

TRABAJO FIN DE GRADO BELLAS ARTES

2024-2025



MENCIÓN

Artes Visuales y Diseño

TÍTULO

Mi recetario familiar

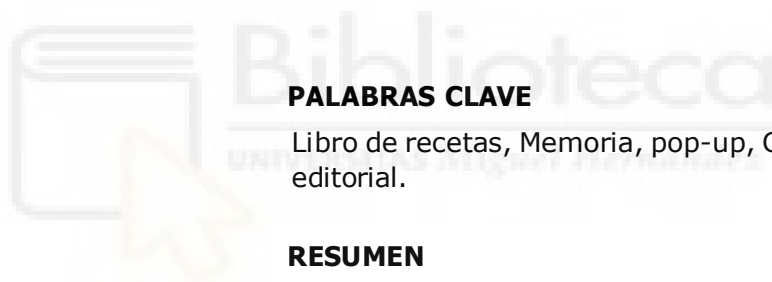
ESTUDIANTE

Romero Padilla, Naiara

TUTOR/A

Mengual Pérez, Imma





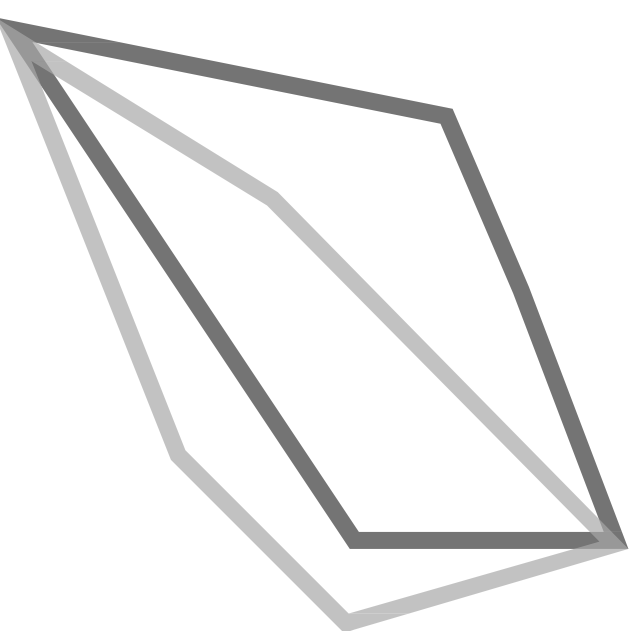
PALABRAS CLAVE

Libro de recetas, Memoria, pop-up, Cuento ilustrado, Diseño editorial.

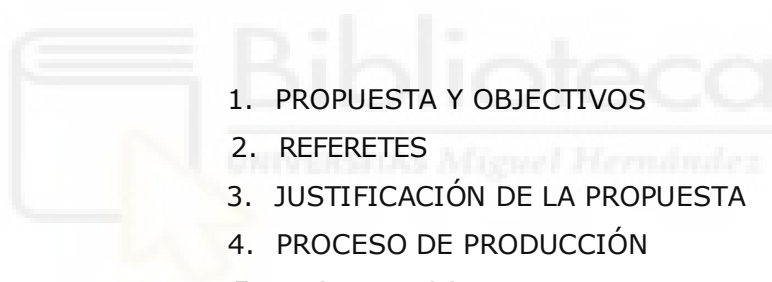
RESUMEN

El trabajo realizado consiste en la preservación de la memoria por medio de la repostería, con ese objetivo en mente se creará un libro de recetas con historias personales que refuerzan esa idea de amor y memoria.

En el transcurso, se han seleccionado formatos, tipografías, colores y las recetas más significativas las cuales han sido adaptadas para ser presentadas en una maquetación de manera clara junto con las narraciones y los pop-ups.



INDICE



1. PROPUESTA Y OBJETIVOS	04
2. REFERENTES	05
3. JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA	07
4. PROCESO DE PRODUCCIÓN	10
5. RESULTADOS	12
6. BIBLIOGRAFÍA	16

1. PROPUESTA Y OBJETIVOS

Todos tenemos alguna comida o postre que, al ingerirlo, nos lleva a cierto momento de nuestra vida; por eso la propuesta para este trabajo de fin de grado se centra en el concepto de la memoria emocional¹. A partir de esa premisa, se propone la creación de un recetario que fusiona la cocina con recuerdos de carácter personal y emocional.

Teniendo en cuenta lo dicho anteriormente, se busca la forma de transmitir ese sentimiento; para ello se utilizará el diseño editorial como instrumento primordial para el desarrollo del proyecto. Este trabajo combina elementos narrativos y prácticos para enriquecer la experiencia del lector, y se plantea con la creación de un libro de recetas que van acompañadas de unos relatos personales, donde se explica el contexto en el que se preparó, el motivo por el cual es tan importante y que los hace diferentes; además, incluye unos pop-ups de los postres, dando lugar a una mejor experiencia para el lector. Más que un recetario tradicional, este proyecto es un compendio de pequeñas historias contadas a través de los postres.

Por ende, el trabajo busca acercarse a la cocina desde un punto cotidiano y resaltando los sentimientos que quedan en la memoria. A través de un enfoque personal y accesible, se pretende valorizar la cocina casera como una forma de expresión que traspasa lo común.

OBJETIVOS DE LA PROPUESTA:

- Visualizar la cocina como una forma de comunicación emocional y personal.
- Reunir recetas de postres con un valor personal o emocional.
- Narrar historias que contextualicen cada receta.
- Incluir pop-ups que muestren visualmente el postre.
- Crear un proyecto de diseño editorial, íntimo, que combine narración e imagen de forma coherente.
- Diseñar una maquetación armónica para el proyecto y garantizar la coherencia editorial en todo el proyecto.

¹ La memoria emocional se define como aquella información que se encuentra en nuestro sistema de modo duradero debido al acompañamiento de emociones, ya sea en su adquisición, consolidación o recuperación.

2. REFERENTES

Para este proyecto, el referente temático principal es **Laura Esquivel**, más concretamente su libro *Como agua para chocolate* (fig. 1), el cual ha sido un referente literario clave; en él los platos reflejan emociones profundas y momentos vitales, reforzando la idea de que cocinar también es una forma de narrar. Por consiguiente, se adecua al proyecto, ya que utilizo la cocina como hilo conductor de memoria emocional, además de la forma que habla de las experiencias personales y familiares, en mi caso mi madre e infancia, partiendo el proyecto de la idea de que los postres no solo alimentan, sino que guardan recuerdos.

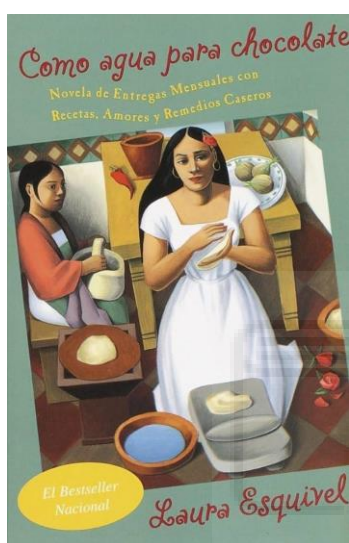


Fig. 1. Portada del libro *Como agua para chocolate*.

Por otra parte, el referente visual que he tomado como inspiración es **Lotta Nieminen**, más concretamente su colección *Cook in a book* (fig. 2 y 3). En ella combina ilustraciones sencillas, utiliza paleta de colores suaves y pequeños mecanismos interactivos como pop-ups, logrando hacer una experiencia cercana y lúdica que conecta muy bien con la intención narrativa de este proyecto.



Figs. 2 y 3. Portada y detalles de ilustraciones del libro *Cook in a book*.

Por último, Lini Trinh es una chica que sube contenido a través de la plataforma de YouTube (Linitrinhdiy); sus videos se centran en la creación de pop-ups de diversas formas y para distintas ocasiones (fig. 4 y 5). Ella ha servido de inspiración en la parte del trabajo que trata sobre la creación de los postres del libro en pop-ups.



Figs. 4 y 5. Tarjetas 3D tipo pop-up.

3. JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA

Como anteriormente se menciona, uno de los objetivos que nos llevó a realizar este proyecto fue la necesidad de reunir recetas con un valor emocional y personal, y a su vez que éstas sean acompañadas de pequeñas historias, las cuales ayuden a contextualizarlas. También se pensó que los pop-ups serían de ayuda para la visualización del postre y añadirían algo interesante al proyecto. Así mismo, el tema principal del proyecto trata sobre la cocina como una memoria emocional, siendo este un medio para preservar recuerdos íntimos a través de la elaboración de un postre.

En cuanto al uso de los pop-ups, estos nos sirven de ayuda para ofrecer una experiencia más visual y sensorial al proyecto, dando lugar a una vivencia que hace que el espectador se sorprenda y emocione. Además, el hecho de poder desplegar el postre de manera tridimensional, ya sea una galleta, un cupcake o una tarta, da lugar a una lectura mucho más tangible y memorable, siguiendo el tema central de mostrar cómo los pequeños gestos cotidianos pueden convertirse en recursos significativos. Mientras tanto, se le añade la motivación al lector, ya que lo primero que se visualiza al abrir el libro es el postre de dicha receta.

El concepto que se plantea se apoya en la idea de que cocinar es tanto una forma de contar historias como de transmitir emociones y aborda la construcción de identidad familiar. Partiendo desde este punto, no se trata únicamente de compartir recetas, sino también de resaltar esos sentimientos, momentos y pequeñas vivencias que acompañan a cada postre. Este enfoque ha sido abordado en la obra *Como agua para chocolate* de Laura Esquivel, en donde a través de los platos se cuentan emociones y momentos de la vida, siendo este referente utilizado de base para el entendimiento de cómo la cotidianidad de la cocina puede convertirse en un espacio narrativo.

En cuanto a lo visual del proyecto se refiere, se toma como alusión tanto el trabajo de Lotta Nieminen como el de Lini Trinh; cada una enfoca de distinta manera los pop-ups. Mientras Nieminen crea libros interactivos que constan de ilustraciones limpias, colores suaves y, lo más destacado, sus pop-ups, Lini Trinh es una artista que hace pop-ups tridimensionales en tarjetas para días especiales, cada una con su enfoque particular. Han sido de gran ayuda para la visión y creación de los pop-ups dentro del proyecto.

Para la creación del libro, el formato seleccionado es el tamaño DIN A5 (14,5 x 21 cm) en sentido vertical, pensado para que sea práctico. El contenido se estructura de la siguiente manera: por una parte, se encuentra el pop-up del postre final; en la siguiente página, la receta de dicho postre; y por último, se encuentra el relato que cuenta la historia del postre. Los recursos formales utilizados incluyen una tipografía limpia y legible, en este caso la Georgia (fig. 6), para la parte escrita, mientras que para los títulos se utiliza Calisto MT (fig. 7), también una paleta de colores cálidos y suaves y una maquetación ordenada.

Con todo esto se busca que el proyecto tenga un enfoque tanto comunicativo como creativo con el uso de recursos gráficos, narrativos e interactivos, dando lugar a un producto editorial que combine aspectos personales con criterios de diseño.

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm Nn
 Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz
 1234567890 ! @ # \$ £ € % & * ? , ; :
Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm Nn
Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz
*1234567890 ! @ # \$ £ € % & * ? , ; :*

Fig. 6. Tipografía Georgia.

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj
 Kk Ll Mm Nn Oo Pp Qq Rr Ss Tt
 Uu Vv Ww Xx Yy Zz
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 0
 (! @ # \$ % ? & [*
 ^ ; = + - / . , :])

Fig. 7. Tipografía Calisto MT.

El diseño general está pensado para dar una experiencia de lectura fluida y emocional, donde el lector puede avanzar entre recuerdos, recetas y pop-ups de manera natural, disfrutando de un recorrido íntimo a través de memorias familiares.

Para concluir, este proyecto es una recopilación de momentos personales vinculados a la cocina. A nivel conceptual, se busca reivindicar el valor emocional de lo cotidiano y la capacidad de los actos

sencillos para la construcción de memoria afectiva. En cuanto al apartado visual y formal, los referentes elegidos refuerzan la idea para entender que la edición y diseño se utilizan como medios para contar historias de una forma accesible y cercana, fomentando una lectura íntima con una conexión personal con el lector.



4. PROCESO DE PRODUCCIÓN

Lo primero para el proceso de producción del proyecto fue la decisión de qué tipo de recetas serían las seleccionadas y se llevarían a desarrollar; para ello se pensó en los momentos más importantes durante la niñez y de ahí se seleccionaron las siete recetas con historias personales, las cuales serían parte del proyecto. Tras ese suceso, el siguiente paso fue la redacción y desarrollo de las recetas correspondientes, adaptándolas para que fueran claras, breves y accesibles al lector.

Seguidamente, cuando ya se decidió qué recetas serían las que saldrían en el libro, se definió el tamaño del libro, el cual sería un A5, un formato pequeño e íntimo para este recetario. Tras esa decisión se empezó con la estructura del libro, que quedó de este modo: en las dos primeras hojas se ve el pop-up del postre, en la siguiente hoja se ve la receta y, por último, se encuentra la historia, y así con las otras siete recetas en el resto del libro. Con este orden se busca ofrecer un ritmo de lectura ágil para mantener el componente emocional en cada parte. Posteriormente, se modificaron las hojas con ayuda de InDesign para conseguir que, una vez impresas, las hojas, al plegarse y coserse, estuvieran en el orden correcto para su lectura.

En cuanto a lo visual, se establecieron las bases gráficas, tipografía y una paleta de color cálido y suave: el rosa de la portada: C:0 M:68 Y:50 K:0, el fondo del mantel de los pop-ups: C:10 M:51 Y:31 K:0, las rayas del mantel: C:4 M:31 Y:22 K:0, el fondo del libro: C:3 M:9 Y:13 K:0, y una maquetación ordenada. Con respecto a la producción de los pop-ups, se inició tras una larga investigación; se vieron varios videos de creación de pop-ups, se tomó en cuenta la estructura que se suele utilizar en este tipo de trabajos y, con la ayuda de Illustrator y Photoshop, se adaptaron a la forma específica de cada postre. A continuación, se requirió una fase de prototipado manual, pruebas de plegado y selección de materiales adecuados para garantizar su funcionamiento. Una vez comprobado su funcionamiento, se arreglaron los que no funcionaban y se modificaron para su uso.

Por otra parte, el último paso antes de la impresión final fue la portada. Se pensaron distintas ideas para ella, tanto las ilustraciones de los postres como una sencilla y elegante portada, pero finalmente se decidió por un homenaje más a mi madre y especialmente a la receta de tarta de cumpleaños, representándonos a las dos en la portada de ese día especial y en el que se hizo esa tarta, y así preservar el recuerdo.

Una vez dado el visto bueno a todas las fases anteriores, se puso en marcha el paso para la impresión del contenido del libro; tras eso se empezó con el montaje manual del libro. Se cosieron las 38 páginas agrupadas por dos bloques de cinco y cuatro hojas en A4, que se plegarían y coserían (Fig. 6) para convertirse en un libro en formato A5 (Fig. 7). Después de tener el libro, se empezó con los pop-ups, los cuales se cortaron y plegaron aparte para ser colocados más tarde en el libro (Fig. 8). Una vez

hecho eso, se puso la cubierta un poco más grande que el contenido para una mejor sujeción; posteriormente, se unió esa parte con el libro, dando lugar al proyecto final.



Fig. 8. Lomo del libro.

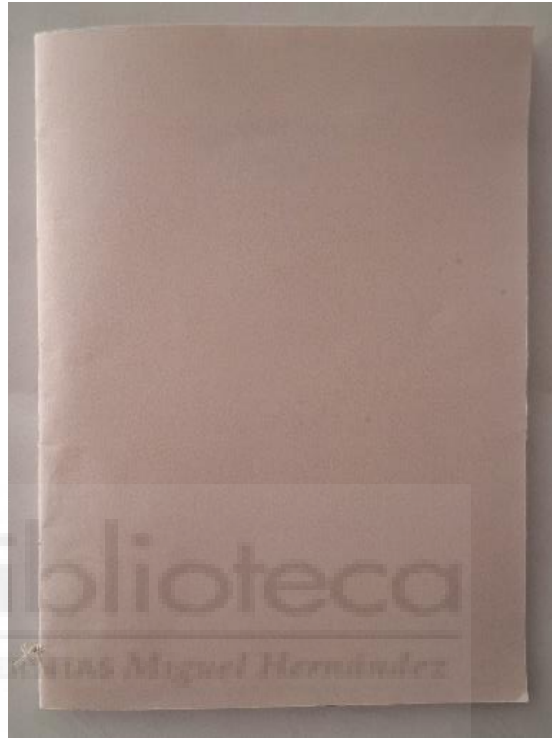


Fig. 9. Libro.



Fig. 10. Pop-up.

5. RESULTADO

Tras la preparación necesaria, el trabajo concluye con la finalización del libro, el cual recoge siete historias, siete recetas y siete pop-ups; de este modo se reúnen los recuerdos vinculados a cada una de las recetas, siendo una forma de conservación y memoria emocional.

Acogido lo dicho anteriormente en un libro A5, manejable, pensado para disfrutarlo de manera íntima. Un homenaje a mi madre y su forma de mostrarme amor a través de su comida.

Con respecto al siguiente paso para el trabajo, sería la expansión mediante la creación de más volúmenes con un mismo o mayor número de recetas, explorando las distintas formas de expresarse a través del diseño editorial, investigando y creando a su vez nuevos pop-ups para los nuevos proyectos.

Enlace a mi recetario:

https://drive.google.com/file/d/1fgp71jg69KiE7FCPf0DcdsdGh4GY2Aqk/view?usp=drive_link

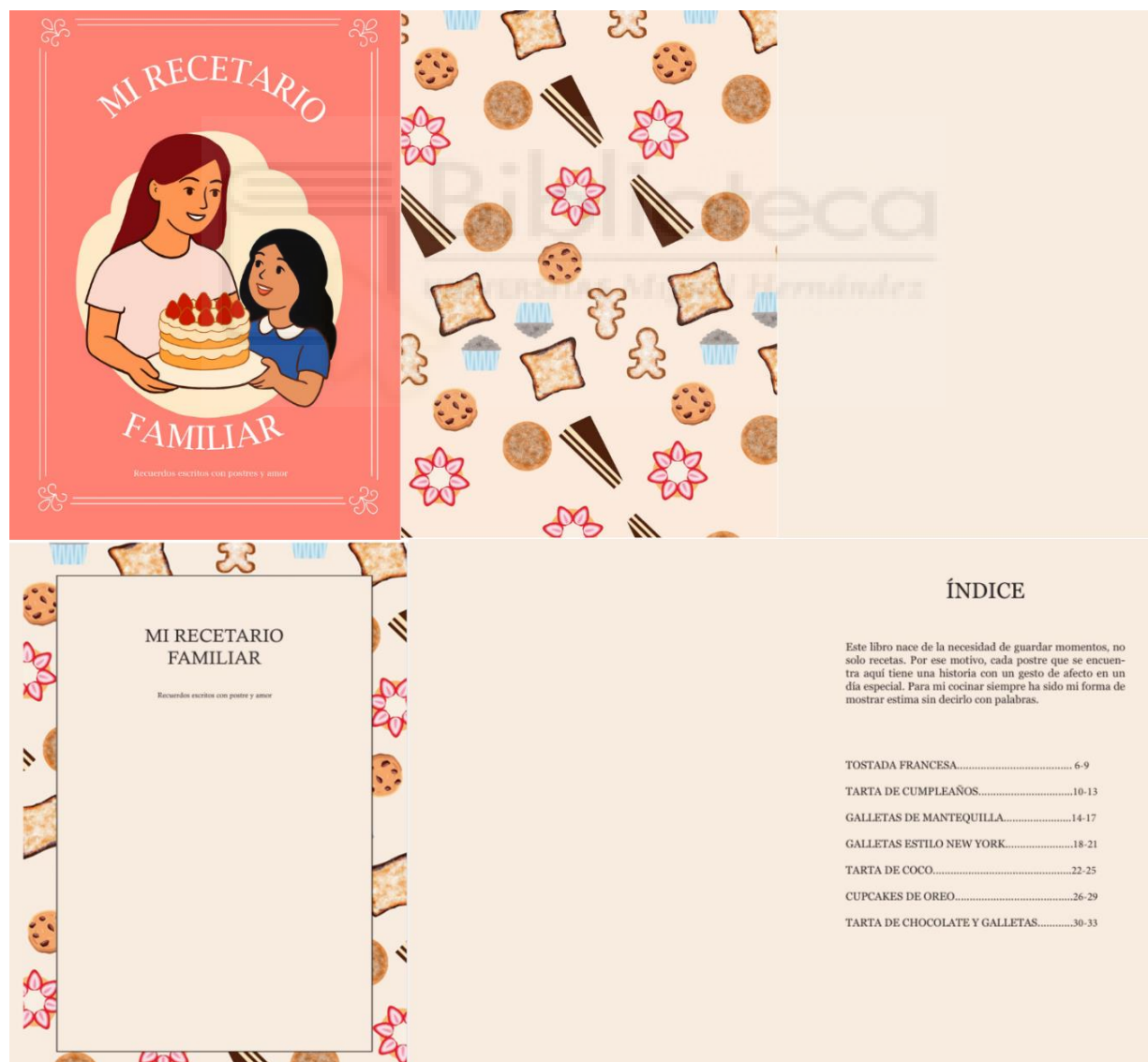


Fig. 11. Portada del libro, Guarda, Título e Índice.



Fig. 12. Pop-up, receta e historia de Tostadas Francesas y Tarta de cumpleaños.



Fig. 13. Pop-up, receta e historia de Galletas de mantequilla y Galletas estilo New York.

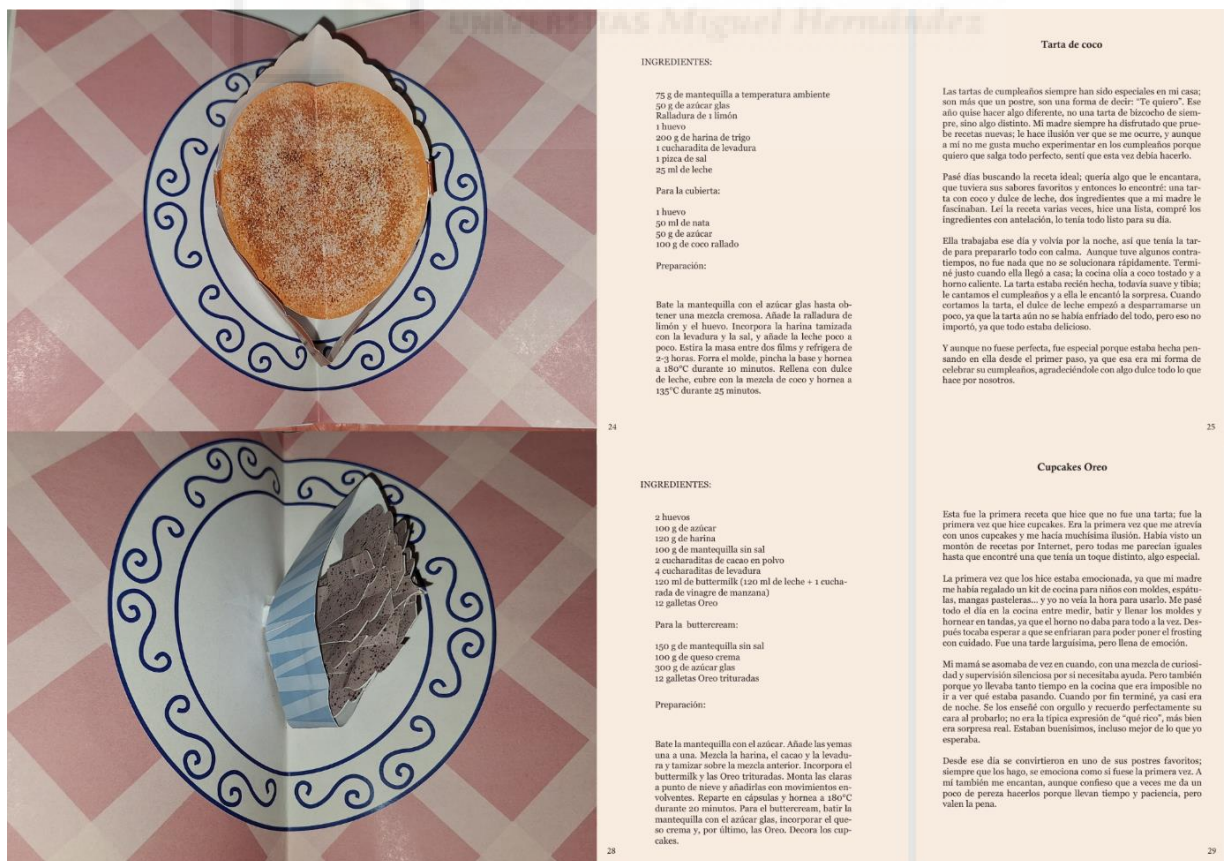


Fig. 14. Pop-up, receta e historia de Tarta de coco y Cupcake de Oreo.

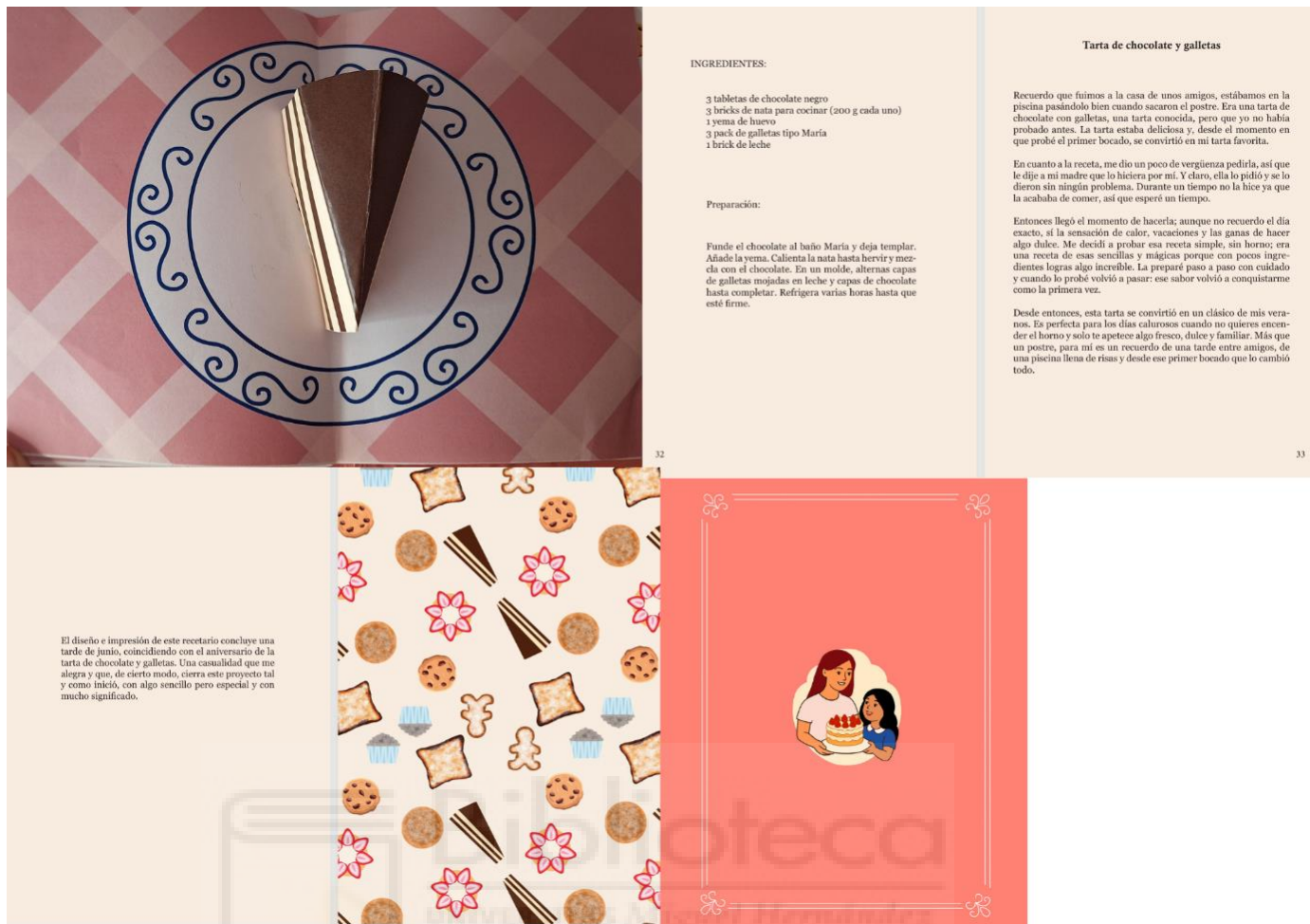


Fig. 12. Pop-up, receta e historia de Tarta de chocolate y galleta, Última página, Guarda y Contraportada.

6. BIBLIOGRAFÍA

Don Quijote (s.f). *Laura Esquivel*.

<https://www.donquijote.org/es/lengua-espanola/escritores-mexicanos/laura-esquivel/>

Behance. (s.f). *Nieminen, L.*

https://www.behance.net/lottanieminen?locale=es_ES

Linitrinhdiy. (2025, 5 de mayo). *Mother's Day Gift Ideas - 4 Cute Ideas*.

<https://youtu.be/6OeBd-3Ij44?si=YA9NBIC9-2pxBOA>

Linitrinhdiy. (2024, 27 de agosto). *Happy Birthday - 3D Pop Up Card*.

https://youtu.be/Be1CP2-4F_U?si=LXS7vNMu9Cz4tzoo

Microsoft Ignite. (s.f). *Familia de fuentes Georgia*.

<https://learn.microsoft.com/en-us/typography/font-list/georgia>

Fonts for you. (s.f). *Familia de fuentes Calisto MT*.

<https://fontsforyou.com/en/fonts/53609-calistomt.font>

DG Handmade. (2022, 5 de junio). *Birthday Cake pop up card tutorial*

https://youtu.be/WXnxF9ZdaMc?si=IfIEVix_z7Zec7Ta

Bling Hands. (2021, 9 de marzo). *Birthday Cake Pop Up Card Tutorial :: 3D Cake Pop-up Card*

<https://youtu.be/1ydvhEtQBvI?si=zzPVD51Eegafhzjd>