

www.prisciroma.com

Guía esencial de CROCHET CONSCIENTE

— ♥ —
Puntos, patrones y bienestar creativo
— ♥ —

By Prisci Roma

¿QUIÉN SOY?

✨ Hola, Soy Romané

Diseñadora de crochet consciente y creadora de By Prisci Roma.
Te acompaño a crear con intención, creatividad y bienestar

Bienvenida/o a este espacio.

Mi nombre es Romané, creadora de By Prisci Roma, una marca de crochet consciente inspirada en el bienestar, la creatividad y el estilo de vida boho moderno.

Creo profundamente que tejer no es solo aprender puntos, es un momento para conectar contigo, bajar el ritmo y transformar ideas en piezas con alma.

A través del crochet, el movimiento consciente, el yoga y el autoconocimiento, descubrí que crear con las manos también es una forma de sanar, expresarnos y construir confianza.

Hoy comparto contigo mis conocimientos, diseños y herramientas para que puedas:

✨ Disfrutar el proceso

✨ Confiar en tu creatividad

✨ Crear sin prisa

✨ Honrar tu ritmo

✨ Y convertir el tejido en un espacio de calma

MI ENFOQUE

Mi forma de enseñar y crear.

En Prisci Roma combinamos:

📖 Técnica clara y sencilla

🌱 Bienestar emocional

🎨 Diseño consciente

💡 Creatividad sin presión

🌿 Respeto por tu ritmo

Aquí no creemos en la perfección.

Creemos en el aprendizaje amable.

¿PORQUÉ CREÉ ESTA GUÍA?

Creé esta guía para acompañarte en tus primeros pasos (o para volver a lo esencial) desde un lugar amoroso y consciente.

Quiero que este material sea para ti:

✓ Un apoyo

✓ Un refugio creativo

✓ Una herramienta práctica

✓ Un recordatorio de que sí puedes

No importa si estás comenzando o si ya llevas tiempo tejiendo.

Siempre hay espacio para volver a conectar con lo esencial.

Gracias por estar aquí.

Gracias por confiar en mi trabajo.

Gracias por permitirte crear con calma.

Con cariño,

By Prisci Roma

¿CÓMO USAR ESTA GUÍA?

Esta guía fue creada para acompañarte paso a paso en tu camino con el crochet consciente.

No necesitas hacer todo perfecto ni en orden.

Este material está pensado para que lo adaptes a tu ritmo, tiempo y energía.

Te recomiendo usarla así:

1. Lee primero las páginas iniciales para conectar con el enfoque del crochet consciente.
2. Explora la guía de puntos y simbología sin presión.
3. Elige uno o dos granny squares para comenzar.
4. Practica con calma, sin compararte.
5. Vuelve a esta guía cada vez que necesites inspiración o repaso.

Recuerda: no se trata de avanzar rápido, sino de avanzar con intención.

Este espacio es tuyo. Hazlo tu refugio creativo.

BIENVENIDA AL CROCHET CONSCIENTE

El crochet consciente es una forma de crear desde la calma, el respeto y la conexión contigo.

Aquí no buscamos producir sin parar.

Buscamos sentir, aprender y disfrutar.

Practicar crochet consciente significa:

- ♥ Escuchar tu cuerpo
- ♥ Respetar tu proceso
- ♥ Aceptar errores como parte del camino
- ♥ Valorar cada pequeño avance
- ♥ Crear sin culpa ni exigencia

Cuando tejes con conciencia, no solo creas una pieza.

También fortaleces tu confianza, tu paciencia y tu bienestar.

Este es un espacio libre de juicios.

Aquí siempre eres bienvenida.

PUNTOS BÁSICOS Y SIMBOLOGÍA



@by_prisciroma

SÍMBOLO	NOMBRE/S	ABREVIACIÓN	Nº DE CADENAS DE ALTURA (valor: cuenta como punto.)
	Anillo mágico	a.m	
	- Punto cadena - Cadeneta	c c	
	- Punto raso - Punto enano - Punto deslizado	p.r p.e p.d	0
	- Punto bajo - Medio punto	p.b m.p	1 - no tiene valor
	- Punto media vareta - Medio punto alto	m.p. alto	2- si tiene valor
	- Punto alto - Punto vareta	p.a p.v	3- si tiene valor
	- Punto alto doble - Punto vareta doble	p.alto. doble p.a.d	4- si tiene valor
	- Punto alto triple - Punto vareta triple	p.alto. triple p.a.t	5- si tiene valor
	Punto bajo en relieve tomado por delante		
	Punto bajo en relieve tomado por detrás		
	Medio punto alto en relieve tomado por delante.		
	Medio punto alto en relieve tomado por detrás.		

SÍMBOLO	NOMBRE/S	ABREVIACIÓN
	Punto alto en relieve tomado por delante.	p.a en relieve por delante.
	Punto alto en relieve Tomado por detrás	p.a en relieve por detrás
	puntos tomados en la hebra de atrás de la cadena	
	puntos tomados en la hebra de adelante de la cadena	
	- Punto burbuja - Punto piña de varetas	
	- Punto Puff - De 3 o más medias varetas	
	- Punto Popcorn - Punto de 5 varetas en un mismo punto de base	
	- Disminución simple cerrar 2 p.b juntos. - Disminución doble cerrar 3 p.b juntos.	dism.

SÍMBOLO	NOMBRE/S	ABREVIACIÓN
	Aumento simple y doble 2 o 3 p.b sobre un mismo punto de base.	aum.
	Picot: 3 p.c y 1 p.e sobre el 3º p. contado a partir de la aguja	piq.
	Punto Concha p. Varetas tejidos en el mismo punto de base	
	Punto Racimo P. Varetas cerrados juntos	

@aby-priscitoma

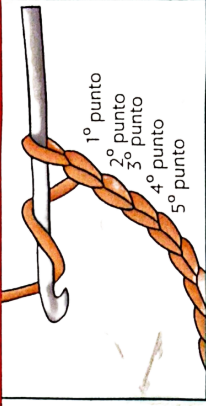
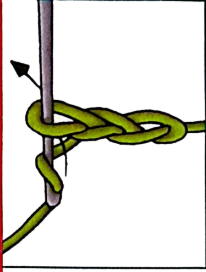
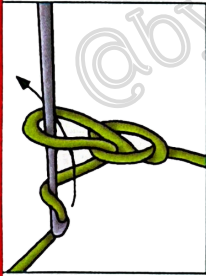
PASO A PASO PUNTOS BÁSICOS



@by_prisciroma

PUNTOS BÁSICOS

P. cadena



1. Tomar una hebra 2 veces alrededor de la aguja, en sentido contrario a las agujas del reloj.

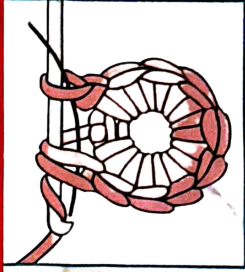
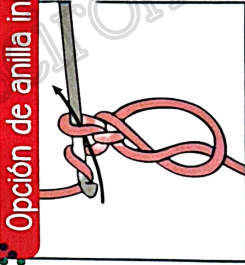
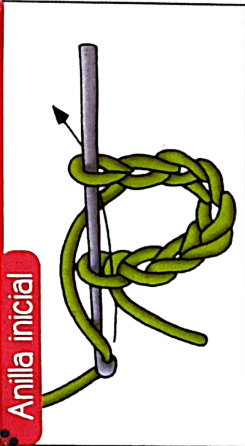
2. Tomar otra lazada, pasarla a través del p. anterior y sujetarla fuertemente. Así, se obtiene el nudo inicial.

3. A partir del nudo inicial realizar la cantidad deseada de cadenas.

Para contar cadenas:

Los p. de una cadeneta se cuentan desde el 1º p., a partir del p. que está ubicado en la aguja, hacia atrás.

Anilla inicial

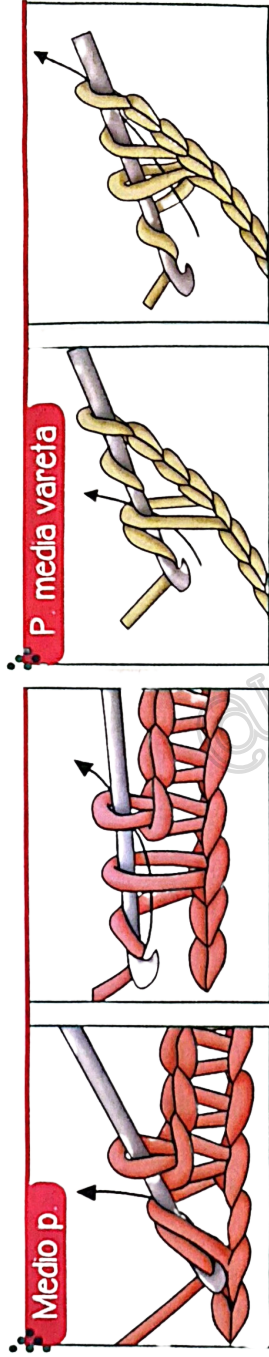


Tejer la cantada de cadenas necesaria para la anilla. Insertar la aguja en el 1º p. cadena que se teje, tomar 1 hebra y pasarla a través del mismo y del p. que está en la aguja (1 p. pasado).

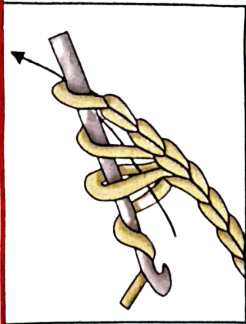
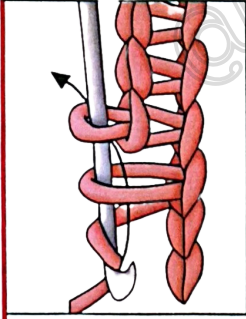
1. Hacer una anilla alrededor del dedo. Trabarla con 1 p. pasado.

2. Rellenar la anilla con medios p., medias vareta o p. vareta, según corresponda.

3. Cerrar la h. con 1 p. pasado.



Medio p.

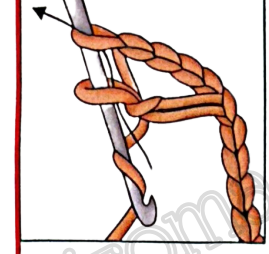
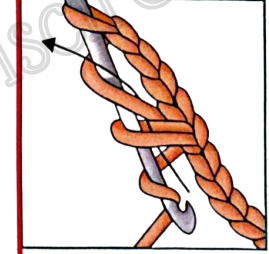
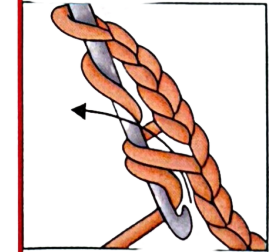
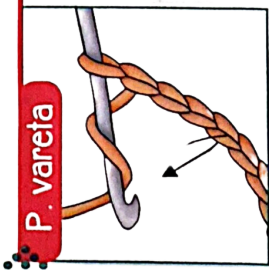


1. Insertar la aguja en el p. correspondiente, tomar 1 lazada en la aguja, pasarla a través del p. (quedan 2 p. en la aguja)

2. Tomar 1 nueva lazada y pasarla a través de los 2 p. que hay en la aguja.

1. Hacer 2 o 3 cadenas para dar altura a la h. Tomar 1 lazada en la aguja, clavarla en el p. correspondiente, tomar otra lazada, pasarla a través del p.

2. Quedan 3 p. en la aguja, tomar 1 nueva lazada y pasarla a través de los 3 p. que hay en la aguja.



P. vareta

1. Realizar 3 cadenas. tomar 1 lazada, clavar la aguja en el 4º p.

2. Tomar 1 lazada y pasarla a través del p. (quedan 3 p. en la aguja).

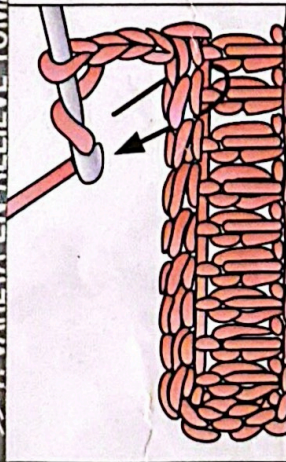
3. Tomar 1 lazada y cerrar los 2 primeros p. que se encuentran en la aguja.

4. Tomar 1 nueva lazada y cerrar los 2 últimos p. que quedan en la aguja.

Puntos vareta doble triple y cuadruple:

Se realizan igual que la vareta pero comenzando con 2, 3 o 4 lazadas, según corresponda, y sacar de a 2 los p. que hay en la aguja.

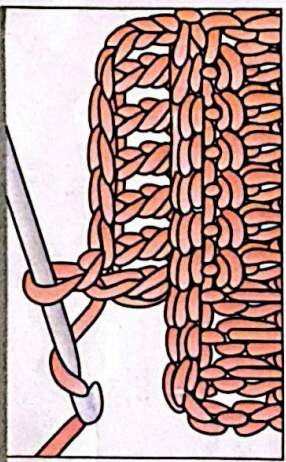
>> P. VARETA EN RELIEVE TOMADO POR DETRÁS



1. Tomar 1 lazada e introducirla de atrás hacia adelante, envolviendo el p. corresp. de la h. anterior.

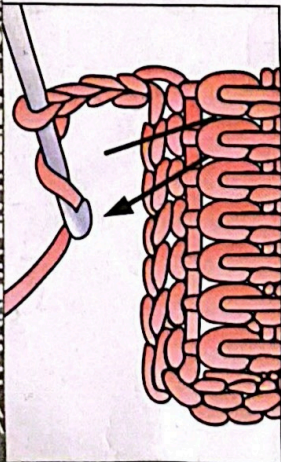


2. Tomar una lazada y sacarla a través del p.; tomar otra lazada. Terminar como un p. vareta común.

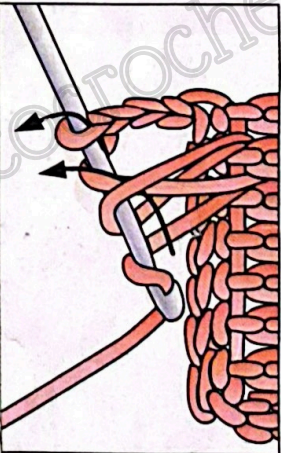


3. Terminar como un p. vareta común.

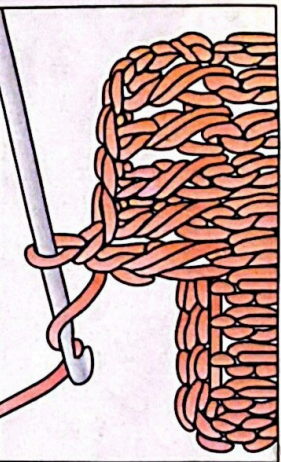
>> P. VARETA EN RELIEVE TOMADO POR DELANTE



1. Tomar 1 lazada y clavar la aguja de adelante hacia atrás envolviendo al p. corresp. de la h. anterior.



2. Tomar una nueva lazada y pasarla a través del p.; tomar otra lazada. Terminar el p. de forma habitual.



3. Terminar como un p. vareta común.

NOTAS IMPORTANTES



@by_prisciroma

- **NOTA**

Tener en cuenta que las medidas pueden variar según el hilado y la aguja que se utilicen. La mano de la o el tejedor también puede determinar la aguja que precisará, o que un tejido quede suelto o firme. Si teje flojamente deberá elegir una aguja más fina y viceversa. El grosor de la hebra marca el cabezal de la aguja a utilizar. Por ejemplo, para hebras finas, se utiliza una de cabezal fino; para hebras medianas, cabezales medianos; y para hebras gruesas, agujas de cabezales gruesos.

Importante: El N° de aguja indicado en cada proyecto es orientativo.

- **MUESTRA Y CÁLCULO DE PUNTOS**

Antes de comenzar un tejido, es fundamental realizar una muestra que permita calcular cuántos puntos entran en 10cm. Tejer un cuadrado (muestra) de aproximadamente 15 cm de lado con la aguja y el hilado elegidos para la prenda. Realizar el bloqueo y secar para que el tejido tome la forma.

Para calcular con exactitud la cantidad de puntos que se necesitarán para la prenda, tomar como parámetro 10 cm de tejido lineal de la muestra y contar la cantidad de puntos que caben dentro de esa medida.

La cuenta es una regla de tres simple: dividir la cantidad de puntos por el número 10 y multiplicar el resultado de la división por la cantidad de cm necesaria para iniciar la labor. Sólo así se obtendrá un cálculo preciso.

- **DAR ALTURA A LA HILERA**

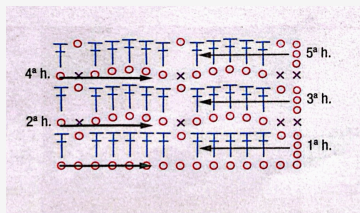
Al finalizar una h. (Cuando trabajamos en hilera de ida y vuelta), debemos girar la labor y comenzar la siguiente h. realizando p. cadenas para que el siguiente p. quede a la altura del resto de la h. La cantidad de cadenas para dar la altura según puntos, se encuentra en la tabla de simbología, donde menciona si la cadena de altura tiene valor o no (valor se refiere a que cuenta como punto).

- TEJEDOR@S ZURD@S

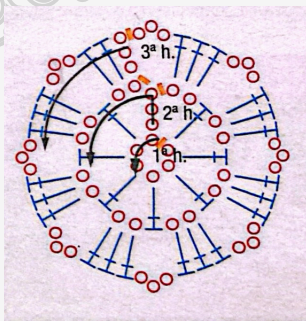
Para trabajar sin dificultad, tener en cuenta que los diagramas se pueden leer colocando un espejo sobre su lateral izquierdo.

- LECTURA DE DIAGRAMAS

La lectura del diagrama se realiza de abajo hacia arriba. La cadena base se interpreta generalmente de izquierda a derecha; las impares, de derecha a izquierda y las pares de izquierda a derecha.



Para los tejidos en redondo, la lectura se realiza desde el centro, en sentido contrario a las agujas del reloj.



10 PATRONES GRANNYS SQUARE



@by_prisciroma

CUADRADO CLÁSICO 80

Nivel: Principiante

Rondas: 5

Puntadas total: 80

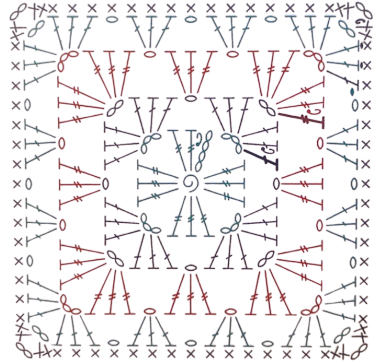
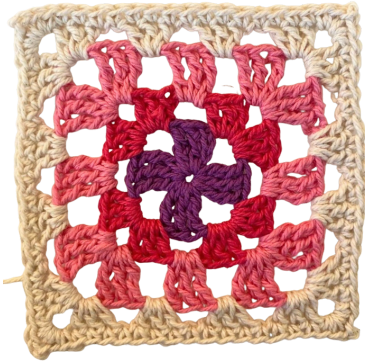
Puntadas por lado (4): 20

Puntos utilizados:

a.m p.a

p.b p.a.d

p.c p.e



CUADRADO DIAMANTE

Nivel: Principiante

Rondas: 8

Puntadas total: 92

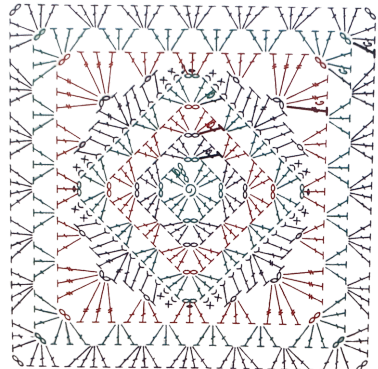
Puntadas por lado (4): 23

Puntos utilizados:

a.m p.a.d

p.c p.a

ptos tomados por la hebra de atrás



CUADRADO MARGARITA

Nivel: Principiante

Rondas: 6

Puntadas total: 80

Puntadas por lado (4): 20

Puntos utilizados:

a.m

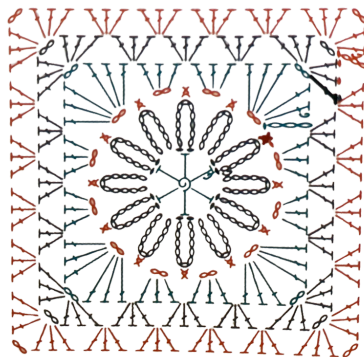
p.e

p.c

p.b

m.p.a

p.a



CUADRADO SUGAR

Nivel: Principiante

Rondas: 8

Puntadas total: 80

Puntadas por lado (4): 20

Puntos utilizados:

a.m

p.e

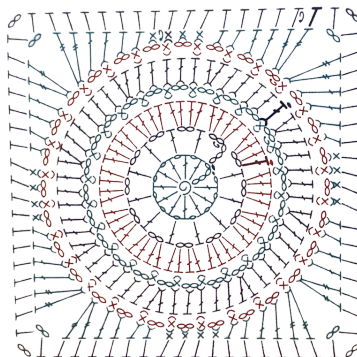
p.b

p.c

m.p.a

p.a

p.a.d (ptos tomado en la hebra trasera)



CUADRADO CORAZÓN

Nivel: Principiante

Rondas: 80

Puntadas total: 80

Puntadas por lado (4): 20

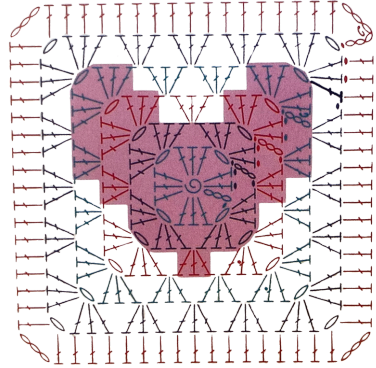
Puntos utilizados:

a.m

p.e

p.c

p.a



CUADRADO EGEO

Nivel: Principiante

Rondas: 10

Puntadas total: 112

Puntadas por lado (4): 28

Puntos utilizados:

a.m

p.a

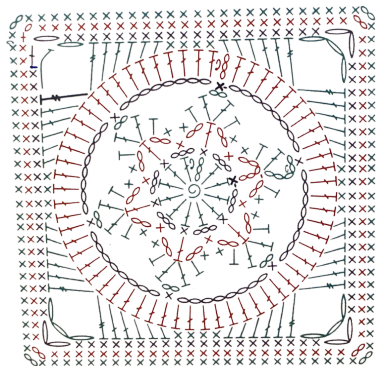
p.b

m.p alto

p.c

p.a doble

p.e



CUADRADO FLOR

Nivel: Principiante

Rondas: 8

Puntadas total: 80

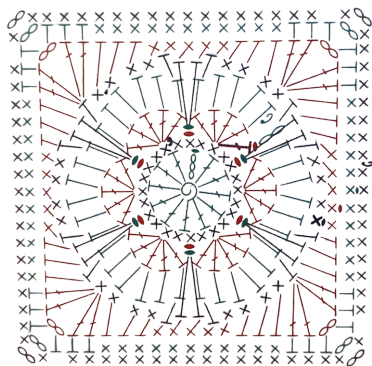
Puntadas por lado (4): 20

Puntos utilizados:

a.m p.e

p.c p.b

m.p.a p.a



CUADRADO DAISY

Nivel: Principiante

Rondas: 5

Puntadas total: 80

Puntadas por lado (4): 20

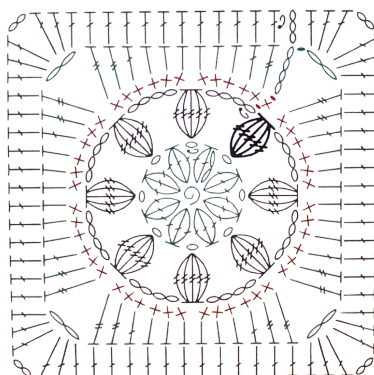
Puntos utilizados:

a.m p.e

p.c p.b

m.p.a p.a

p.a.d pto burbuja de p.a doble



CUADRADO SPRING

Nivel: Principiante

Rondas: 6

Puntadas total: 80

Puntadas por lado (4): 20

Puntos utilizados:

a.m

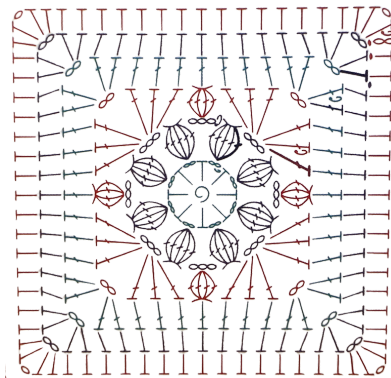
p.e

p.c

p.a

m.p.a

pto popcorn



CUADRADO HINCHADO

Nivel: Principiante

Rondas: 6

Puntadas total: 80

Puntadas por lado (4): 20

Puntos utilizados:

a.m

p.e

p.b

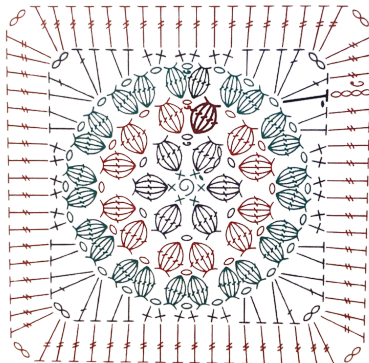
p.c

m.p.a

p.a

p.a.d

pto popcorn



RITUAL CREATIVO



@by_prisciroma

TU RITUAL CREATIVO CONSCIENTE

Antes de comenzar tu próximo proyecto, te invito a realizar este pequeño ritual:

1. Busca un lugar tranquilo.
2. Respira profundo tres veces.
3. Agradece este momento para ti.
4. Elige tus materiales con intención.
5. Define una intención para tu tejido.

Puede ser:

✨ “Hoy tejo para relajarme”

✨ “Hoy tejo para confiar en mí”

✨ “Hoy tejo para disfrutar”

Mientras tejes, vuelve a tu respiración cada vez que tu mente se acelere.

Este es tu espacio.

Este es tu tiempo.

Este es tu proceso.

Gracias por permitirte crear con calma.
Gracias por ser parte de esta comunidad.

Con amor,
Prisci Roma 🌸

🌸 Quieres seguir aprendiendo con Roma,
sígueme en mis RRSS

@by_prisciroma

@prisciroma

www.prisciroma.com

