

## ¿QUE ES UNA INFOGRAFÍA?

El término infografía es un término que se utiliza para designar a un tipo de gráfico que se caracteriza por brindar a través de las imágenes o diseños información de diversos tipos dependiendo del tema que se toque en cada caso.

Las infografías son una manera informal y mucho más atractiva para comunicar ya que buscan llamar la atención de la persona que las observa a partir del uso de colores, imágenes o diseños especialmente seleccionados. Las infografías no suelen contener demasiada información si no que la misma es brindada en cantidad limitada ya que lo central de este tipo de gráficas es el diseño en sí. Por lo general, una infografía saca la información de las mismas imágenes y la representa en pequeños y breves textos que hacen su lectura mucho más rápida y ágil. Se puede decir que las últimas décadas del siglo XX han mostrado un desarrollo importantísimo de las imágenes y lo visual, por lo cual comunicar a través de este tipo de elementos es hoy en día mucho más común y cómodo ya que de este modo se atrae mucho más fácilmente la atención del lector. Se las diferencia así de textos normales o de imágenes que no brindan ningún tipo de información, pudiendo colocarlas en el lugar intermedio entre esas dos opciones.

## PASOS A SEGUIR PARA CREAR UNA INFOGRAFÍA

El primer paso para hacer una infografía es elegir el tema de la infografía. Algunos ejemplos generales de temas para hacer infografías son:

- La explicación de un concepto
- La explicación de una tecnología
- Datos estadísticos
- Resumen de un documento

## Buscar e identificar fuentes de información

Se debe realizar un proceso de recolección de datos del tema a abordar. Es muy importante ir registrando las fuentes de información ya que son un elemento importante en la infografía

Es importante organizar la información recopilada agruparla por tema y subtemas, para esto puede ser útil un mapa conceptual. Se deben descartar los aspectos que sean poco relevantes o poco interesantes, esto evitará que nos ahogemos en el mar de información recopilada en el punto anterior.

## Crear un bosquejo de la infografía

Una vez organizada la información recopilada, se debe empezar a realizar un bosquejo de la infografía. Es posible que durante esta etapa no percatemos de la necesidad de descartar más información que consideremos que no es indispensable para transmitir la idea que queremos plasmar en la infografía. Esta etapa es fundamental ya que será la que le de creatividad y claridad a la infografía.

## Diseñar la infografía

En el diseño se debe tener en cuenta:

- **Estilo original:** Se debe evitar copiar conceptos gráficos de otras infografías.
- **Integración:** Una infografía debe ser rica gráficamente evitando diseñarla con mucho texto.
- **Color:** Se deben usar colores con buen contraste para facilitar la lectura.
- **Fuentes:** Una infografía debe tener un uso creativo de fuentes y tamaños de letras.
- **Íconos:** Una infografía debe contener imágenes simples (íconos) para poder comunicar de manera adecuada.

**ALGUNOS EJEMPLOS .....**



# DIABETES

LA DIABETES  
AUMENTA



**422** MILLONES  
de adultos tienen diabetes

**3,7 MILLONES**  
de reportes de complicaciones  
por la diabetes y una  
glucemia elevada

**1,5 MILLONES**  
de muertes provocadas  
por la diabetes



ESTO CORRESPONDE A  
1 DE CADA 11 PERSONAS





## DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL

10 DE OCTUBRE

Algunos tips para cuidar tu salud  
mental son:



Detecta síntomas de estrés y busca actividades que aminoren sus efectos en el organismo.



Escucha música es un filtro que te cuidará de ruidos desagradables de ciertos lugares.



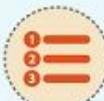
Mantente alerta de compulsión a comer demasiado, constipación, caída de cabello, etc.



Toma descansos en tus actividades, pues permitirá que tu cerebro descanse.



Toma caminatas al aire libre, te beneficiaran física y emocionalmente.



Establece prioridades y resta importancia a circunstancias que no la tienen.



Entrena tu cerebro con ejercicios mentales o juegos de destreza.



Aliméntate adecuadamente y no te saltes comidas.

La salud mental es, en términos generales el **equilibrio** entre una persona y su entorno socio-cultural, lo que garantiza su participación social de manera adecuada, con el fin de alcanzar el bienestar que desea.



¿Sabías que...  
**uno de cada 5 niños**  
tiene problemas de salud mental?

