

Semana	Día	Tipo de publicación	Objetivo comunicativo	Contenido	Formato	Responsable	Estado
1	Lunes	Sabías que...	Informar sobre temas de nutrición y bienestar	¿Sabías que una buena hidratación mejora tu concentración?	Imagen estática	Diseñador / Comunicaciones	Publicado
	Martes	Historia interactiva	Fomentar la participación mediante encuestas o preguntas interactivas.	Desayunas todos los días?" Sí, siempre A veces Casi nunca	Historia	Diseñador / Comunicaciones	Publicado
1	Miércoles	Tip de la semana	Motivar hábitos saludables a través de consejos prácticos	Incluye frutas frescas en tu desayuno para más energía.	Carrusel	Diseñador / Comunicaciones	Por publicar
	Jueves	Historia interactiva	Fomentar la participación mediante encuestas o preguntas interactivas.	¿qué prefieres?" Sándwich integral Galletas dulces	Historia	Diseñador / Comunicaciones	Publicado
1	Viernes	Receta saludable	Promover la alimentación balanceada con preparaciones sencillas	Smoothie verde para comenzar tu día con energía.	Video corto	Diseñador / Comunicaciones	En curso
2	Lunes	Sabías que...	Generar conciencia sobre el valor nutricional de los alimentos	¿Sabías que el hierro es esencial para transportar oxígeno?	Imagen	Diseñador / Comunicaciones	Publicado
	Martes	Historia interactiva	Fomentar la participación mediante encuestas o preguntas interactivas.	Trivia	Historia	Diseñador / Comunicaciones	Publicado
2	Miércoles	Tip de la semana	Incentivar el autocuidado y bienestar físico	Planifica tus comidas para mantener una alimentación equilibrada.	Carrusel	Diseñador / Comunicaciones	Por publicar
	Jueves	Historia interactiva	Fomentar la participación mediante encuestas o preguntas interactivas.	¿Crees que beber agua ayuda a tu salud?	Historia	Diseñador / Comunicaciones	Publicado
3	Lunes	Sabías que...	Educar sobre nutrición con datos breves y visuales	¿Sabías que el desayuno activa tu metabolismo?	Imagen	Diseñador / Comunicaciones	Publicado
	Martes	Historia interactiva	Fomentar la participación mediante encuestas o preguntas interactivas.	Adivina la receta de la próxima semana	Historia	Diseñador / Comunicaciones	Publicado
3	Miércoles	Tip de la semana	Promover hábitos saludables cotidianos	Evita el exceso de azúcar en tus bebidas diarias. Comer frutas en la noche engorda.	Imagen	Diseñador / Comunicaciones	Por publicar
	Jueves	Historia interactiva	Fomentar la participación mediante encuestas o preguntas interactivas.	Verdadero Falso	Historia	Diseñador / Comunicaciones	Publicado
3	Viernes	Receta saludable	Fomentar la creatividad culinaria con opciones saludables	Ensalada de quinoa con vegetales frescos.	Video corto	Diseñador / Comunicaciones	Por publicar