





ARICA  
CONCEPT

*“La diferencia entre una marca que se ve  
y una que funciona de verdad está en  
en la coherencia entre lo que piensan,  
cómo se ven y cómo se comunican.”*

# NUESTROS PILARES

## ESTRATEGIA

1

- Consultoría estratégica de marca
- Auditoría de marca y redes sociales
- Diagnóstico digital
- Posicionamiento y estrategia de contenido

## DISEÑO

2

- Diseño de logo e identidad visual
- Manual de marca
- Diseño gráfico y editorial
- Diseño para redes sociales

## MARKETING

3

- Estrategia digital
- Gestión de redes sociales
- Calendarios de contenido
- Lanzamientos de marca

# NUESTRA MISION

Queremos ser el aliado creativo de marcas y fundadores que quieren crecer con claridad. Conectamos estrategia, diseño y marketing en un solo proceso coherente, para que cada decisión creativa tenga dirección y cada acción de comunicación tenga impacto.

# PUNTOS DE ENTRADA

## DIAGNÓSTICO ARICA

- Auditoría de marca
- Auditoría de redes sociales
- Diagnóstico digital
- Definición de posicionamiento

Para marcas que sienten que algo no está funcionando pero no saben exactamente qué.

## IDENTIDAD COMPLETA

- Estrategia de marca
- Diseño de logo
- Identidad visual completa
- Manual de marca

Para marcas que necesitan construir o reconstruir su base visual y estratégica desde un lugar sólido.

## ACOMPAÑAMIENTO MENSUAL

- Dirección estratégica de contenido
- Gestión de redes sociales
- Diseño de contenido
- Reporte mensual

Para marcas que quieren una presencia consistente, bien pensada y bien ejecutada mes a mes.

# CLIENTE IDEAL

Fundadores, emprendedores y marcas personales entre 30 y 55 años, principalmente en México, que están en una etapa real de crecimiento y buscan construir una marca sólida, profesional y preparada para evolucionar.

No están explorando ideas.

**Están listos para invertir en su marca con seriedad.**



## Nuestros clientes suelen:

- Entender que el diseño y la estrategia son una ventaja competitiva
- Buscar un aliado estratégico, no solo un proveedor
- Valorar trabajar directamente con quien tiene el criterio
- Querer una marca que crezca y evolucione con su negocio

Trabajamos con quienes entienden el valor de construir una marca con intención.

# VALORES

**01**

## **Coherencia integrada**

Estrategia, diseño y marketing hablan el mismo idioma

---

**02**

## **Atención cercana**

Cada proyecto cuenta con la dirección del estudio para asegurar criterio y coherencia.

---

**03**

## **Criterio antes que tendencia**

No hacemos lo que está de moda. Hacemos lo que tiene sentido para tu marca.

---

**04**

## **Detalle como estándar**

Cuidamos la ejecución con la misma seriedad que la estrategia.

---

**05**

## **Relación de largo plazo**

No buscamos clientes de un proyecto. Buscamos marcas con las que construir algo.

# PROCESO



## DIAGNÓSTICO

Analizamos tu marca, presencia digital y comunicación actual para entender dónde estás.

## ESTRATEGIA

Definimos posicionamiento, audiencia y la dirección creativa que guiará todo.

## DISEÑO

Construimos la identidad visual y los materiales que expresan tu marca con coherencia.

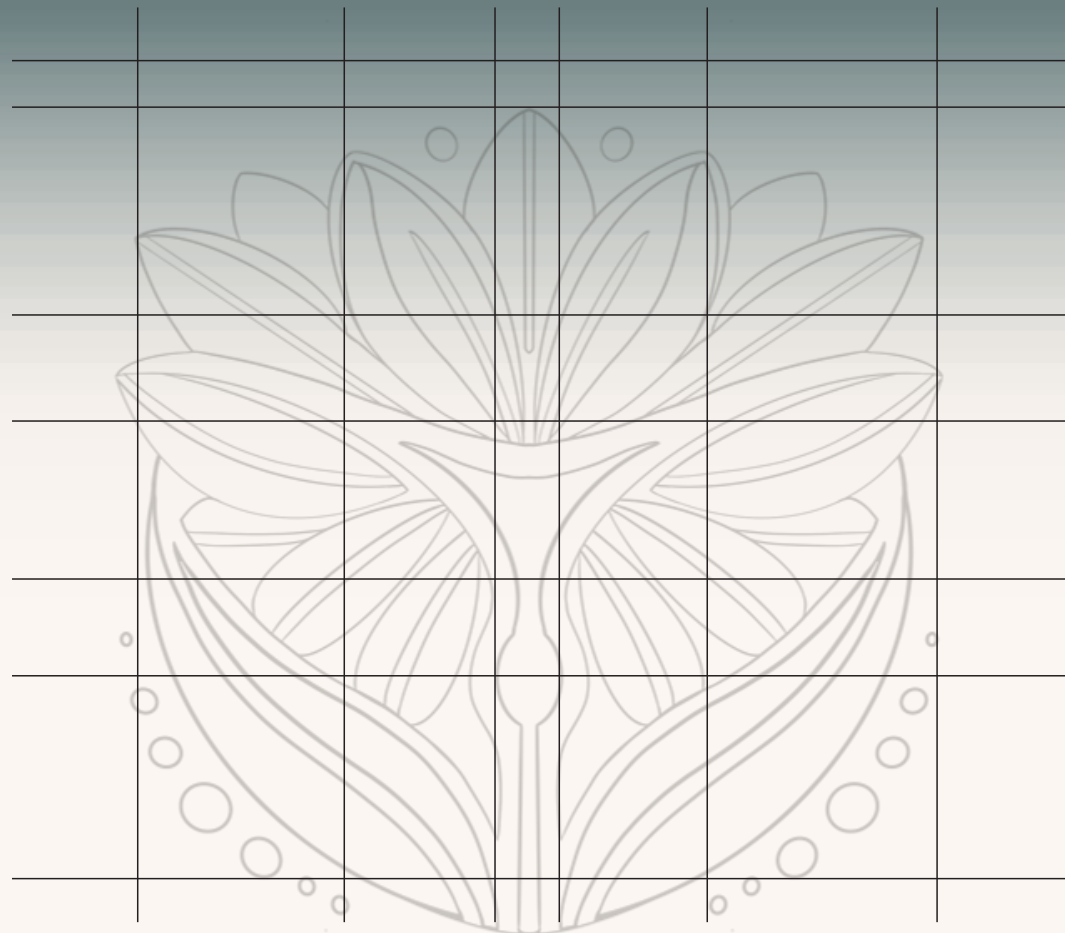
## ACTIVACIÓN

Llevamos tu marca al mundo: redes, campañas y lanzamientos con dirección y propósito.

*Arica es estratégica sin ser fría.  
Creativa sin ser impredecible.  
Sofisticada sin ser inaccesible.*

# PORTAFOLIO

DISEÑO



*Flowrece*  
By Fer Mendez



## COMER SIN DIETAS ES VOLVER A LO ESENCIAL

Comer no debería sentirse como una lista de reglas ni como un sistema de control. La verdadera nutrición nace de la conciencia: de entender la energía detrás de cada alimento y cómo influye en tu cuerpo, tu mente y tus emociones.

Comer sin dietas es volver a lo esencial: reconocer lo que te hace sentir ligera, vital y en coherencia contigo misma. No se trata de perfección, sino de equilibrio y elecciones informadas.

Tampoco significa comer sin estructura. Es elegir desde la conexión, respetar tu hambre y tu saciedad, y permitirte flexibilidad sin perder dirección.

Las dietas fallan porque desconectan: generan culpa, rebote y cansancio emocional. Comer sin dietas, en cambio, te devuelve libertad, claridad y una relación más amable contigo.

Este e-book está construido desde estructura suave + libertad consciente + nutrición inteligente. Un acompañamiento para nutrirte sin miedo, sin extremismos y sin la presión de "hacerlo perfecto".

Comer sin dietas no es comer menos. Es comer mejor. Es escucharte. Es elegir con amor. Bienvenida a esta guía que te acompañará paso a paso hacia una alimentación más real, equilibrada y consciente

## COMER SIN CULPA

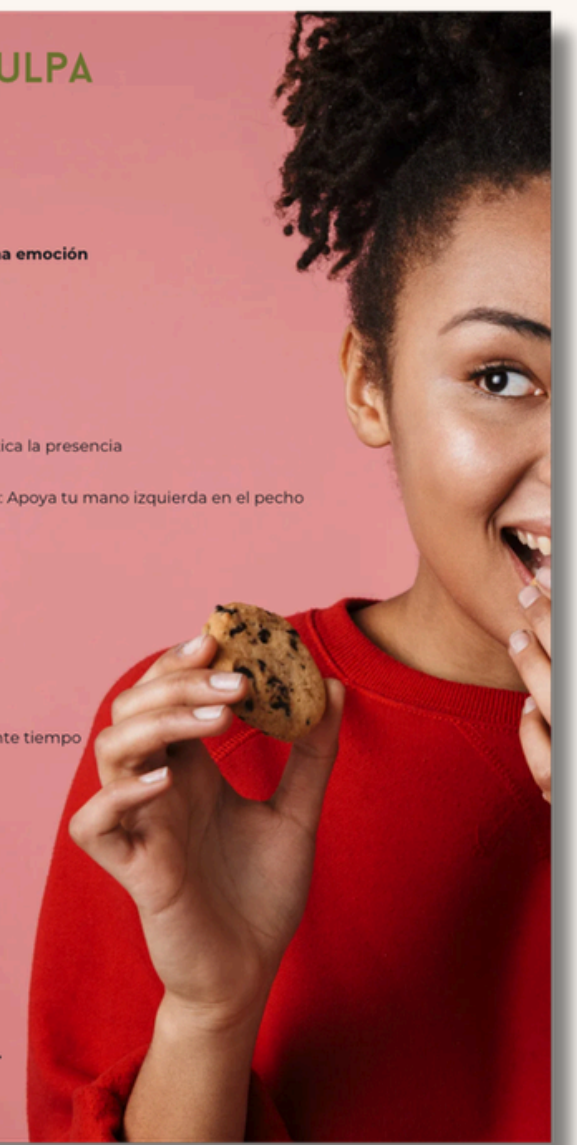
Si comiste de más ...

**RESPIRA**  
No comiste mal: comiste desde una emoción

- Si sientes ansiedad**
- Hidrátate
  - Respira por la nariz, practica la presencia
  - Camina 3 minutos
  - Date un abrazo somático: Apoya tu mano izquierda en el pecho y tu mano derecha en el abdomen.

- Lo que regula es:**
- Agua
  - Movimiento suave
  - Comida real en tu siguiente tiempo
  - Comer lento
  - Volver a ti

Si comes un postre o antojo, disfrútalo y vuelve a ti con amor.







## QUERIDO CLIENTE,

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Sed ac mollis arcu. Mauris eleifend lorem a nibh fringilla, ac ultricies nisi ultrices. Curabitur pretium lacinia eros eu malesuada. Integer feugiat tincidunt rutrum. Sed semper uma purus, id tristique diam semper non. Quisque posuere facilisis lorem, et finibus arcu aliquet a. Fusce blandit vel nibh et blandit. Mauris accumsan non tellus ut tincidunt.

In consequat scelerisque elementum. Etiam id metus uma. Donec a ipsum cursus, volutpat dui at, vestibulum nibh. Duis at eros nisi. Mauris semper est eu sagittis hendrerit. Ut molestie dignissim vulputate. In egestas, enim porttitor interdum ultrices, libero nisl accumsan nibh, at dapibus diam metus ut sem.

Nulla dictum dapibus quam, et malesuada nisi dignissim eu. Nunc id rutrum libero, et pharetra orci. Pellentesque nisl metus, placerat ut luctus ac, sollicitudin egestas felis. Aliquam eu hendrerit lectus, id pretium dolor. Etiam dictum lobortis mauris, at tempus dui. Mauris magna nunc, euismod quis tortor non, sagittis rutrum tortor.



**FER MENDEZ**  
Fisioterapeuta Pélvica

Polanco / Pedregal

flowrece

+52 55 4499 5879

## FER MENDEZ

FISIOTERAPEUTA UROGINECOLÓGICA Y OBSTETRICIA

CÉDULA PROFESIONAL: 12439756

PACIENTE: \_\_\_\_\_

FECHA: \_\_\_\_\_



INTEGROWORK - FRANCISCO PETRARCA //336 POLANCO  
HOSPITAL ANGELES DEL PEDREGAL TORRE DE ESPECIALIDADES QUIRURGICAS CONSULTORIO 1282

@flowrece



52 55 4499 5879

55 56 52 11 11

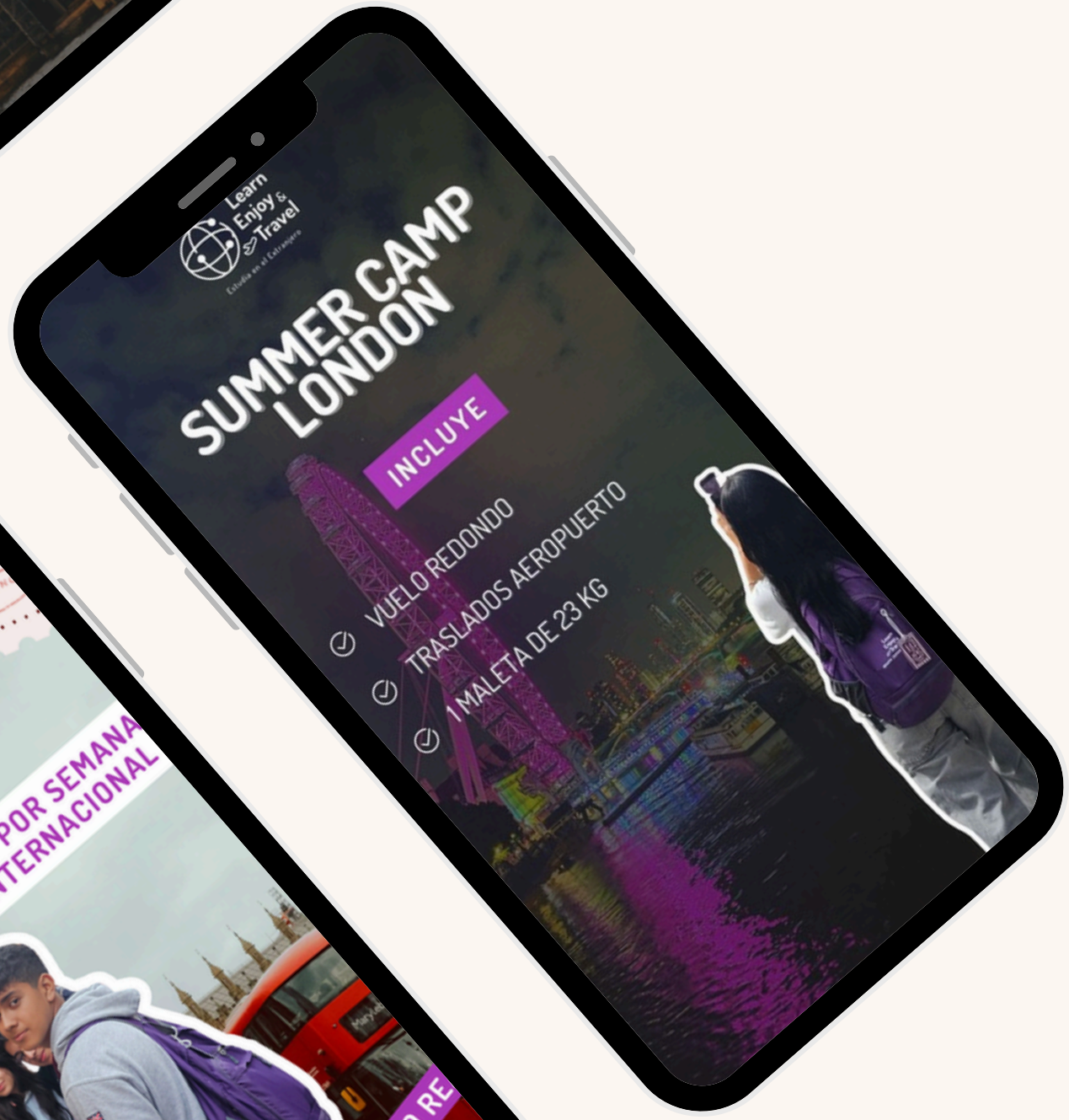
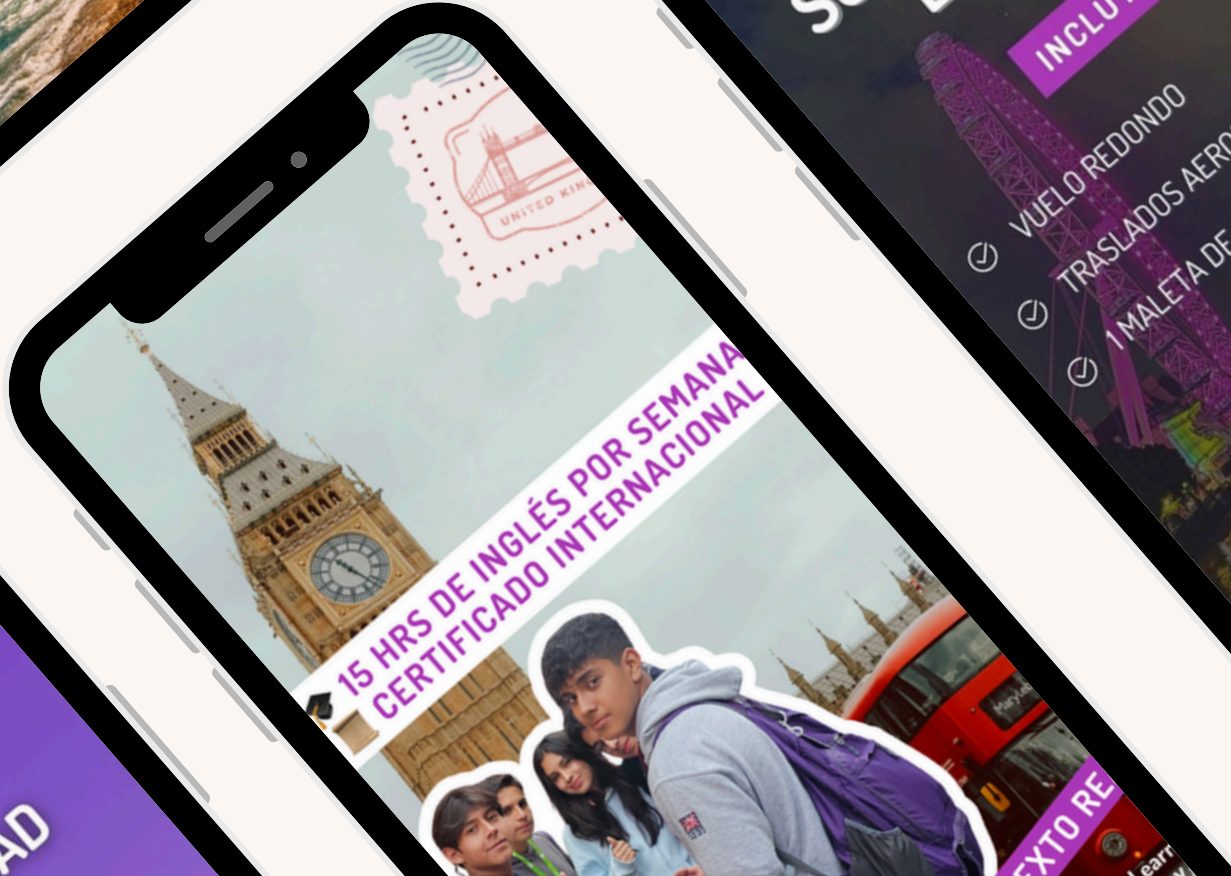
**FER MENDEZ**  
FISIOTERAPEUTA  
UROGINECOLÓGICA Y  
OBSTETRICIA

Integrowork - Francisco Petrarca  
//336 Polanco  
Hospital Angeles del Pedregal Torre  
de Especialidades Quirúrgicas  
Consultorio 1282  
ft.mafer.mendez@gmail.com  
@flowrece







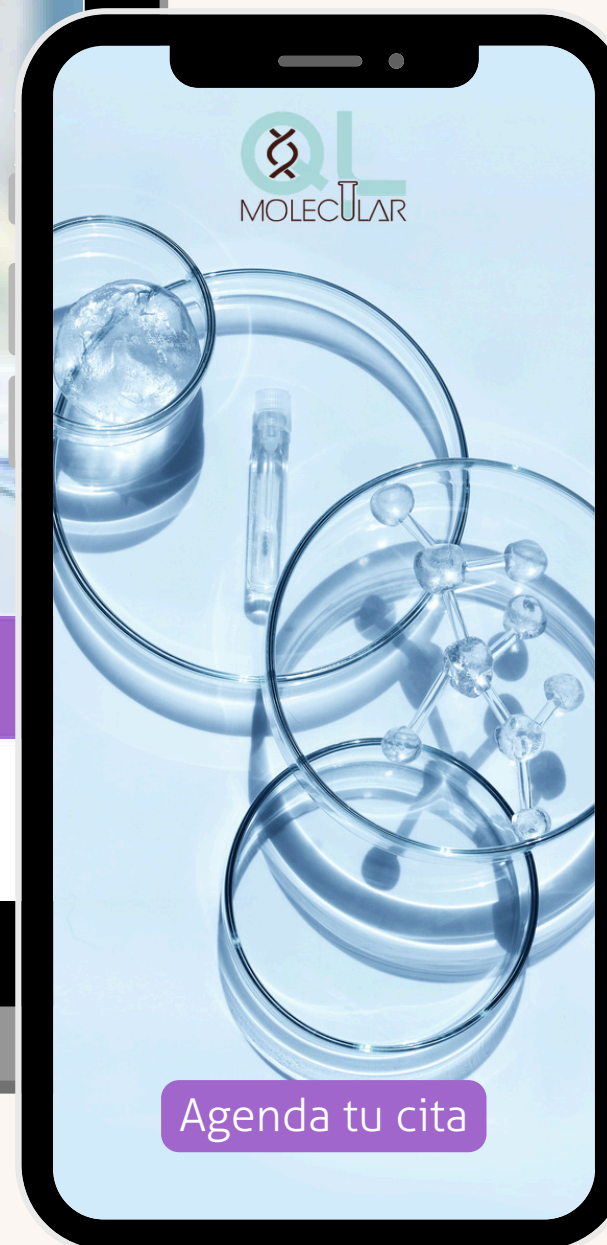




> Agenda tu cita en línea

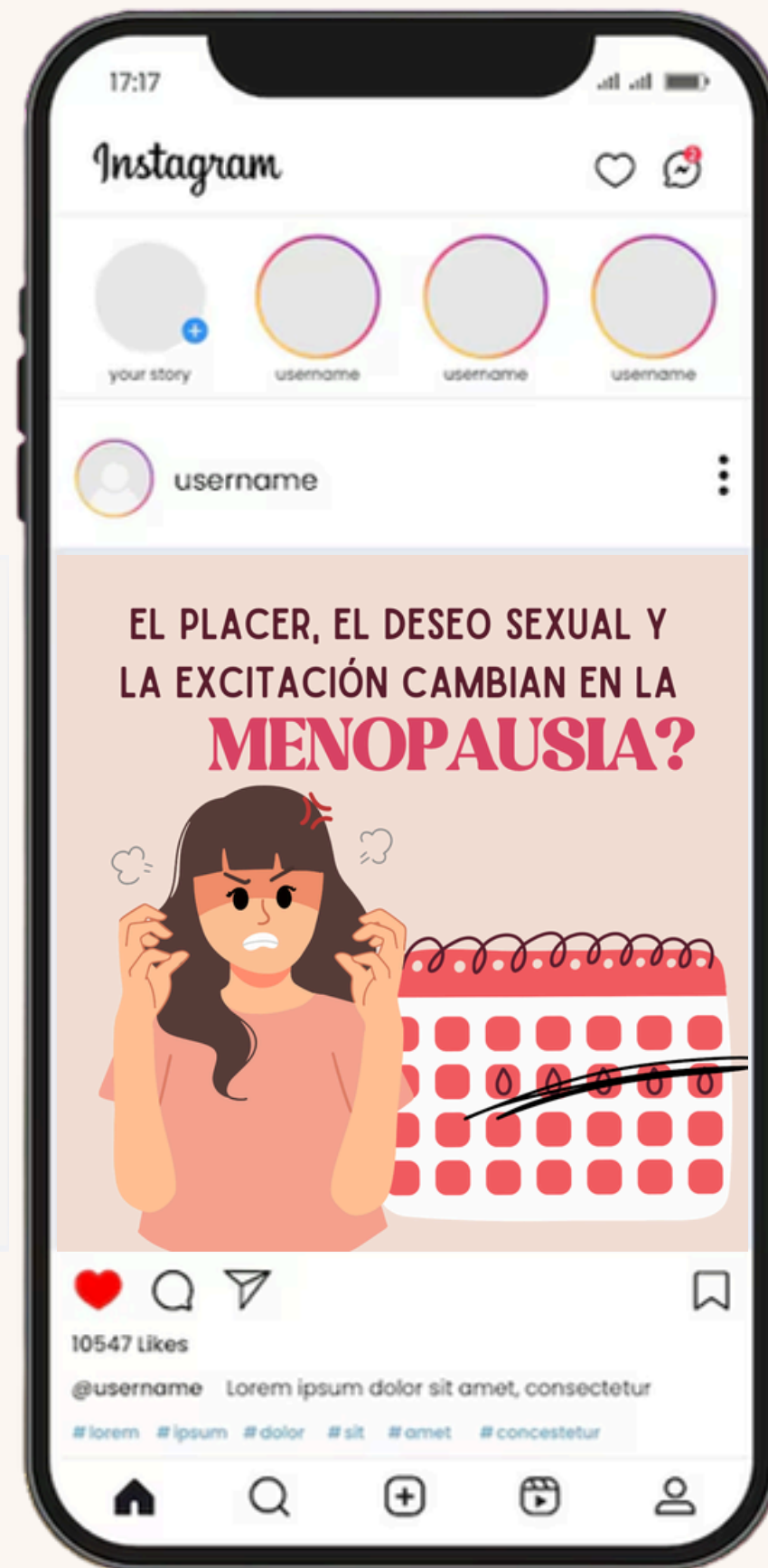
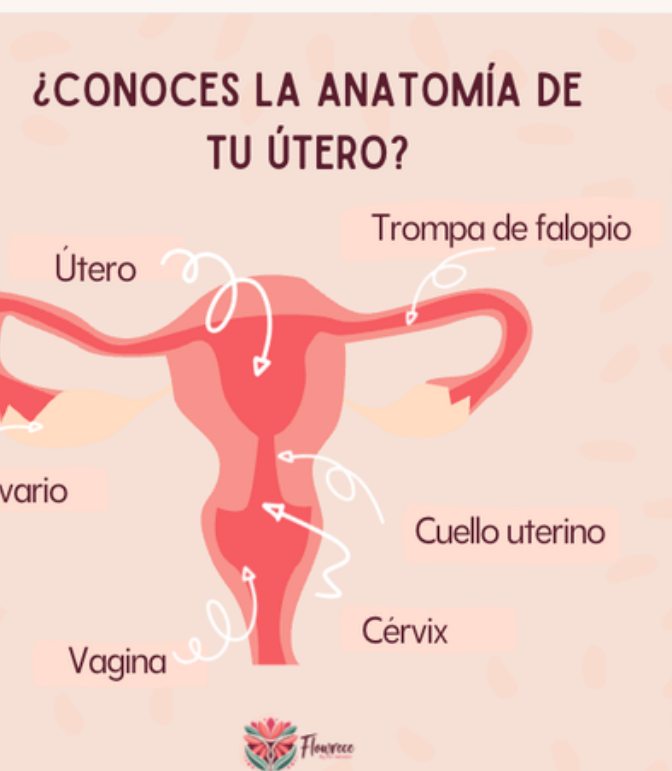
Reserva una cita

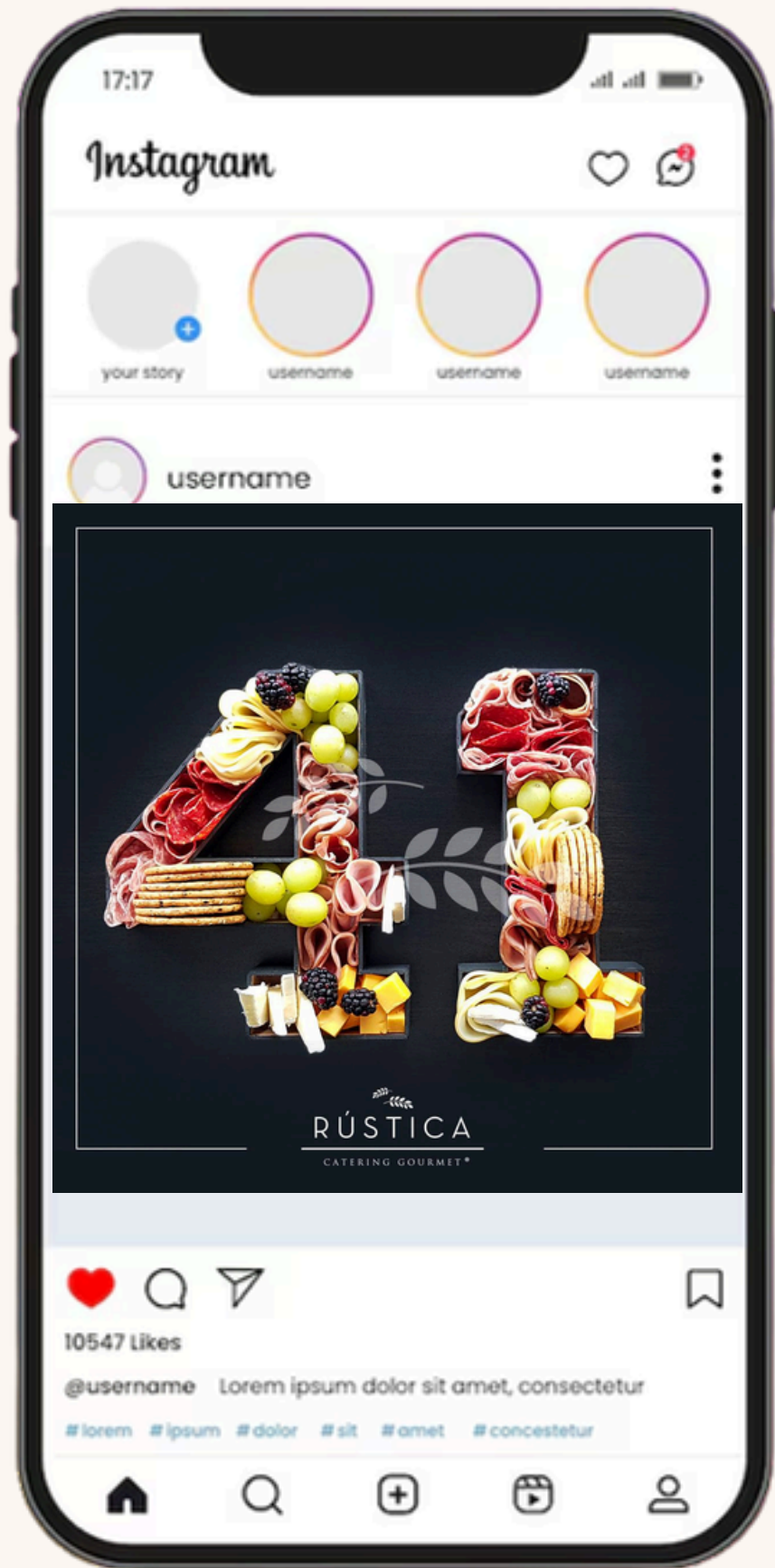
Biología



Agenda tu cita







PROMOCIONALES





# ¿LISTO PARA EMPEZAR?

*55 3039 0076*  
*[www.aricaconcept.com](http://www.aricaconcept.com)*

AR | ARICA  
CONCEPT