

Matriz CSD – Certezas, Suposiciones & Dudas

1. ¿Cuales son tus Certezas? – Qué sabemos actualmente

- Alimentación para mejorar ciertas enfermedades.
- Los fármacos, a veces, no resuelven un problema de raíz.
- Los fármacos pueden llegar a ser dañinos.
- La salud mental se ve afectada por el estado de cuarentena.
- Los hábitos que tenemos, son instrucciones que le estamos dando al cuerpo.
- Las personas deben quedarse en casa el mayor tiempo posible.
- Muchas personas no son conscientes de cómo les afecta el estrés.
- Algunas personas pueden desarrollar alguna clase de enfermedad mental después de la cuarentena.

*Ser menos vulnerables ante un posible contagio y si nos contagiamos, que los síntomas sean menores



Matriz CSD – Certezas, Suposiciones & Dudas

2. ¿Cuales son tus Suposiciones? – (Hipótesis de solución/tesis de investigación)

- Las plantas en casa generan un entorno armonioso.
- Generar un entorno/ambiente armonioso ayuda a contrarrestar el estrés.
- Conectarse con la tierra a través de actividades como la siembra y cultivo.
- Las actividades de cultivo de plantas y hortalizas ayudan a que las personas permanezcan en casa.
- Un ambiente con plantas en casa mejora el aire y por tanto la salud.
- Al cultivar hortalizas las personas son más conscientes de lo que comen y de dónde provienen sus productos.

Matriz CSD – Certezas, Suposiciones & Dudas

3. ¿Cuales son tus Dudas? (Qué preguntas debo hacerme para saber si mi hipótesis es correcta o incorrecta)

- ¿Puede este tema realmente aportar en este momento a la crisis?
- ¿Tienen las personas a la mano todas las herramientas para desarrollar la actividad?
- ¿Podría esta actividad incentivar que las personas salgan de casa a buscar materiales?
- ¿Puede desarrollarse esta actividad en espacios pequeños o sin áreas verdes, que es como usualmente viven las personas de las grandes ciudades?
- ¿Cualquier perfil de persona puede participar de la actividad?

04. Postulación final

Aplicación para el cultivo de hortalizas, plantas medicinales y de ornamento con procesos de desarrollo de corto a mediano plazo y en función de la ubicación del usuario.

Soluciones: Ayudar a tener algunos alimentos saludables a la mano y a generar un entorno armonioso que contrarreste los efectos del encierro por la cuarentena, beneficiando la salud física y mental.

Porqué: Para motivar que las personas permanezcan en casa cuidando su salud física y mental.

Cómo: Tutoriales para el cultivo y una comunidad con quien compartir experiencias y recomendaciones como fotografías en redes sociales o por medio de un hashtag.

Qué: Una app.

