proceso de venta. Además, se prestará un servicio de atención constante al cliente para brindarle soluciones oportunas a sus inquietudes, sugerencias y reclamos, de manera que se sienta una cercanía que permita una fidelización del cliente.

4.2.4 Relación con los clientes

Se plantea mantener una relación *online*, ofreciendo un servicio técnico para realizar las mejoras que se necesiten, ampliar información y agregar *pluggings* en cuanto la medición y la zona de cubrimiento se empiece a ampliar.

4.2.5 Fuente de ingresos

Entre los ingresos principales se estima la ayuda corporativa por parte de la organización o entidad privada a cargo y las ganancias que produzca el producto durante el tiempo que esté en funcionamiento medido en cantidad de descargas.

4.2.6 Recursos clave

Entre los recursos establecidos a continuación se tienen en cuenta plantas físicas, personal certificado e insumos necesarios. Para la realización del producto se debe contar con profesionales de la salud de diferentes ramas los cuales harán un acompañamiento en cuanto a la información que se debe incluir en el producto.

Así mismo se necesitará un programador quien estará pendiente de los errores y correcciones que se vayan presentando durante el transcurso de la funcionalidad del producto.

Y, por último, se necesita personal dispuesto a brindar una atención a nuestro cliente amable, respetuosa y personalizada.

4.2.7 Actividades clave

Se requiere una periódica actualización de la aplicación, teniendo en cuenta el registro de las soluciones y aportes que pueden hacer las madres, además de la actualización necesaria de contenidos. Además, se prestará un servicio de atención a la usuaria que requiere personal con disposición a resolver inquietudes y recibir reclamos. Por último, es necesario un mantenimiento de la aplicación y manejo de datos para evitar saturación de estos sin perder registros valiosos.

4.2.8 Alianzas clave

Los aliados para realizar el proyecto se encuentran también divididos en los del ámbito Nacional como Internacional, pues se debe contar con alianzas como la Alcaldía Mayor y local, La Casa de la mujer, El Ministerio de Salud y Protección Social y la Secretaria Distrital de Salud, quienes a futuro se pueden ver como posibles clientes para la expansión zonal de cubrimiento e implementación del producto y a nivel internacional se cuenta con aliados como organizaciones centradas en el apoyo a jóvenes embarazadas y el cuidado de su salud

4.2.9 Estructura de costos

El pago de los recursos clave involucra los más significativos, es decir que se deben realizar desembolsos de sueldos al personal, la

compra y mantenimiento de equipos tecnológicos, y la licencia de los programas que se requieran, además del pago de la cuota por publicación en las plataformas de distribución digital de aplicaciones como *PlayStore*.

4.3 Consideraciones

Al proyectar una segunda fase de este proyecto, sería apropiado pensar en abarcar casos específicos en cuanto a la prevención e información en embarazos ectópicos y embarazos de alto riesgo, donde el aborto se presenta de forma espontánea durante los primeros meses generando consecuencias graves para la madre.

De este modo, al estar informadas con temas de prevención y cuidados específicos durante la etapa del embarazo en casos puntuales, estas madres aumentaran sus posibilidades de finalización del embarazo en óptimas condiciones tanto para ellas como para su bebé.

Referencias bibliográficas

BBC Mundo. (2014) Cómo varía el significado de la palabra embarazada" de un idioma a otro Recuperado de https://www.bbc.com/mundo/noticias/2014/04/140414_curiosidades_palabra_embarazada_significados_msd

Con mis hijos (s.f.) Hábitos alimentarios saludables durante el embarazo. Recuperado de <https://www.conmishijos.com/embarazo/cuidados/habitos-alimentarios-saludables-durante-el-embarazo/>

Office on Womens Health. (2019) Etapas del embarazo. Recuperado de <https://espanol.womenshealth.gov/pregnancy>

Office on Womens Health. (s.f.) Complicaciones durante el embarazo. Recuperado de <https://espanol.womenshealth.gov/pregnancy/youre-pregnant-now-what/pregnancy-complications>

Eps Sanitas. (s.f.) Las etapas del embarazo. Recuperado de <https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/embarazo-maternidad/mi-embarazo/etapas-embarazo.html>

Guibovich, A; Morales, S.; Yábar, M. (2014) Psicoprofilaxis Obstétrica: Actualización, definiciones y conceptos.

Hasso Plattner (s.f.) Una introducción al Design Thinking. Recuperado de <https://dschool-old.stanford.edu/sandbox/groups/designresources/wiki/31fbd/attachments/027aa/GU%C3%8DA%20DEL%20PROCESO%20CREATIVO.pdf?sessionID=8af88fee76ecd1fb7879c915073461486c425622>

Ministerio de Educación. (2018). MinEducación. Recuperado de <https://www.mineducacion.gov.co/>

Ministerio de Salud. (2016) *Guía de práctica clínica para el diagnóstico, tratamiento y seguimiento de la diabetes gestacional*. Recuperado de http://gpc.minsalud.gov.co/gpc_sites/Repositorio/Conv_637/GPC_diabetes/DIABETES_GESTACIONAL_COMPLETA.pdf

Ministerio de Salud. (2018) *Modelo integral atención de salud*. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/presentaciones-modelo-integral-atencion-salud-mias.aspx>

NATALBEN (s.f.) *Complicaciones en el embarazo* Recuperado de <https://www.natalben.com/complicaciones-embarazo>

OMS. (2018) *Mortalidad Materna* Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>

ODS. (2015) *Objetivo 3: Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades*. Recuperado de <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/health/>

Planned parenthood (s.f) *Embarazo ectópico*. Recuperado de <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/embarazo/embarazo-ectopico>

Política de infancia y adolescencia en Bogotá D.C. 2011 – 2021

Alcolea, S. y Mohamed, D. (s.f.) *Guía de cuidados en el embarazo*.

Pérez, R. y Márquez, M. (1997). *La importancia del apoyo social durante el proceso de embarazo*. *Psicología y Salud*, (9), 111-119.

Secretaría Distrital de Salud Bogotá. (2011). *Mortalidad materna* Recuperado de <http://www.saludcapital.gov.co/sitios/VigilanciaSaludPublica/Protocolos%20de%20Vigilancia%20en%20Salud%20Public>

a/Mortalidad%20Materna.pdf

Youxi

Anexos

Anexo 1. Perfil Wendy Xiomara Martínez Molina



Wendy Xiomara Martínez Molina

Contacto:

314 349 8736
martinez.wendyx@gmail.com
www.behance.net/xiomaramartinez

Diseñadora digital y multimedia 24 años Bogotá D.C. Egresada del programa académico Diseño digital y multimedia.
Formación académica 2014 – 2019 Profesional DDM Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca 2006 – 2011 Bachiller Técnico en serigrafía I.E.D Colegio Alberto Lleras Camargo

Anexo 2. Resolución 412 del 2000.

Diríjase al CD. Dentro de la carpeta Anexos, se encuentra el archivo Resolución_412_2000.pdf.

Anexo 3. Ley estatutaria 1751

Diríjase al CD. Dentro de la carpeta Anexos, se encuentra el archivo Ley_estatutaria_1751_2015.pdf.

Anexo 4. Línea de tiempo.

Diríjase al CD. Dentro de la carpeta Anexos, se encuentra el archivo Línea_de_tiempo.pdf.

Anexo 5. Análisis PEST.

- Político

Convención internacional sobre los Derechos del Niño

Artículo 4 de la Convención internacional sobre los Derechos del Niño, adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas e incorporada en la legislación interna a través de la Ley 12 del 22 de enero de 1991, estableció como deber de los Estados Partes, adoptar todas las medidas administrativas, legislativas y de otra índole para dar efectividad a los derechos reconocidos en la convención, en lo que respecta a los derechos económicos, sociales y culturales de los niños y niñas hasta el máximo de los recursos de que dispongan y, cuando sea necesario, en el marco de la cooperación internacional.

Política Pública de Infancia y Adolescencia de Bogotá Decreto que la adopta: 520 de 2011

La Ley 1295 de 2009, tiene por objeto contribuir a mejorar la calidad de vida de las madres gestantes, de las niñas y de los niños menores de seis años, clasificados en los niveles 1, 2 y 3 del Sisbén, de manera progresiva, a través de una articulación interinstitucional que obliga al Estado a garantizarles sus derechos a la alimentación, la nutrición adecuada, la educación inicial y la atención integral en salud.

Código de la Infancia y la Adolescencia (Ley 1098 de 2006)

Ley 1804 de 2016 estableció la Política de Estado para el Desarrollo Integral de la Primera Infancia "De cero a siempre" Política de atención integral a la Primera Infancia; Una de las líneas estratégicas para la atención integral dice: "Mejorar la supervivencia y la salud de los niños y niñas de 0 a 6 años y de las madres gestantes y en periodo de lactancia"

- Económico

Las entidades del estado que tiene recursos para estrategias que ayudan a bajar los índices de mortalidad materna son:

El Ministro de Salud y Protección Social

ICBF

Secretaria Distrital de Salud

Instituto Nacional de Salud

- Social

Cada día mueren aproximadamente casi 830 mujeres por causas prevenibles relacionadas con el embarazo y el parto. OMS

Entre 90% a 95% de las muertes maternas son evitables con un adecuado conocimiento y uso efectivo de las tecnologías existentes

Es necesario y es absolutamente pertinente por que la información no está llegando ni de la forma ni en la cantidad que se requiere y eso salvaría vidas, en nuestro medio muchas mujeres y familias no reciben la información, aunque la ley lo diga y eso es lo que causa las muertes, no pasa en los estratos altos, pero si pasa en poblaciones que no tienen acceso a la información.

La casa de la madre y el niño es una institución sin ánimo de lucro, hogar transitorio que vela por el derecho a la vida. Esta entidad tiene un programa que acoge y atiende a la mujer con un embarazo no deseado o en conflicto, que está considerando la opción de entregar el bebé por nacer en adopción pero que si decide no hacerlo también está en todo su derecho de no hacerlo. Las mujeres pueden vincularse al programa en dos modalidades de atención: interna, y externa. En la modalidad interna tienen la posibilidad de residir en la casa durante su embarazo y el periodo post parto para cuidar de sí mismas y del bebé en gestación. Son atendidas por un equipo transdisciplinario conformado por: una nutricionista, un psicólogo, un trabajador social, el equipo de enfermería de la casa y un ginecólogo de apoyo; también contamos con el respaldo de los hospitales de la

zona para una atención integral en salud.

- Tecnológico

Sip Plus Sistema informativo perinatal

IEST Instituto de evaluación tecnológica en salud

Anexo 6. Mapa de empatía

- ¿Qué piensa y siente?

Angustia, miedo, alegría, no se sienten preparadas para ser madres, que es una experiencia única, piensan que serán juzgadas por sus familiares, sienten temor de su reacción, piensan cual sería la reacción de su pareja, como van a afrontar la situación, que es una responsabilidad muy grande, que es un proceso doloroso, sienten dolor, nervios, alegría, piensan que es necesario informarse y consultar sobre el proceso. En cuanto al embarazo sienten mareo, náuseas, dolor en busto por crecimiento, estreñimiento, dolor de cabeza, vomito. Sienten y piensan que su vida cambiara en todo sentido, en principio no es fácil asimilarlo. También se sienten más vulnerables, se agudizan los sentidos del gusto y el olfato, entonces presentan antojos, rebote por olores. Piensan que su vida gira entorno a ellos.

- ¿Qué oye?

Que ser madre es una experiencia única, que el parto es doloroso , que deben alimentarse bien , escuchan recomendaciones médicas, que no por estar embarazadas se van a frustrar sus sueños y sus metas , que por él bebe que viene en camino hay que tener mucha fortaleza, escuchan recomendaciones y experiencias de otras mamás como por ejemplo remedios caseros como tomar aguapanela con jengibre, comer zanahoria entre otras, escuchan recomendaciones por parte de sus madres , que el proceso de lactancia duele, escuchan que se pueden dar complicaciones en el embarazo, en la lactancia ,que las contracciones son como cólicos, pero en general escuchan consejos y manifestaciones de apoyo por parte de su ciclo familiar y círculo social.

- ¿Qué ve?

Empiezan a ver y a fijarse en su entorno otras mujeres en estado de embarazo, otros bebes, niños y así empiezan a asimilarlo, ven cambios en su cuerpo, que el cabello se cae, que crece el busto, que obviamente les crece el abdomen, ven constantemente a su médico. Ven a sus familiares que tienen hijos como punto de referencia para criar a sus bebes, ven el comportamiento del bebe y aprenden de ello para saber e identificar que necesita. Ve que hay cosas que ya no puede hacer con la misma frecuencia como salir a bailar o compartir con sus amigos porque el bebé absorbe mucho tiempo. Que los gastos económicos varían, que quien cuidara él bebe, etc.

- ¿Qué dice y hace?

Dicen que es una experiencia muy bonita, que ser mamá es un regalo Dios, que es una realización como ser mujer, que van a estudiar, que van a trabajar, que le dedican el mayor tiempo posible al bebé, que acorde a lo que escucharon de otras mamás y de lo que consultaron se prepararon para enfrentar el proceso de embarazo, controlar los síntomas, se prepararon para el parto y la recuperación. Dicen que su prioridad y su vida giran alrededor al bebé y realmente es así. Que quieren progresar por ellas mismas y por sus hijos.

Anexo 7. Estrategia de mercado.

Diríjase al CD. Dentro de la carpeta Anexos, se encuentra el archivo Canvas.pdf.