

ROSA KARINA

modelado en Cinema 4D



ROSA KARINA NOVOA MARTÍNEZ

móvil: **55 25 69 11 03**
correo: **kanovoa25@gmail.com**

LIC. DISEÑO Y COMUNICACIÓN GRÁFICA

Nacimiento /**25 de Octubre 1990**

Dirección /Retorno 12 avenida del Taller #12
Estado civil /**Soltera**



FORMACIÓN ACADÉMICA

- Licenciatura en diseño y comunicación gráfica
área de especialidad en:
Diseño y producción editorial 2009-2013
Universidad Autónoma Metropolitana
Unidad Xochimilco.
- Diplomado en **animación para cine y tv**
Facultad de artes y diseño UNAM 2015.
 - Diplomado en **animación 3D**
con cinema 4D en Escena 2017.

EXPERIENCIA LABORAL

- Reprografía y edición digital en la fototeca
Constantino Reyes Valerio del INAH
(servicio social) 2012- 2013.
- Diseño editorial de infografías, folletería,
manuales, guías, trípticos, retoque digital,
edición de video y animación en la empresa
mabe 2014.
- Diseño comercial y editorial para revista,
banners, recetarios, planas comerciales,
animación para tv y redes sociales en
Foodmates 2015-2017.
- Diseño corporativo, editorial y digital;
animación 2D en la agencia de publicidad
Primitivo 2017.



HABILIDADES

- Diseño editorial
- Diseño comercial
- Motion graphics
 - Animación
 - Infografías
- Retoque digital
- Fotografía

SOFTWARE

- Photoshop 90%
- Illustrator 90%
- In design 80%
- After effects 70%
- Cinema 4D 30%
- Maya 30%

DISEÑO EDITORIAL



¡AHORA TUS SNACKS SON MÁS RICOS Y SALUDABLES!

COMER UN REFRIGERIO A MEDIA MAÑANA TE AYUDARÁ A MANTENER LA ENERGÍA TODO EL DÍA, ADEMÁS:

EVITARÁ QUE CONSUMAS CALORÍAS DE MÁS.	CALMARÁ TU ANSIEDAD.	HARÁ QUE TU METABOLISMO TRABAJE A TU FAVOR.	REGULARÁ TUS NIVELES DE AZÚCAR.
---------------------------------------	----------------------	---	---------------------------------

SI COMES MANGO:

TE SENTIRÁS LIGERO	DORMIRÁS MEJOR	NO PERDERÁS SANGRE	ESTARÁS EN ARMONÍA
--------------------	----------------	--------------------	--------------------

¡SORPRÉNDETE!

- El volumen anual de mango producido en México equivale a 198 veces el peso de la Torre Eiffel.
- En el desayuno, como snack, en ensaladas, en platos fuertes, postres, y bebidas, este alimento te da un toque especial y divertido a tus platos.

• Malasia, Hong Kong y Singapur son los mayores importadores de este alimento en nuestro país.

DISFRÚTALO AL MÁXIMO

El lomo es uno de los cortes del cerdo más apetecidos por su ternura y versatilidad. Aprovechalo al máximo desde su filete hasta sus puntas y dale un toque especial a la receta final.

MEDALLONES

Filete el centro de lomo enterito y córtalo en medallones que no superen los 220 gramos. Acompaña de verduras frescas con aceite vegetal.

CARNITAS

Cuando agregues los trozos de carnitas al sartén cúbrelos con jugo de naranja y un toque de sus hierbas de olor favoritas.

MILANESAS

Dale un giro trendy a tu empanizado y reemplaza el pan molido por galletitas de sal molidas y reemplaza el pan molido por galletitas de sal molidas y reemplaza el pan molido por galletitas de sal molidas.

CÓMO SER EL MEJOR ANFITRÓN EN CASA

¡Aprovecha lo que tienes en casa para hacer una gran fiesta!

¿CÓMO SER EL MEJOR ANFITRÓN?

- Planifica tu menú:** «Evita repetir ingredientes, colores, sabores, presentaciones y tipos de comida. Al igual que preparaciones pesadas, cremosas o con exceso de frutas.»
- «Crea un espacio ideal para cada invitado de 60 cm de ancho por 90 cm de profundidad. Si eres el anfitrión, sitúate en una cabecera y la pareja, al frente. Si es una mesa redonda, ubícalo al costado para tener el control.»**
- «Diviértete a las mujeres, de mayor a menor edad. Sigue el ritmo de los hombres. Si hay niños, atiéndelos con anticipación.»**

¿CÓMO SER EL MEJOR ANFITRÓN?

- Planifica tu menú:** «Evita repetir ingredientes, colores, sabores, presentaciones y tipos de comida. Al igual que preparaciones pesadas, cremosas o con exceso de frutas.»
- «Crea un espacio ideal para cada invitado de 60 cm de ancho por 90 cm de profundidad. Si eres el anfitrión, sitúate en una cabecera y la pareja, al frente. Si es una mesa redonda, ubícalo al costado para tener el control.»**
- «Diviértete a las mujeres, de mayor a menor edad. Sigue el ritmo de los hombres. Si hay niños, atiéndelos con anticipación.»**

¿CÓMO SER EL MEJOR ANFITRÓN?

- Planifica tu menú:** «Evita repetir ingredientes, colores, sabores, presentaciones y tipos de comida. Al igual que preparaciones pesadas, cremosas o con exceso de frutas.»
- «Crea un espacio ideal para cada invitado de 60 cm de ancho por 90 cm de profundidad. Si eres el anfitrión, sitúate en una cabecera y la pareja, al frente. Si es una mesa redonda, ubícalo al costado para tener el control.»**
- «Diviértete a las mujeres, de mayor a menor edad. Sigue el ritmo de los hombres. Si hay niños, atiéndelos con anticipación.»**

AGUA DE PEPINO, JENGIBRE Y APIO

INGREDIENTES

- 1/2 de pepino, con cáscara
- 2 tazas de agua
- 7 ramitas de menta
- 2 cucharadas de jengibre
- 1 taza de 1 limón
- 1 taza de agua de coco

PREPARACIÓN

Licúa todos los ingredientes con el agua de coco y la rama de menta y 1/2 taza de agua de coco.

ENSALADA DE NARANJA CON HINOJO Y ALMENDRAS

INGREDIENTES

- 1/2 de pepino, con cáscara
- 2 tazas de agua
- 7 ramitas de menta
- 2 cucharadas de jengibre
- 1 taza de 1 limón
- 1 taza de agua de coco

PREPARACIÓN

Licúa todos los ingredientes con el agua de coco y la rama de menta y 1/2 taza de agua de coco.

Dentro de mi experiencia profesional fue la de realizar el diseño del libro movimiento al natural, así como de hacer infografías y artículos ilustrados para revista.

Frescos tipos que te harán sentir bien antes de empezar el día!

- 1. RESTÁRATE**
Alargar tus músculos a conciencia al levantarte, te ayudará a aliviar dolores posturales, fortalecerá tus músculos y mejorará tu circulación.
- 2. ACTIVA TU ORGANISMO**
Bebe un vaso grande de agua natural al abrir los ojos, de esta manera sus órganos trabajarán de manera óptima e hidratará tu organismo.
- 3. TÓRORONJA!**
El primer alimento del día es básico para dotar a tu organismo de energía, vitaminas y minerales. Esto me encontré en su punto a la hora de aprovechar sus nutrientes y antioxidantes, que te ayudarán a prevenir el envejecimiento prematuro.

¡Además!

- Estimula la circulación sanguínea
- Quemará grasas a lo largo del día
- Incrementa la producción de colágeno
- Combate vitamina C, ideal para prevenir resacas y trastornos respiratorios

Un snack ideal!

- Es fácil de transportar
- Es ligero y su olor es agradable
- Te dará una grata sensación de saciedad
- Te ayudará a controlar el hambre hasta tu próxima comida fuerte

EL SABOR DE LA MESA NAVIDEÑA

¡Dale un toque especial a tu mesa navideña con el sabor de la mesa navideña!

CÓMO ELEJIRLA

Puedes comprar la pavo de cerdo en los supermercados, o puedes comprarlo en un restaurante que te lo preparen a tu gusto.

CÓMO GUARDARLA

Si compras la pavo de cerdo en un supermercado, asegúrate de que esté bien envuelto y que no haya sido tocado por nadie.

CÓMO COCINARLA

Si compras la pavo de cerdo en un restaurante, asegúrate de que esté bien cocinado y que no haya sido tocado por nadie.

¡CONSEJOS A LA HORA DE COCINARLA!

- «Antes de hacer la pavo de cerdo, asegúrate de que esté bien lavado y que no haya sido tocado por nadie.»
- «Cuando lo cocines, asegúrate de que esté bien cocinado y que no haya sido tocado por nadie.»

Único y especial, para esta Navidad

Para compartir en familia

¡Dale un toque especial!

¡Dale un toque especial!

¡Dale un toque especial!

POSTRE CRUJIENTE DE CIRUELAS Y CHÍA

INGREDIENTES

- 1/2 taza de ciruelas frescas, lavadas y en cuartos
- 1/2 taza de leche de almendra
- 1/2 taza de leche de almendra
- 1/2 taza de leche de almendra

PREPARACIÓN

Combina en un bowl las ciruelas y leche de almendra y déjalas reposar por 10 minutos. Añade el resto de los ingredientes y mezcla bien.

MOVIMIENTO AL NATURAL

COMO USTEDS UNA PESA A FORNAR EN UNO DE

¿CÓMO USTEDS UNA PESA A FORNAR EN UNO DE?

¿CÓMO USTEDS UNA PESA A FORNAR EN UNO DE?

DISEÑO COMERCIAL



He diseñado piezas gráficas para diferentes marcas como mabe, samsung, hershey's, epura, american beef, obela, zwan, entre otras.

NUEVO HORNO DE 60 CM



GE Profile

Refrigeradores **mabe**

2014 **PC** Producto

Conoce los nuevos modelos y características de los refrigeradores de 399.95 L y 513.12 L. Descubre por qué son los de **mayor capacidad**, obteniendo la **mejor organización** y un **diseño exclusivo**.

Nomenclatura

Capacidad: R. Estándar X. Accesorio rápido Y. Display Z. Super bajo

15: 1.80m x 1.89m x 65cm x 65cm
19: 1.80m x 1.89m x 70cm x 75cm

Refrigerador Puerta estilo Sirius Capacidad en litros 40 399.95 L 51 513.12 L México

R M S 19 51 Z M X R

¡Nuevos diseños, mismos beneficios!

Conoce los nuevos modelos, que conservan sus principales beneficios: capacidad, diseño y organización.

Plataforma Sirius

NOMENCLATURA RMS1540DXMXX RMS1540VIMXX RMS1540VMXX RMS1540DMXX RMS1540VMXX

Beneficios para toda la familia

- 30% más espacio de almacenamiento (dependiendo del modelo) y hasta 12% más capacidad.
- 1 Yunque (con un solo toque) permite activar al instante las funciones de forma sencilla.
- Control total (con un sistema de retro que permite tener el control total del horno, así en su máxima capacidad).
- de 1kg (con ahorro en la cocción) sistema de 3kg permite cocinar en su máxima capacidad.
- Ahorro (Accesorio rápido) que permite tener el control total del horno, así en su máxima capacidad.

Exterior	Interior	RMS1540DXMXX	RMS1540VIMXX	RMS1540VMXX	RMS1540DMXX	RMS1540VMXX
Acero inoxidable		✓	✓	✓	✓	✓
Display con control digital		✓	✓	✓	✓	✓
Accesorio rápido		✓	✓	✓	✓	✓
Sistema exclusivo de enfriamiento rápido		✓	✓	✓	✓	✓
Falena de frutas		✓	✓	✓	✓	✓
Caja de carne fría		✓	✓	✓	✓	✓
Panel de control táctil		✓	✓	✓	✓	✓
Low loss		✓	✓	✓	✓	✓
Ampliar porta botellas		✓	✓	✓	✓	✓

Comparativo de capacidad

¡La mejor opción!

Máxima capacidad en el mercado

Gracias a su diseño inteligente, permite acomodar más productos al interior.

98 productos

55 productos

Comparativo **mabe** realizado por capacitación comercial.

NUEVO **TEON** recubrimiento

Nuevo **recubrimiento TEON**, tu estufa como nueva todos los días.

Tecnología nano-cerámica

Evita el amarillamiento. Protege el acero inoxidable. Facilita la limpieza.

10 Años de Garantía

El recubrimiento **TEON** es una nueva tecnología **nano-cerámica** que protege la cubierta de acero inoxidable, logrando que tu estufa luzca impecable por mucho más tiempo.

io mabe lo tienes todo

io mabe.com.mx

HERSHEY'S Repostería

Inspira Sonrisas

Para más deliciosas recetas visita Facebook.com/HersheysReposteria

© Muestre registrada por Hershey Chocolate & Confectionery Corp., Usada bajo licencia por Hershey Mexico, S.A. de C.V. COME BIEN

American Beef

EN CARNE PARA HAMBURGUESA
¡LA MEJOR CALIDAD!

DE VENTA EN TU SAM'S CLUB FAVORITO.

www.samsclub.com

ALIMENTACIÓN SANAMINTE

Carbonell

Exprieme lo mejor de cada momento

Motivos para compartir

DELICIOSA Y NATURAL

EL TOQUE FINAL

www.carbonell.com

Con **epura** ¡Empieza el 2016 saludable!

Ama tu cuerpo

Mantente hidratado

HIDRÁTATE SANAMINTE

Come saludable

Entre tus planes está sentirte con más vitalidad!

- Elige alimentos que te sacien y nutran
- Evita comer por impulso y detecta si realmente tienes hambre o si es solo un antojo
- Di no a los alimentos altos en grasa saturada
- Lleva contigo refrigerios saludables y fáciles de transportar, como almendras, nueces o frutos secos

Haz ejercicio

Arrancar el año con un plan de ejercicio a tu medida, le aportará a tu cuerpo muchos beneficios!

- Te sentirás más ágil
- Aumentará tu masa muscular
- Respirarás mejor y estimularás a tu sistema circulatorio
- Beberás más agua, por lo que tu organismo se mantendrá mejor hidratado
- Quemará calorías en lugar de almacenarlas como grasa

Cuida tus horas de sueño

Dormir bien es esencial para iniciar tus actividades con la vitalidad y enfoque que requires, además:

- Te sentirás menos irritable durante el día
- Tendrás mejor concentración
- Tu sistema de gestión funcionará mejor que nunca
- Tendrás un mejor índice de Masa Corporal (IMC), pues dormir mal aumenta la hormona que controla el apetito

Sé positivo

Forma un setto a quienes lo dicen que se sentirán lo más saludables!

- Detecta los pensamientos negativos y hazlos a un lado cada vez que te quieras robar la energía
- Antes de salir de tu casa, pregúntate: ¿para qué me estoy estresando por algo que no puedo cambiar?
- Este ciclo pronto generará pensamientos que sumen a tu salud, a la estado de ánimo y a los que te rodean

SAMSUNG

DESPIERTA AL CHEF QUE HAY EN TI.

Cocina con Smart Oven **HOTBLAST™**

17 recetas para todas las ocasiones ¡Prepáralas en familia!

Nuevo Smart Oven **HOTBLAST™**

Hot Blast | Microondas | Derretidor

Congeladores **mabe**

¡La opción ideal para almacenar gran variedad de alimentos en perfectas condiciones por más tiempo!

Nomenclatura

Capacidad 7 cub. pies 11 cub. pies

CHM 11 B

Medidas: 176x70x89 cm, ancho 84.5 cm, profundo 55.1 cm
Cámara alta 84.2 cm, ancho 95 cm, profundo 67.5 cm
Cámara B: 80.84.2 cm, ancho 79 cm, profundo 66.3 cm

UPC: 751238000117 751238000124 751238000131

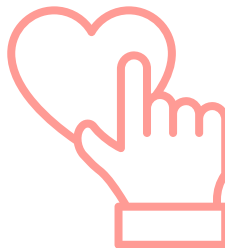
GRANDES BENEFICIOS QUE DEJARÁN HELADA A LA COMPETENCIA

Cuando se tiene poco tiempo para comprar comida diariamente, la opción es almacenarla en las condiciones adecuadas para su conservación, por ello los nuevos congeladores mabe son el aliado perfecto.

DISEÑO DIGITAL



Igualmente me he desarrollado en el diseño de banners para páginas web, newsletters, gifs y videos para redes sociales.



ADORAMOS LAS ESPINACAS

CONTIENE HIERRO QUE TE AYUDARÁ A FORTALECER LA SANGRE.

CONTIENEN CAROTENOIDES FOTOCHEMICOS CON PROPIEDADES ANTIINFLAMATORIAS.

SU APOORTE CALÓRICO ES MÍNIMO.

ES RICA EN AGUA Y FIBRA.

TIENEN CALCIO, MINERAL IMPORTANTE PARA PREVENIR LA OSTEOPOROSIS.

UN TIP: SI SUS HOJAS SON VERDES, BRILLANTES Y TERSAZ OMBRE DECIR QUE ESTÁN FRESCAS!

Natura

LOS JUGOS 100%

TIENEN LAS PROPIEDADES DE LOS INGREDIENTES CON LOS QUE ESTÁN ELABORADOS.

NO TIENEN AZÚCAR AÑADIDA. SOLO EL DULZOR DE LA PROPIA FRUTA.

con zwan

Todo es Mejor

"Buscando el bien de nuestros semejantes encontramos el nuestro"

- Platón

FOODMATES

MEALS TO MEET YOUR GOALS

MEJORAMOS TU EMPRESA MEJORANDO LA SALUD DE TUS COLABORADORES

Estudios realizados por organizaciones como Health Enhancement Research Organization vinculan directamente la salud de los colaboradores con indicadores de éxito y de productividad. Lo anterior se traduce en mayores ingresos para las empresas y bienestar para los colaboradores.

Por consiguiente, es conveniente que tu empresa se preocupe por la correcta alimentación de tus colaboradores para:

1. Aumentar la concentración y mejor desempeño de sus actividades.
2. Incrementar su productividad.
3. Prevenir y controlar enfermedades crónicas degenerativas que pueden llegar a presentar, relacionadas con problemas cardíacos, respiratorios y diabetes, según la Organización Mundial de la Salud.

QUIÉNES SOMOS Y POR QUÉ PODEMOS AYUDARTE

FOODMATES es una empresa con más de 18 años de experiencia en la generación de contenidos y productos gastronómicos de calidad, especializados en salud y bienestar. Asimismo, desarrollamos y entregamos menús avalados por chefs, nutriólogos, ingenieros de alimentos y Health Coaches certificados, convirtiéndonos en pioneros y referentes en el desarrollo de programas de alimentación al incorporar ingredientes alternativos y ricos en nutrientes. De hecho, en 2015 desarrollamos y entregamos más de 166,320 platillos en la Ciudad de México.

EATING HEALTHY AT WORK

Vivimos en un mundo agitado en donde cada vez tenemos menos tiempo para encontrar alternativas saludables de alimentación cercanas a nuestro trabajo. Esto sumado al tráfico de nuestra ciudad al cual invertimos una gran cantidad de tiempo, pueden reducir la productividad y disminuir la optimización del tiempo por parte de nuestros colaboradores. Buscando una solución, Foodmates crea hábitos sostenibles, a través del Plan de alimentación FOODMATES- Tú Empresa.

QUÉ OFRECEMOS

- Menú diario* 2 colaciones en la mañana y la tarde + comida de tres tiempos + agua
- Entrega diaria en las instalaciones de Tu Empresa.
- Envío semanal de opciones de desayuno y cenas + opciones para fines de semana.
- Newsletter semanal con información sobre beneficios de ingredientes usados en el menú así como frases motivacionales y rutinas de ejercicios sugeridos.
- Más de 62 variedades de platillos balanceados + contenidos nutrimentales adecuados
- Plática con el CHEF OROPEZA (Dinámica de aproximadamente 2hrs.)*

*Creamos un plan integral de salud práctico y a la medida de tu empresa, elaborado con alimentos frescos y de calidad, con los mas altos estándares de higiene.

UNA VIDA SALUDABLE, PRODUCTIVA Y RESPONSABLE CON EL MEDIO AMBIENTE

En FOODMATES creemos firmemente en que la buena alimentación, el ejercicio y la constancia son los elementos necesarios para cambiar tu vida y la de las personas que te rodean.



Porque las haga felices

LA MODERNA

¡Es mi pasta!

VERANO DELICIOSO

HERSHEY'S

Repostería

Inspira Sonrisas

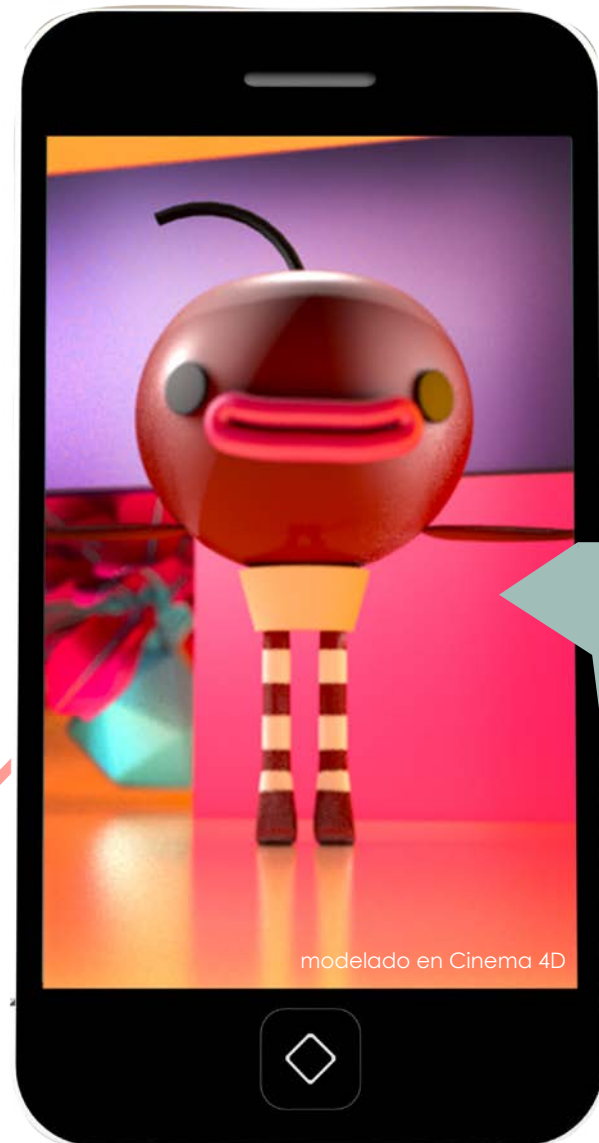
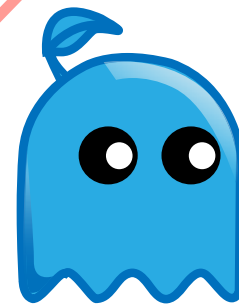
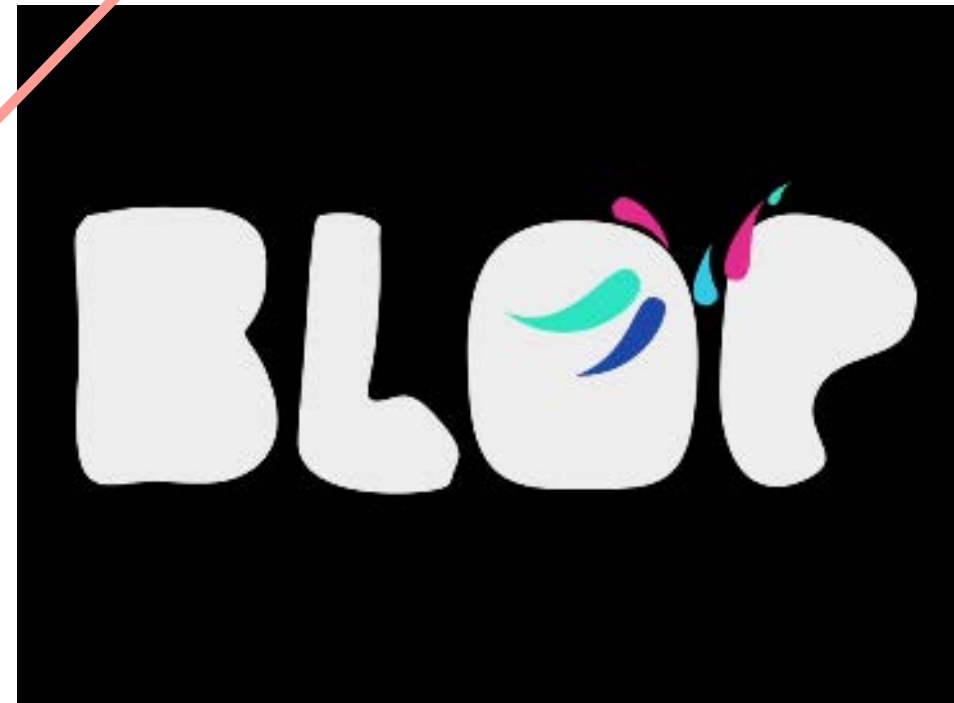
DESCUBRE NUEVAS FORMAS DE COCINAR CON

Tyson

Carbonell

Encuentra recetas deliciosas ¡Aquí!

MOTION GRAPHICS



He realizado animaciones 2D para programas de tv, haciendo cortinillas y supers, también haciendo animaciones para plataformas digitales.

