

# DearMe

## Aplicación móvil enfocada en wellness

UNIVERSIDAD  
**SIGLO 21**  
OPEN LAB 2024

Coppiari, Giuliana  
Licenciatura en Diseño Gráfico  
giulianacoppiari@gmail.com



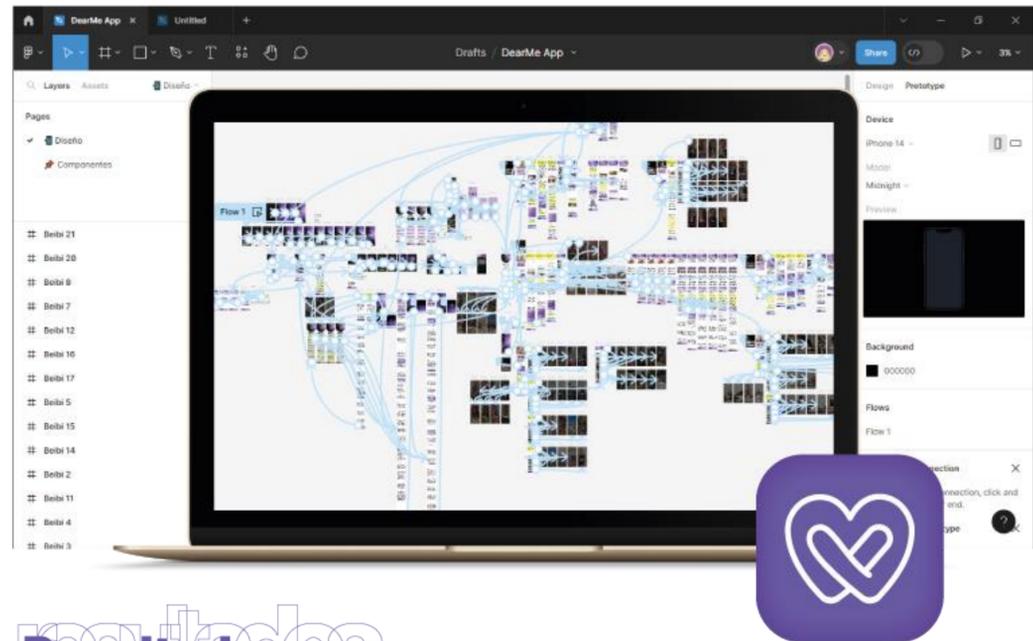
DearMe es una aplicación móvil diseñada para abordar los crecientes trastornos alimenticios entre los jóvenes en Argentina, ofreciendo una herramienta accesible que combina prácticas de Mindful Eating y bienestar integral. Mediante contenidos educativos, meditaciones guiadas y una comunidad de apoyo, la aplicación busca mejorar la relación de los usuarios con la alimentación, reduciendo la ansiedad y el estrés asociados. Con un enfoque centrado en el usuario y un diseño intuitivo, DearMe proporciona una experiencia personalizada que promueve hábitos saludables y fortalece el bienestar físico y mental de los jóvenes en el contexto actual de presión social y estándares de belleza poco realistas.

### Objetivo

Proporcionar una herramienta accesible para jóvenes que enfrentan trastornos alimenticios en Argentina, con el fin de mejorar su relación con la alimentación y promover su bienestar integral.

### Discusión

La aplicación DearMe se desarrolló bajo principios de diseño centrado en el usuario, combinando técnicas de Mindful Eating y un enfoque intuitivo de la experiencia de usuario. Esto permite abordar las necesidades emocionales y psicológicas de los jóvenes, promoviendo hábitos saludables y reduciendo la ansiedad y el estrés. Aunque el lanzamiento y las pruebas a gran escala no pudieron realizarse, los resultados preliminares destacan la efectividad de la app en el contexto juvenil argentino.



### Resultados

DearMe demuestra ser una solución efectiva para mejorar la relación de los jóvenes con la alimentación, gracias a su diseño amigable y la aplicación de técnicas de Mindfulness. La interfaz intuitiva y la experiencia de usuario contribuyen a una navegación que fomenta el bienestar, aunque se necesita más investigación para evaluar su impacto a largo plazo.

### Metodología

La metodología utilizada en este trabajo combina los enfoques teóricos de Dabner, Stewart y Zempol (2015) con la visión de Cuello y Vittone (2013) en el diseño de aplicaciones digitales, para desarrollar una herramienta centrada en la experiencia del usuario que aplique técnicas de Mindful Eating.



### Referencias bibliográficas

- Cuello, J. y Vittone, J. (2013). Diseñando apps para móviles. Edición: Catalina Duque Giraldo.  
Dabner, D., Stewart, S., y Zempol, E. (2015). Diseño Gráfico: Fundamentos y Prácticas. Barcelona, España: Editorial Blume.