

## Tabla de contenido

1. Introducción.....	6
2. Problemática.....	7
3. Justificación.....	8
4. Marco Teórico.....	9
4.1 Alimentación y Nutrición.....	9
4.2 Malnutrición.....	11
4.3 Desnutrición.....	11
4.4 Sobrepeso y Obesidad.....	13
4.5 Hábitos Alimentarios.....	13
4.5.1 Hábitos alimenticios de la población Colombiana.....	14
5. Herramientas Didácticas.....	16
6. Objetivos.....	19
6.1 Objetivo General.....	19
6.2 Objetivos Específicos.....	19
7. Metodología: IDEO.....	20
7.1 Escuchar.....	20
7.1.1 Primera comunidad identificada.....	20
7.1.2 Segunda comunidad identificada.....	23
7.1.3 Tercera comunidad identificada.....	23
7.1.4 Actores.....	24
7.2 Crear.....	25
7.2.1 Alternativas de diseño.....	26
7.3 Entregar.....	30
7.3.1 Propuesta Final.....	30
7.3.1.3 Comprobación propuesta Final.....	33
8. Bibliografía.....	38