



FACULTAD DE  
ARQUITECTURA  
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA



USAC  
TRICENTENARIA  
Universidad de San Carlos de Guatemala

Universidad de San Carlos de Guatemala  
Facultad de Arquitectura  
Escuela de Diseño Gráfico

---

## Desarrollo de Materiales de Soporte Editorial y Digital para el apoyo de charlas informativas acerca de Salud Mental impartidas en Club Juvenil Jaguar

---

Proyecto desarrollado por  
**Pablo Moisés Grajeda Velásquez**  
al conferírsele el título de  
Licenciado en Diseño Gráfico  
Guatemala, octubre de 2017





FACULTAD DE  
ARQUITECTURA  
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA



USAC  
TRICENTENARIA  
Universidad de San Carlos de Guatemala

Universidad de San Carlos de Guatemala  
Facultad de Arquitectura  
Escuela de Diseño Gráfico

---

## Desarrollo de Materiales de Soporte Editorial y Digital para el apoyo de charlas informativas acerca de Salud Mental impartidas en Club Juvenil Jaguar

---

Proyecto desarrollado por  
**Pablo Moisés Grajeda Velásquez**  
al conferírsele el título de  
Licenciado en Diseño Gráfico  
Guatemala, octubre de 2018.



"Me reservo los derechos de autor haciéndome responsable de las doctrinas sustentadas adjuntas, en la originalidad y contenido del Tema, en el Análisis y Conclusión final, eximiendo de cualquier responsabilidad a la Escuelas de Diseño Gráfico de la Facultad de Arquitectura de la Universidad de San Carlos de Guatemala".



---

# Nómina de Autoridades

---

## Junta Directiva de la Facultad de Arquitectura

Dr. Byron Alfredo Rabe Rendón  
Decano

Arq. Gloria Ruth Lara de Corea  
Vocal I

Arq. Sergio Francisco Castillo Bonini  
Vocal II

MSc. Arq. Alice Michele Gómez García  
Vocal III

Br. Kevin Christian Carrillo Segura  
Vocal IV

Br. Ixchel Maldonado Enríquez  
Vocal V

MSc. Arq. Publio Alcides Rodríguez Lobos  
Secretario Académico

## Tribunal Examinador

Dr. Byron Alfredo Rabe Rendón  
Decano

Lic. Carlos Enrique Franco Roldan  
Asesor Metodológico

Lic. María Gutiérrez Melgar  
Asesora Gráfica

Lic. Luz Marina Reyes Cerón  
Tercera Asesora

MSc. Arq. Publio Alcides Rodríguez Lobos  
Secretario Académico



---

# Agradecimientos

A la vida por permitirme disfrutar de los momentos buenos y de los errores que me forjan.

A mis abuelos Horacio y Martina por transmitir su carácter, su fuerza y su temple, porque esa fuerza me ha levantado cuando parece no haber más fuerzas.

A mis padres Annabella Velásquez y Gustavo Grajeda por ser los más grandes pilares en las dificultades, amigos en los triunfos y lumbres en las noches más frías y oscuras.

A mi hermana Nadia Grajeda, por recordarme a diario que aunque la corriente esté en contra, siempre se puede dar la milla extra que nos hace reír cuando la niebla se disipa.

A los amigos que se quedaron en la crisis, Jhoshua y Vivi. Que prestaron sus hombros destrozados y sus oídos ensordecidos justo cuando la última gota de energía desaparecía.

A la familia por los constantes halagos y felicitaciones que ponen una sonrisa en mi rostro.

A quienes ya no están, pero creyeron en mí y en mis talentos, porque comprendo que la vida tiene un caudal impredecible, pero muy emocionante.

A la Universidad de San Carlos de Guatemala por formar mi criterio, ampliar mis conocimientos, mostrarme realidades y enseñarme tolerancia.

A Club Juvenil Jaguar por permitirme dar con firmeza el paso más grande de mi carrera universitaria y alentar mi crecimiento como estudiante, creativo y ser humano.

A Vinicio Donis por apoyar este proyecto en todo aspecto.

A la Licenciada Luz Marina Reyes, su ayuda significa esperanza para quienes se encuentran en lugares profundos sin una salida evidente.

A mi abuela Aída Estrada por acompañarme sin estar.





# Contenidos

	Presentación	2
	<b>CAPÍTULO I</b>	<b>3</b>
	INTRODUCCIÓN	4
	Antecedentes	5
	Problema	9
	Justificación	12
	Objetivos	15
	<b>CAPÍTULO II</b>	<b>17</b>
	Perfiles	18
	Grupo Objetivo Primario	21
	<b>CAPÍTULO III</b>	<b>23</b>
	Flujograma	24
	Cronograma	27
	Previsión de Recursos	29



<b>CAPÍTULO IV</b>	<b>31</b>		
Un Psicoanálisis del Diseño	32		
Talleres para una mente sin manchas	39		
<b>CAPÍTULO V</b>	<b>45</b>		
Brief de diseño	46		
Recopilación de Referencias Visuales	47		
Estrategia	56		
Concepto Creativo	59		
<b>CAPÍTULO VI</b>	<b>63</b>		
Nivel 1 de Visualización	64		
Nivel 2 de Visualización	67		
Nivel 3 de Visualización	76		
Lineamientos para Puesta en Práctica	94		
Presupuesto	95		

	<b>Síntesis del Proceso</b>	99
	Lecciones Aprendidas	100
	Conclusiones	101
	Recomendaciones	102
	<b>Referencias</b>	103
	<b>Anexos</b>	111





# Presentación

## La salud mental como vehículo de una vida sana

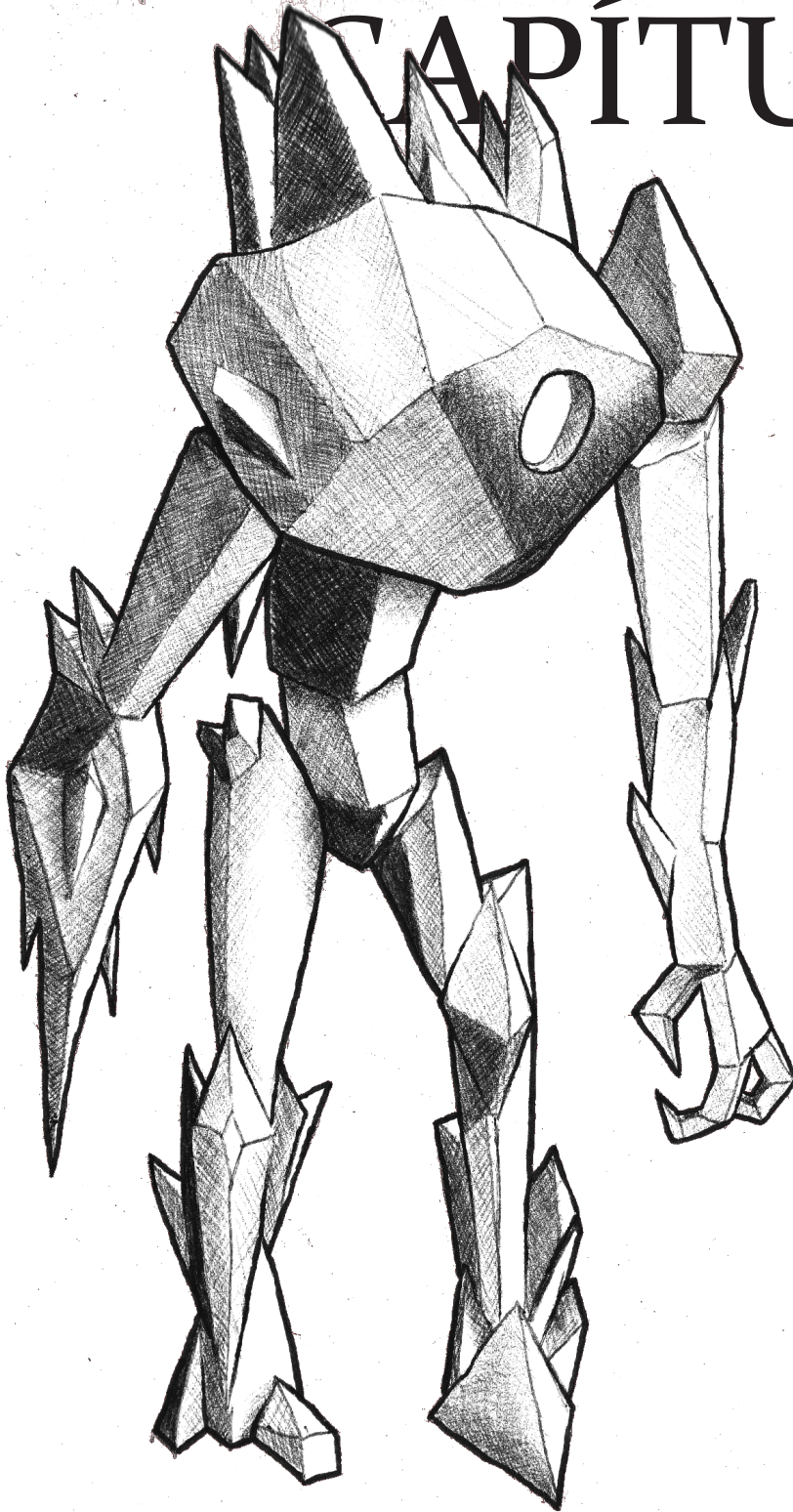
La salud mental es un tema relegado en Guatemala tanto por la población en general como por instituciones como el ministerio de salud. Pero esto no quiere decir que no hayan instituciones y personas que no estén dispuestas a ayudar a quienes lo necesitan.

La ansiedad y la Depresión son los dos padecimientos mentales más frecuentes en Guatemala, afecta la vida cotidiana de quienes las padecen y en jóvenes reduce el desempeño en responsabilidades diarias sencillas como tareas y socialización.

Club Juvenil Jaguar es un espacio que brinda una gran variedad de herramientas para el crecimiento integral de jóvenes entre los 12 y los 18 años de edad. Una institución que ha abierto sus puertas a la salud mental como complemento del crecimiento integral de los jóvenes a quienes atienden.

Desde el 2015 los casos de Ansiedad y Depresión han aumentado cerca de un 40% y con ello también la cantidad de suicidios anuales. Pero estas enfermedades no son imposibles de sobrellevar, se trata de paciencia, comprensión y cariño, elementos que deben entender las personas que rodean a los pacientes con cualquiera de estas dos enfermedades.

# CAPÍTULO I



# INTRODUCCIÓN

“Él era una rama rota, injertado en un árbol de familia diferente. Adoptado. No porque sus padres optasen por un destino diferente. Cuando tenía tres años se convirtió en una bebida mixta que combinaba una parte de soledad y dos partes tragedia. Inició terapia en el octavo grado. Tenía una personalidad formada por pruebas y píldoras. Vivía como si las subidas fuesen montañas y las bajadas fuesen precipicios de los que caería en una ola de anti-depresivos y una adolescencia siendo llamado «Dramático», una parte debido a las píldoras y noventa y nueve partes debido a la crueldad. Trató de suicidarse en el décimo grado, cuando un niño que aún conservaba a sus padres tuvo la audacia de decirle «Ya supéralo». Como si la depresión fuese algo que se puede remediar con cualquier cosa que se encuentra en el kit de primeros auxilios. Hasta hoy día, él es una varilla de dinamita encendida de ambos extremos, que podría describir a detalle cómo se inclina el cielo momentos antes de caerse. Que a pesar de tener un ejército de amigos que lo llaman «inspiración», aún permanece como un tema de conversación entre personas que no pueden comprender que a veces estar libre de drogas tiene que menos que ver con la adicción y mucho que ver con la cordura de la sociedad.” Traducción de un fragmento del poema “To this Day” (Hasta el día de Hoy), escrito por Shane Koyczan (2013)

Así es como un activista y poeta en pro de los niños en Estados Unidos, describe el padecimiento de la depresión a través de los ojos de un niño expuesto a situaciones traumáticas y de estrés debido a las dificultades fortuitas en un país desarrollado. ¿Qué sucede entonces en los países subdesarrollados como Guatemala? Algunas personas aseguran que “Hay tanta pobreza en el país que las personas están más preocupadas subsistiendo que preocupadas por la vida”, lo cual en oídos desinformados puede sonar razonable. Sin embargo la cantidad de casos de enfermedades mentales en Guatemala ha aumentado un 40% en los últimos 4 años, donde las dos enfermedades más frecuentes son Ansiedad y Depresión. Estas pueden ser causadas por muchos factores, pero principalmente por estrés, traumas infantiles, pobreza, desempleo, violencia e inseguridad. Todos estos factores, forman parte de la problemática nacional de la que podemos leer en los diarios e incluso vivir en carne propia. Pero existen personas que, ya sea por factores sociales, genéticos o biológicos padecen Ansiedad o Depresión las cuales pueden llevarlos al borde del suicidio. Adrián Chávez, viceministro técnico del Ministerio de Salud, reveló que el 2015 cerró con 355 suicidios, mientras que solo en los primeros diez meses del 2016 se registraron 388, siendo las áreas de más frecuencia, departamentos del interior del país como Baja Verapaz, Santa Rosa y El Progreso. ¿Aún suena solo a un problema de la élite?

v

Según los datos anteriormente expuestos por el Ministerio de Salud en contraste con datos proporcionados por estudios de SIGSA y su Unidad Epidemiológica (2014-2015), en perspectiva, 1 de cada 4 personas en el país padece de algún desorden mental que afecta su vida productiva, 1 de cada 10 personas padece de desórdenes de ansiedad o de depresión, de las cuales 3 de cada 4 no recibirán un tratamiento adecuado y podrían pasar a ser de las 13 de cada 100.000 habitantes que cometerán suicidio. Esto debe cambiar, y la posibilidad está en el diagnóstico y tratamientos aplicados a tiempo.

# Antecedentes

## Panorama General

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), “La depresión es la principal causa de enfermedad y discapacidad entre los adolescentes de ambos sexos de edades comprendidas entre los 10 y los 19 años de edad” (Testigos de Jehová, 2017).

Los síntomas de depresión pueden aparecer en cualquier etapa de la adolescencia e incluir trastornos del sueño o del apetito y cambios de peso. Síntomas como sentimientos de angustia, desesperanza, tristeza y baja autoestima, junto con deseos de estar solo, problemas de concentración o de memoria, problemas médicos e incluso ideas o deseos suicidas, alteran la vida del paciente a la vez, alterando su vida cotidiana provocando desgaste social y bajo rendimiento académico entre otros.

La OMS atribuye las posibles causas de la depresión, como resultado de interacciones complejas entre factores sociales, factores psicológicos y biológicos, aunque aún no se conocen las causas específicas de la depresión debido a que solo se puede investigar la química cerebral en seres humanos tras su fallecimiento.

## Panorama Nacional

Ciudad de Guatemala, 9 de octubre de 2012. Los trastornos mentales tienen una alta prevalencia a nivel mundial y son, significativamente, una de las principales razones de morbilidad y discapacidad, así como a la mortalidad prematura. Según la OMS “En los países con ingresos bajos y medios bajos se estima que se descuidan de tratamiento más del 75% de los enfermos, es decir que 3 de cada 4 personas con trastorno mental no recibirán un tratamiento adecuado a su situación.”

En Guatemala, la información disponible muestra que uno de cuatro guatemaltecos mayores de 18 años, ha padecido al menos un trastorno mental en su vida y en general, solamente el 2.3% de la población guatemalteca ha consultado con algún profesional en salud según Encuesta Nacional de Salud Mental por la USAC del año 2010 (OPS/OMS Guatemala, 2012) En términos generales los trastornos de ansiedad constituyen el grupo de trastornos más frecuente que afecta a la población guatemalteca, mientras que los trastornos del humor ocupan el segundo lugar, afectando a un 8% de la población, siendo en este grupo los trastornos depresivos los más comunes. La depresión afecta a todos sin distinción económica, étnica o de otro tipo.



Según datos de la fundación Alas Pro Salud Mental, “el 28% de la población guatemalteca vive con un trastorno mental”, donde Ruiz agrega, “Generalmente la depresión, ansiedad y los traumas postraumáticos están vinculados a la pobreza, el desempleo, violencia y la inseguridad que viven los guatemaltecos”. Sin embargo “La depresión y la ansiedad son enfermedades como cualquier otra. Esta es la principal barrera a romper para que se empiece a buscar ayuda. Hay que desmitificar el tratamiento de enfermedades mentales. La ayuda psicológica y psiquiátrica puede ser muy valiosa para disminuir los síntomas de una persona”. El viceministro técnico del Ministerio de Salud, Adrián Chávez afirmó “El Estado de Guatemala tiene una deuda muy grande con la población de proporcionarles Salud. Y la Salud mental ha sido uno de los ejes más abandonados a nivel estatal”.

Según el Centro Nacional de Epidemiología (2016), “Depresión y la ansiedad son las consultas más frecuentes a nivel del país” y “Se observa tendencia al incremento de casos entre 2008 a la fecha, aunque haya un decremento en la comparación entre el 2015-2016.”

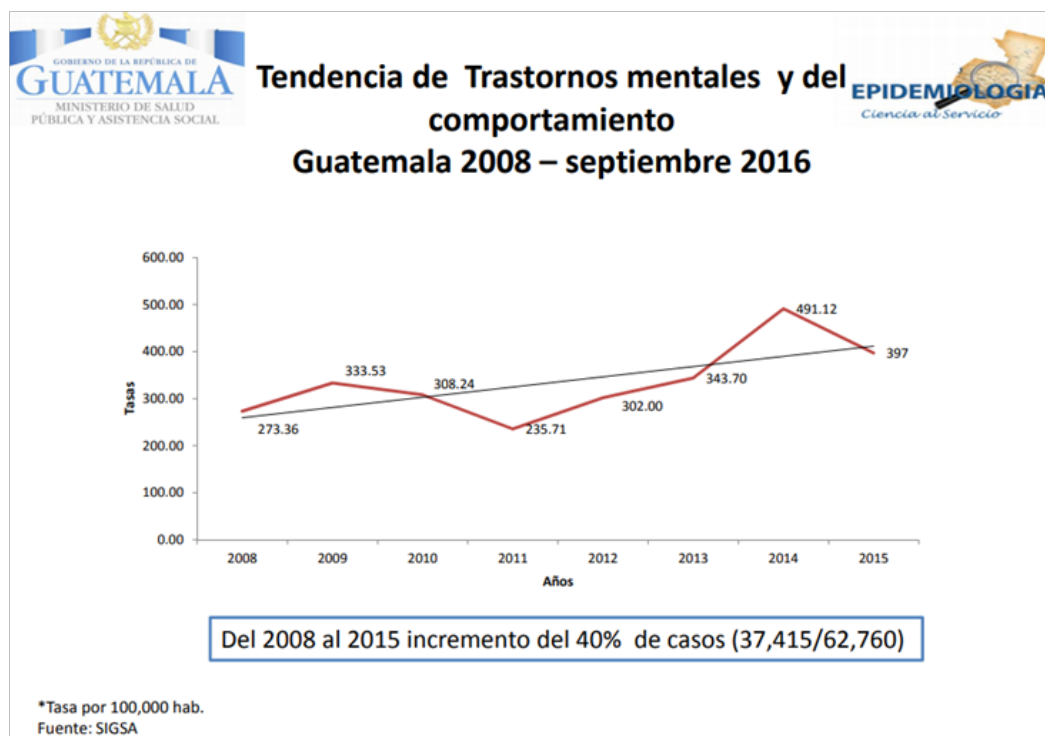


Figura 1

## Antecedentes visuales de institución

Promocional Web



Figura 2

Señalización Interna



Figura 3

### Folleto Informativo



Figura 4



Figura 5

Estas son las únicas piezas de diseño gráfico de alta calidad que se ha realizado en la institución. Son folletos con el propósito de promocionar a la institución, sin embargo pocos fueron puestos en circulación.

Posee toda la información general de la institución y en la parte posterior poseen una ficha que se utiliza para constatar donaciones voluntarias.

# Problema

Según Roxana Ruiz, presidenta de la Asociación Psiquiátrica de Guatemala, “muchas personas desconocen que padecen esta enfermedad o estar conscientes que podrían padecer alguna. No buscan ayuda por el estigma que existe alrededor de las mismas”.

Según un contraste de salud mental realizado en 2015 por el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, solo en Guatemala Central, el 2014 los casos de Trastornos Mentales y del Comportamiento eran de 11200 con una tasa de Morbilidad de 1127, que aumentó a 11612 casos para el 2015 con una tasa de Morbilidad de 1168.4

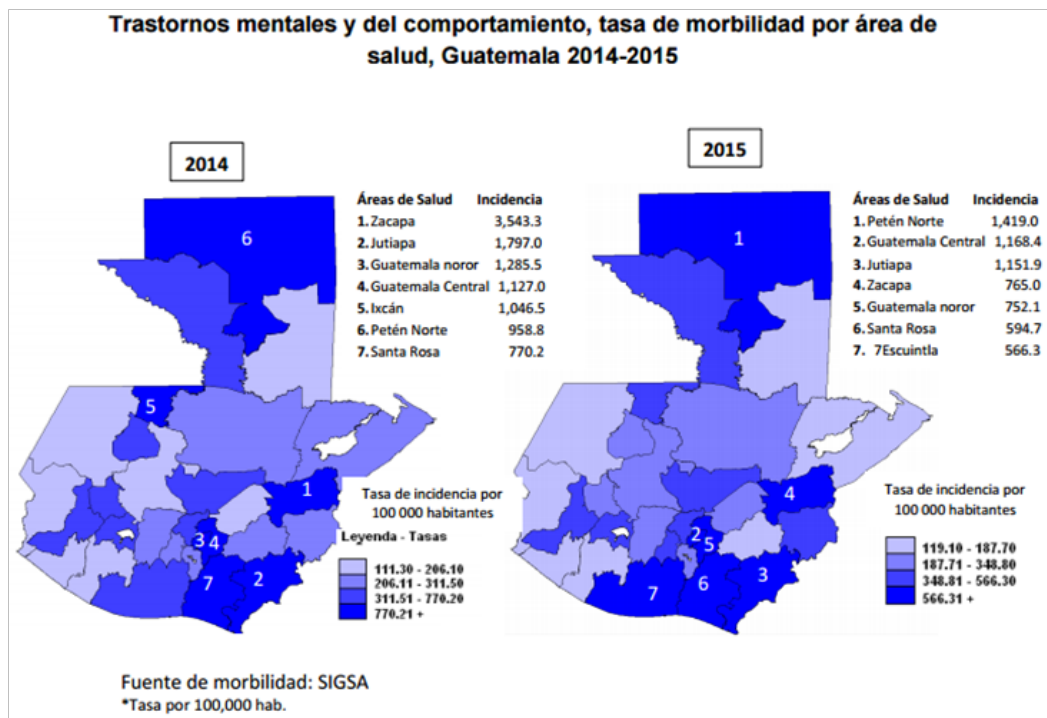


Figura 6

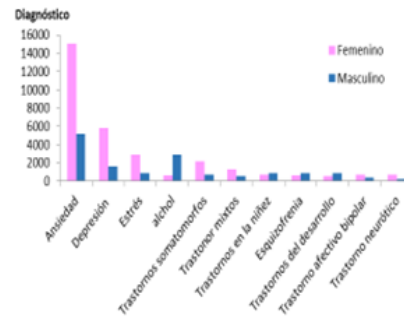
Se ha observado que las mujeres consultan más acerca de este tipo de problemas que los hombres, sin embargo, los hombres son los que representan la mayoría de casos de suicidio en el país.

**Trastornos mentales y del comportamiento, casos y razón por diagnóstico Guatemala 2015**

**Cuadro 4**

Diagnóstico	Femenino	Masculino	Total	Razón de sexo	
				Razón F	Razón M
Ansiedad	15065	5198	20263	2.9	-
Depresión	5857	1583	7440	3.7	-
Estrés	2874	855	3729	3.4	-
alcohol	661	2932	3593	-	4.4
Trastornos somatomorfos	2181	758	2939	2.9	-
Trastorno mixtos	1262	595	1857	2.9	-
Trastornos en la niñez	726	908	1634	-	1.3
Esquizofrenia	653	905	1558	-	1.4
Trastornos del desarrollo	597	891	1488	-	1.5
Trastorno afectivo bipolar	744	383	1127	1.9	-
Trastorno neurótico	721	213	934	3.4	-

**Grafico 3**



Fuente de morbilidad: SIGSA  
\*Tasa por 100,000 hab.

Figura 7

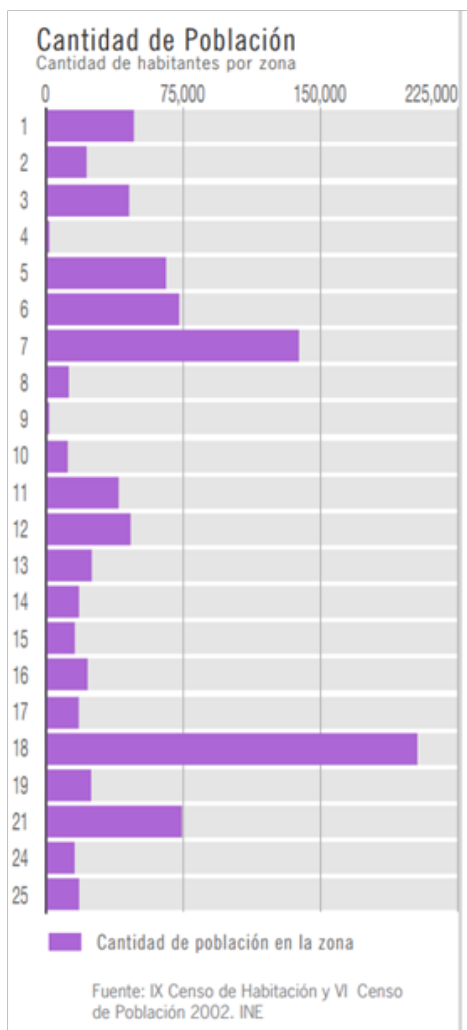


Figura 8

El municipio de Guatemala tiene una población total de 3, 134,276 personas según Caracterización de la República de Guatemala. (INE, 2008 – 2011) de la cual solo **en la Zona 7 capitalina se concentran poco menos de 500,000 personas**. Esta información en contraste con la información proporcionada por SIGSA (2015) nos da un aproximado de **50,000 personas con trastornos de ansiedad y depresión solo en la zona 7 capitalina**.

Roxana Ruiz asegura, “Generalmente la depresión, ansiedad y los traumas postraumáticos están vinculados a la pobreza, el desempleo, violencia y la inseguridad que viven los guatemaltecos” estas son las razones primarias, sin embargo, no son causas que se puedan eliminar. Sin embargo hay un problema de comunicación que afecta a las personas con estos padecimientos.

La insuficiente conciencia acerca de las enfermedades mentales, causadas por una clara desinformación que se da en la mayor parte de la población guatemalteca. Esta desinformación puede deberse a una baja difusión del tema, una información errónea de manera intencionada, o por la marcada falta de interés en el tema.

Comentarios como “Es solo una enfermedad de élite”, “El psicólogo es para locos”, “La psiquiatría te arruina más de lo que te ayuda”, son de los más claros ejemplos de desinformación a nivel departamental. Las personas subestiman estas enfermedades y asumen que “solo pensar en otra cosa” es una opción igual de efectiva que un tratamiento adecuado.

Si vemos la Figura 2, podemos hacer una sumatoria de la incidencia por área y veremos que estos se concentran aproximadamente en un 50% en el departamento de Guatemala y un 50% en todos los demás departamentos, lo cual hace de los trastornos mentales un padecimiento que no discrimina niveles socioeconómicos ni localización geográfica.

## Aporte al Problema

Como parte de la tarea social del Diseño Gráfico y su compromiso con la sociedad, gran parte de su influencia en las personas reside en el cambio de actitudes, perspectivas y percepciones de las personas para el mejoramiento de la sociedad como un todo.

La comunicación visual puede proporcionar un soporte gráfico a problemas donde la información disponible a una problemática es alterada, reducida, equívoca o incluso nula para ciertos grupos.

El problema que se presenta en el presente proyecto puede ser reducido con el diseño gráfico por dos motivos raíz. El primero, **una insuficiente conciencia en temas de enfermedades mentales** puede ser reducido con actividades de alto impacto que representen una experiencia de interés para el grupo objetivo primario. El segundo motivo, **la clara desinformación** por baja difusión, información errónea intencionada y falta de interés en el tema, es una problemática que puede ser mejorada por medio de material editorial didáctico que refuerce los conocimientos adquiridos por medio de los talleres impartidos.

El Diseño Gráfico puede reducir de forma clara e impactante la problemática presentada y reducir en gran medida, las principales aflicciones de jóvenes entre los 12 y los 18 años que podrían o están padeciendo de Ansiedad y/o Depresión por medio de la concientización de sus padres y maestros, para que se dejen de un lado los estigmas de la salud mental, y se dé una solución viable y efectiva con el objetivo del mejoramiento de la vida en general a largo plazo de una comunidad.

# Justificación

## Trascendencia

### Nivel Gráfico

Pocas veces en el país se han tocado la salud mental desde un enfoque gráfico. Proyectos como “To This Day” de Shane Koyczan (Animación y poesía) (<https://www.youtube.com/user/ShaneKoyczan>), The Mighty (producción cinematográfica de experiencias personales) (<https://themighty.com/mental-health/>), y “Real Monsters” de Toby Allen (ilustración y diseño de personajes) (<http://www.zestydoesthings.com/>); son solo algunos de los ejemplos más claros de la producción gráfica en pro de una mejora en la salud mental, sin embargo todos ellos son producciones provenientes de Estados Unidos. En Guatemala son pocas las veces en que se desarrolla un proyecto acerca de salud mental, y menos aún las veces en que son tocados desde un punto de vista gráfico, por ello elementos como la memorabilidad, el interés y la retentiva se ven gravemente reducidos sin un apoyo gráfico de alto impacto.

A largo plazo, una producción gráfica puede contribuir a un interés más prolongado en una población que requiere experimentar las consecuencias de un problema para iniciar su solución, es ideal utilizar una estrategia completa que, apoyada en el diseño gráfico, brinde la mayor cantidad de experiencias posibles para un mayor entendimiento no solo teórico sino emocional, brindado una mayor conexión con el problema y un alto nivel de empatía.

De manera inmediata, el desarrollo de material gráfico de alta calidad le da a un proyecto una imagen profesional, de compromiso y seriedad.

El compromiso de velar por la salud mental de los jóvenes no es solo responsabilidad de los jóvenes mismos, sino también del apoyo que requieren a través del tratamiento que se le da a enfermedades como lo son la ansiedad y la depresión. La imagen que debe tener el proyecto, será de alto impacto, para que las personas beneficiadas tengan la certeza de que sus problemas no se están tomando a la ligera.

Esto a largo plazo generará una base sólida, proyectando una atmósfera de confiabilidad y solidez en quienes estén interesados en los objetivos de este proyecto.

La permanencia, y los efectos del proyecto serán perdurables por la experiencia vivida en las actividades a realizar y por la calidad gráfica del material de soporte que se les presente.

### Nivel Comunicación

Hoy en día, en la situación en la que nos encontramos, el elemento primordial en toda actividad es el tiempo. Todos nos quejamos de un servicio si es muy lento, si requerimos un paquete con urgencia no importa pagar un poco más por ahorrarnos tiempo, cada día se buscan nuevas formas de optimizar procesos para ahorrar tiempo, etc.

En el caso de la comunicación es lo mismo, “En efecto, recordemos que el principal interés de una campaña que haga uso de elementos de diseño gráfico será beneficiarse con un mensaje eficaz y que tome muy poco tiempo en transmitirse.” ((2017) *Guía Importancia*)

No limitada únicamente a la transmisión de un mensaje con rapidez y eficiencia, el diseño gráfico también propone orden y facilidad de comprensión a un contenido escrito, brindándole al usuario un estímulo positivo a nivel cognitivo.

### Nivel Sector

La Facultad de Diseño y Comunicación de la Universidad de Palermo asegura lo siguiente “El diseño de experiencias es parte de una postura del diseño y la edición hacia la construcción desconocimiento.” Asegurando que “El tratamiento de la información por parte del diseño gráfico, aprovecha las potencialidades del ojo y la mirada convirtiendo al ícono visual en un instrumento de trabajo para organizar la reflexión y favorecer la decisión.” ((2008) Universidad de Palermo).

Bajo esta afirmación, el diseño gráfico puede orientar a conjuntos de personas por medio de íconos, a la reflexión de un tema favoreciendo a una causa. Como anteriormente se ha expuesto, los trastornos de Ansiedad y Depresión son enfermedades que deben tratarse con delicadeza y principalmente deben ser tomadas en serio. Esto último se da en grupos muy reducidos de personas, pero ellos no son suficientes. Por medio del diseño gráfico se pueden abandonar los estigmas que rodean al tratamiento de estas enfermedades, que dificultan a su vez que información importante llegue a las personas que realmente necesitan ayuda.

Ninguna publicidad es mejor que la de personas a persona. Como un restaurante con buena comida y un servicio de primera, las personas hablarán de él y lo recomendarán. En el caso de un proyecto que pretende ayudar a mejorar el nivel académico y la calidad de vida de una persona por medio de las personas que le rodean, los resultados hablarán por sí mismos y con el conocimiento adquirido, más y más personas sabrán que una buena salud mental mejora la calidad de vida de maneras significativas de las personas a nivel laboral, profesional, social y personal.

## Insidencia del diseño gráfico

1. De forma didáctica con una Guía Práctica impresa acerca de Salud Mental, apoyando aspectos de retentiva, abstracta y conceptual. Guías prácticas que el usuario pueda consultar cuantas veces necesite en el momento que lo desee con ilustraciones que faciliten la retención de los contenidos como una forma de mnemotécnica.



2. De las formas más poderosas que se tienen hoy en día para provocar emociones, tenemos los medios audiovisuales. Cortos y Vídeos Testimoniales pueden conectar a las personas con las experiencias y emociones que otros han experimentado, sin tener las mismas vivencias. Estos son medios ideales para plasmar un concepto, una sensación y una idea al mismo tiempo en una persona.

3. Materiales de apoyo pequeños como un Directorio de Instituciones que proveen ayuda psicológica profesional y materiales como hojas de trabajo, cuestionarios e infografías condensadas que refuercen contenidos teóricos. Son de gran ayuda en actividades prácticas que requieran algún soporte adicional en su ejecución.

## Factibilidad

La primera fase del proyecto es el acuerdo con otras instituciones como el Centro Universitario Metropolitano, para solicitar a alumnos de último año de la carrera de psicología que deseen participar del proyecto a cambio de algún incentivo que puede ser negociado con los representantes de la Facultad de Psicología. Así mismo visitar lugares como la liga de Higiene Mental, las Asociaciones de psicología y psiquiatría para presentar el proyecto e invitar a profesionales de dichas áreas a donar su tiempo y su conocimiento. Esta parte es probablemente la que implique la mayor cantidad de variables porque depende enteramente de terceros ajenos a Club Juvenil Jaguar. Sin embargo se encuentra dentro de las posibilidades de la Universidad de San Carlos solicitar a estudiantes y a profesionales egresados el contribuir con este proyecto.

Por otra parte, en el área de Diseño Gráfico requiere de recursos económicos patrocinados por Club Juvenil Jaguar para la elaboración del material de apoyo de carácter editorial principalmente. El proyecto ya se planteó y está siendo sometido a evaluación, sin embargo Club Juvenil Jaguar es un establecimiento que no tiene dificultades económicas, y que al contrario, posee la capacidad de echar a andar gran variedad de proyectos siempre y cuando dichos proyectos estén de acuerdo con su filosofía y estén principalmente al servicio de la formación integral de la juventud guatemalteca.

# Objetivos

## Objetivo general

- Presentar el desempeño académico de los estudiantes de la zona 7, con indicios de depresión y/o ansiedad, a través de información y sensibilización de sus maestros y padres en talleres acerca de buenas prácticas de Salud Mental enfocados en prevención, acciones a corto, mediano y largo plazo y tratos que se recomiendan para pacientes con Depresión y Ansiedad.

## Objetivos específicos de comunicación

- Sugerir los medios de difusión de información acerca de desórdenes de depresión y ansiedad para que más personas en el área de la zona 7 de la ciudad capital se interesen por el nivel de impacto que podrían tener (a nivel individual y colectivo) un cambio en la perspectiva acerca del tratamiento de estas enfermedades.
- Categorizar información precisa, concisa y verídica sobre el impacto del trato de la Depresión y la Ansiedad, por medio de las charlas impartidas por personas calificadas, representado por la cantidad de personas que se acercarán a Club Juvenil Jaguar por el interés de conocer más acerca de temas referentes a las enfermedades mencionadas.
- Identificar las herramientas básicas, a maestros y padres, para la identificación de signos de Ansiedad y Depresión en sus hijos y alumnos, con el propósito de tener una capacidad de respuesta rápida, un tratamiento temprano y una recuperación eficiente en los jóvenes que podrían padecerlos.

## Objetivos específicos de Diseño

- Producir materiales de apoyo editorial, multimedia y miscelánea para informar y sensibilizar a maestros y padres acerca de temas de Salud Mental impartidos por personas calificadas en la materia.

## Objetivos



# CAPTULO II

# Perfiles

## Perfil de la Institución

### Características del Sector Social

#### Salud:

Los jóvenes que asisten a Club Juvenil Jaguar tienen acceso a un médico local situado en la 5ta avenida y 8va calle de la Colonia Landívar Zona 7 que cobra alrededor de Q50 por consulta. Su estado de salud es bueno y no suelen tener dificultades mayores para tratar enfermedades comunes.

#### Educación:

Los asistentes de Club Juvenil Jaguar provienen en su mayoría del Centro Educativo Kinal, sin embargo cualquier joven que desee asistir está en la libertad de acercarse y asistir.

#### Seguridad:

“En la zona 7, los sucesos violentos acumulados en el 2015 llegaron a 516 y para el presente año aumentó a 605. En esa área se cometieron 70 homicidios.” “A diario, dos personas son víctimas de hechos delincuenciales en las zonas 7, 11 y 12. En las tres zonas referidas, el 90% de muertos ha sido atacado con arma de fuego. De las víctimas de homicidios, el 80% han sido hombres.” Esta es información proporcionada por Prensa Libre (Byron Vásquez) (2016)

## Filosofía




### Misión

Mantener un programa de formación complementario de apoyo para las familias, el colegio y centro educativos, proporcionando herramientas a los jóvenes para ocupar el tiempo libre en actividades de formación profesional, social, cultural, espiritual y humana.

### Visión

“Convertir a jóvenes socialmente vulnerables en personas que influyan positivamente en la sociedad”









### Valores

-  Solidaridad
-  Amistad
-  Responsabilidad

### Objetivos

Somos un centro de complementación educativa sin ánimo de lucro, abierto a toda la sociedad para la formación de jóvenes en el aprovechamiento del tiempo libre, utilizando como medio, actividades de formación con un programa de apoyo integral.

### Servicios

-  Área para estudio grupal e individual
-  Salones de computación y de dibujo
-  Salas de preceptoría
-  Áreas para charlas y conferencias
-  Áreas deportivas
-  Oratorio
-  Área para actividades al aire libre
-  Facilidades para promover el intercambio social, amistad y de ambiente familiar.

### Identidad Visual

Logotipo Fan Page



Provisional



Anterior



## Perfil del Grupo Objetivo

### Características del Sector Social

#### Nivel S.E:

Según la Unión Guatemalteca de Agencias de Publicidad (UGAPI)(2013) Guatemala podría estar dividida en 7 grupos con diferentes estándares de vida. Se dividieron en A, B, C1, C2, C3, D1 y D2, clasificadas con el mismo criterio. No se tomó en cuenta la clase marginal, pues se tomó en cuenta a personas que realizan compras permanentes. Los niveles más bajos (D1 y D2) (62.8%) tienen un ingreso mensual promedio por debajo de los Q7.200. La clase media (C1 C2 y C3) (35.4%) con ingresos promedios entre Q11.000 y Q25.000, y la clase alta (A y B) (1.8%) con ingresos por encima de los Q61.000. (<http://www.estrategiaynegocios.net/lasclavesdel-dia/562566-330/guatemala-presentan-estudio-sobre-niveles-socioeconomicos>)

Basados en esta información, el nivel socioeconómico del grupo de jóvenes al que atiende Club Juvenil Jaguar puede situarse **entre el grupo D2 y C2** con ingresos entre los Q7.000 y los Q15.000 aproximadamente.

# Grupo Objetivo **Primario**

Padres y Maestros de jóvenes comprendidos en las edades de 12 y los 18 años.  
Nacidos en los años de 1985 y 1995  
Residen en la Zona 7 de la Ciudad Capital



Buscan la estabilidad económica y laboral

El 80% de ellos tienen un ingreso familiar menos a los Q7,000



Están muy atentos a la economía, sin descuidar la calidad de sus productos.

El 85% de ellos intercalan sus compras entre super mercados y mercados locales.



Tienen internet en sus hogares y lo suelen ocupar para ver series.

El 100% poseen internet y en computadora en sus hogares, y más del 60% prefieren ver películas en internet que en la TV.



Les importa la apariencia personal.

Un 60% de sus compras (que no son de canasta básica) las ocupan productos de higiene personal, y ropa. Y más de un 80% de las ofertas que toman, son en productos de higiene personal.



Ocupan mucho de su tiempo libre en leer.

Un 60% prefiere emplear su tiempo libre en leer que en juegos, música e incluso ver series de TV.



Le dan más importancia al contenido que a las imágenes en lo que leen.

Más del 60% prefieren contenido, por sobre ilustraciones (40%) o datos estadísticos (0%).





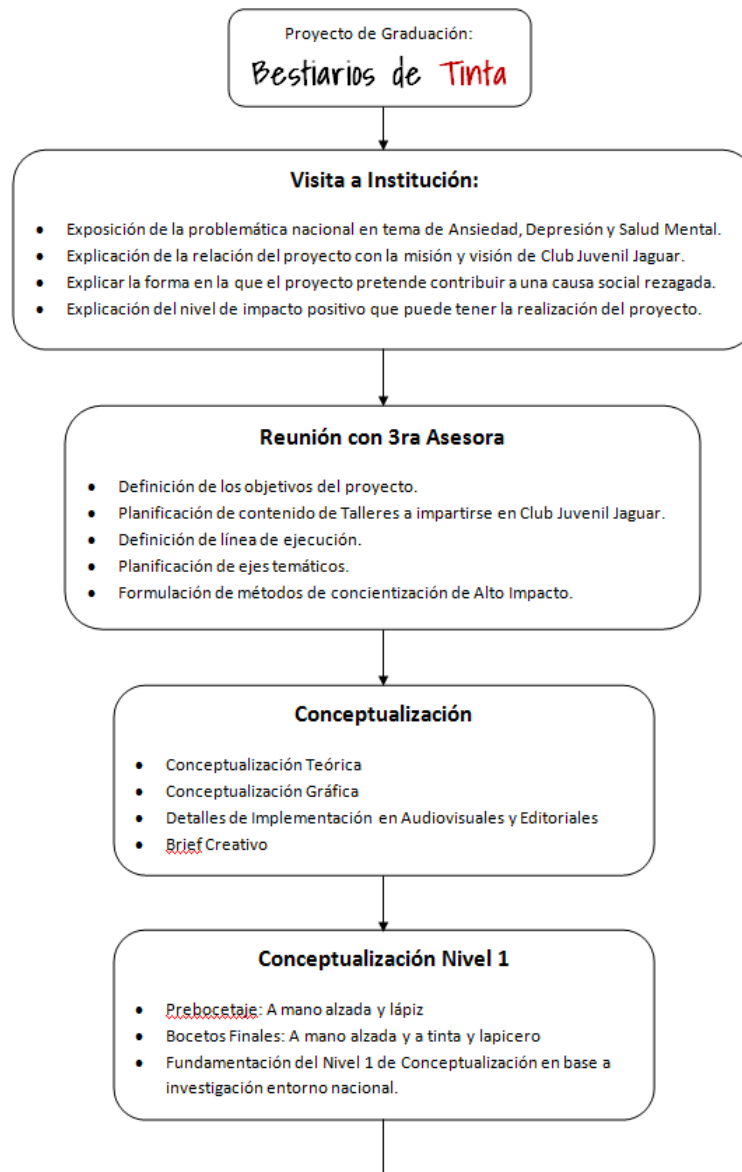


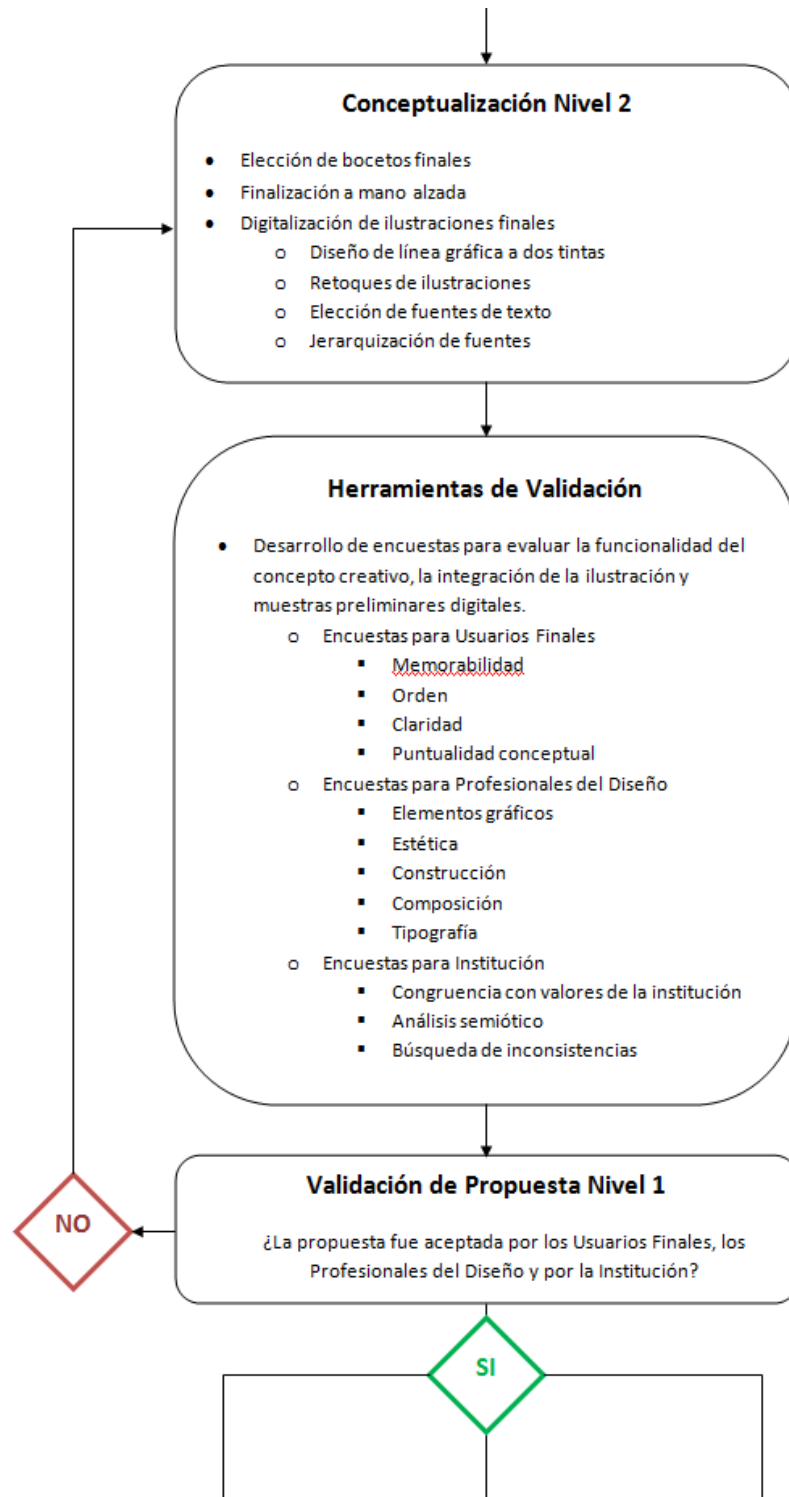
# CAPÍTULO III

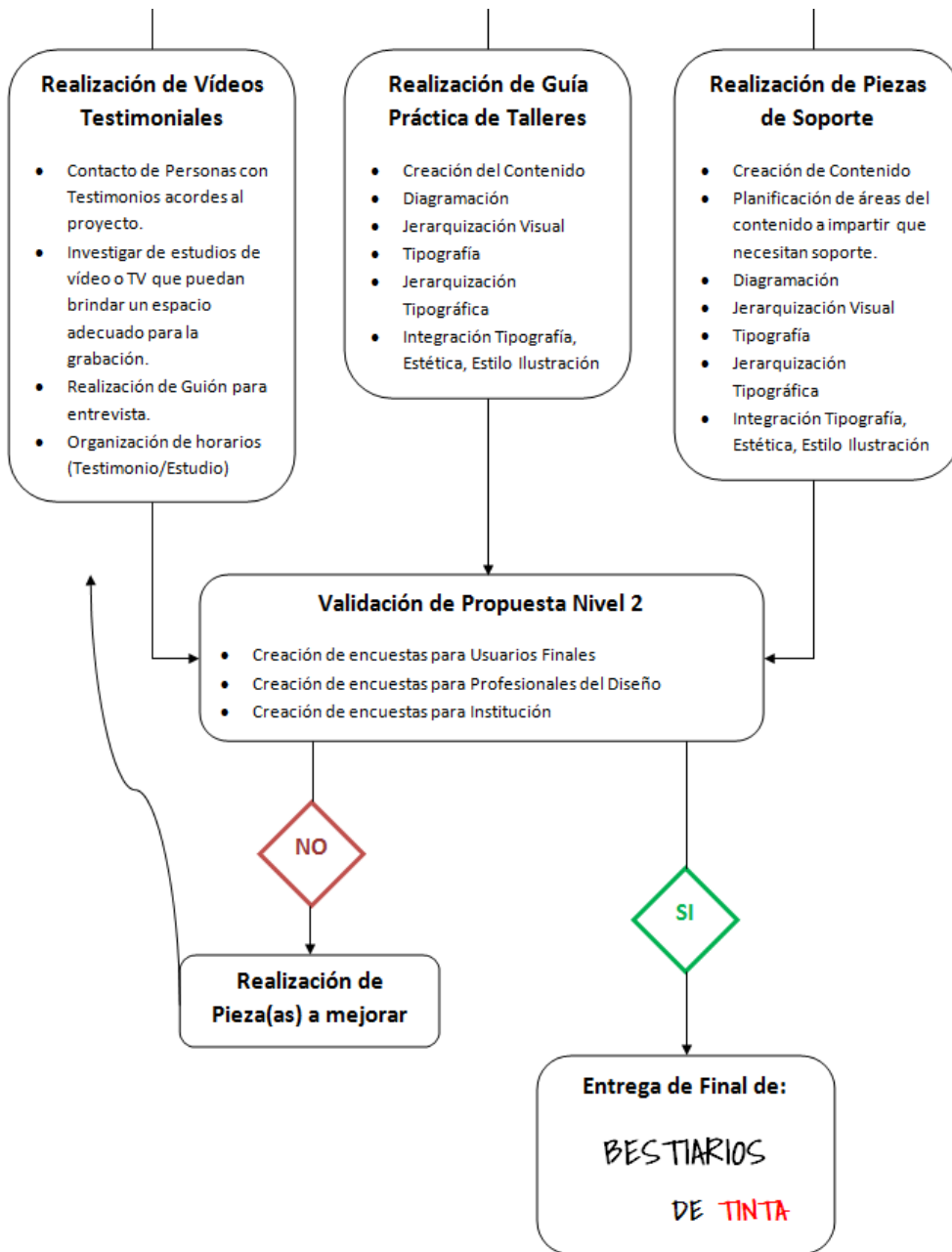


# Planeación Operativa

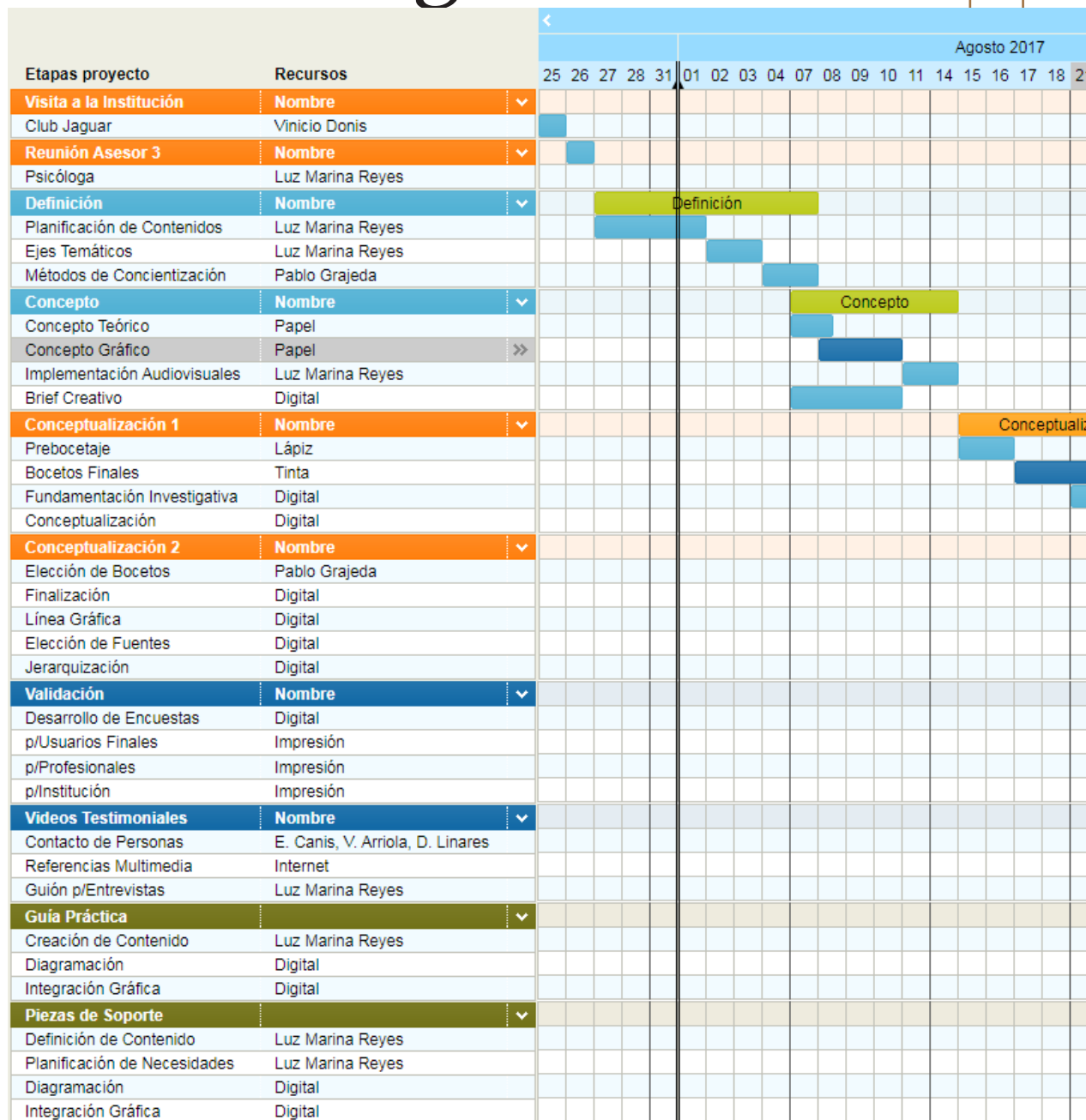
## Flujograma



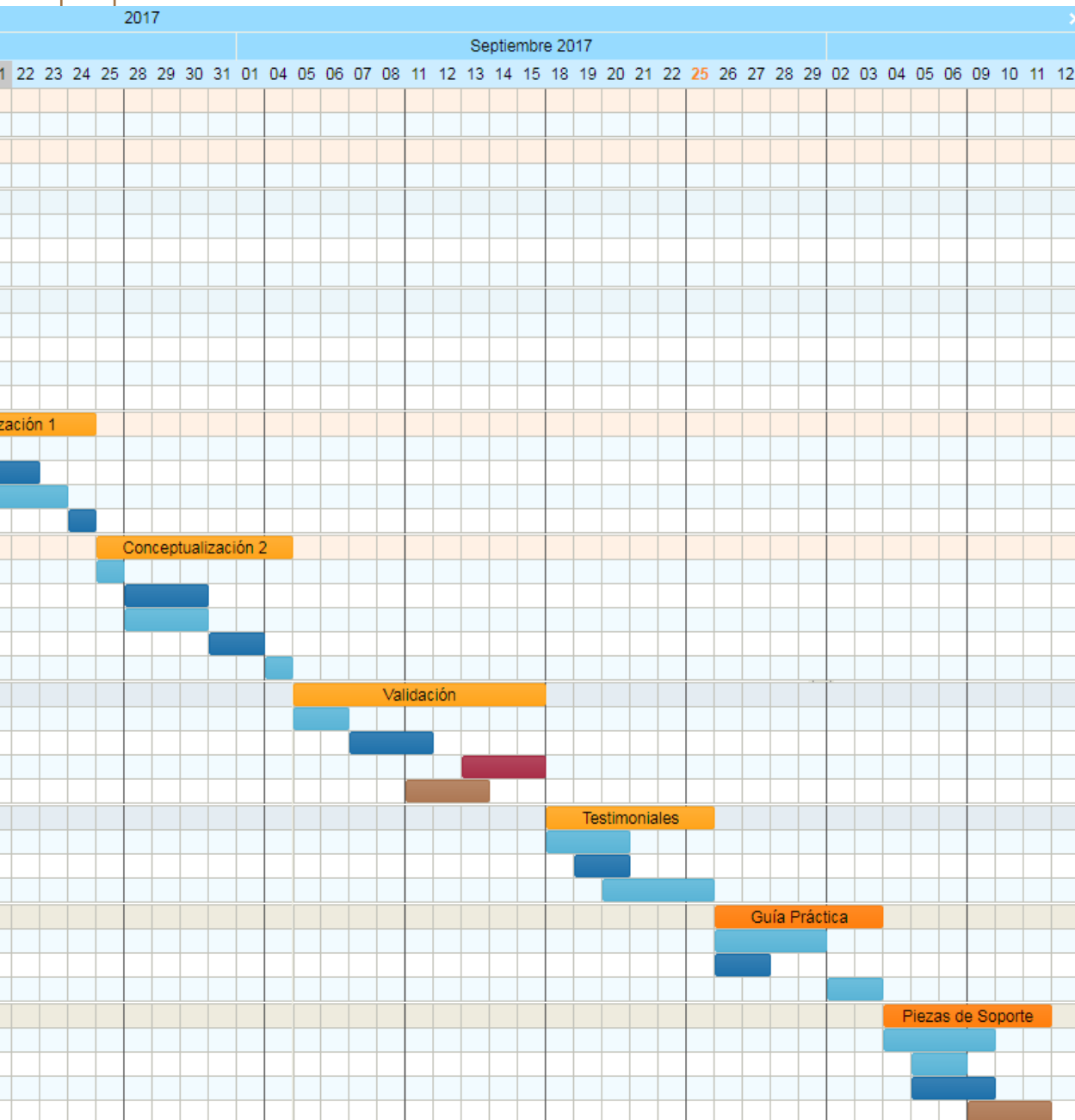




# Cronograma



# Planeación Operativa



# Previsión de Recursos

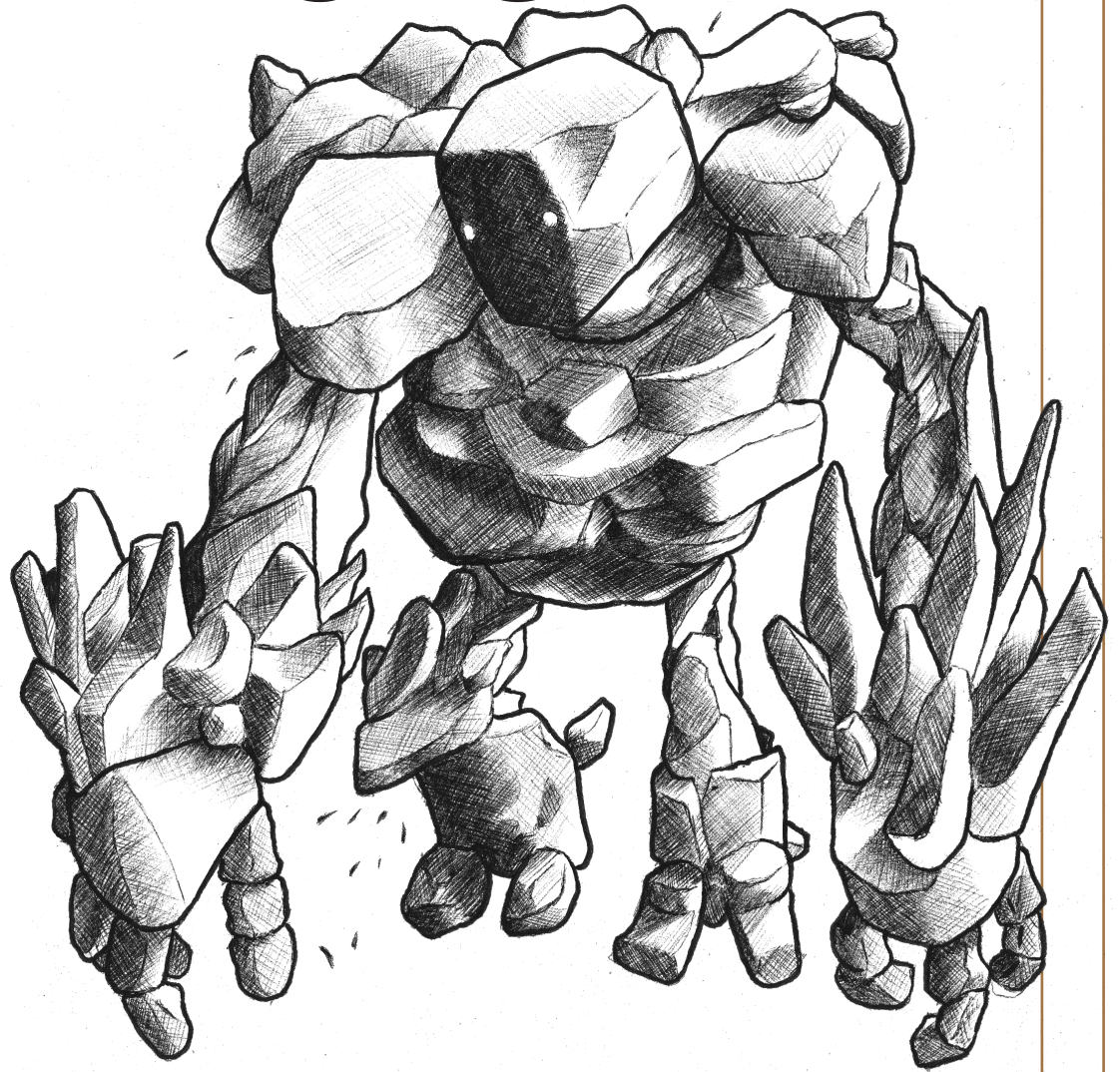
Recursos Responsables				
Recursos Humanos	Luz Marina Reyes	Psicóloga Asesora	—	
	Vinicio Donis	Director de Club Jaguar		
	Luis Cano	Encargado de Estudio		
	Valeria Arriola	Asistente de Cámara		
	Evelyn Canis	Testimonial		
	Diego Linares	Testimonial		
	Pablo Grajeda	Epesista		
Recursos Técnicos	Computadora	Epesista	Q 3,000.00	
	Dispositivos de almacenamiento	Epesista	Q 100.00	
	Cámara fotográfica y equipo de grabación	Epesista	Q 5,000.00	
	Impresiones	Epesista	Q 600.00	
	CD's y DVD's	Epesista	Q 50.00	
	Internet (Q200/mes)	Epesista	Q 600.00	
	Transporte (Pasaje, gasolina, visitas, Universidad, imprevistos)	Epesista	Q 155.00	
	Teléfono (Q80/mes)	Epesista	Q 240.00	
	Electricidad (Q275/mes)	Epesista	Q 725.00	
	Información para materiales	Luz Marina Reyes	Q -	
	Transiciones de video y Video Testimoniales	Epesista/Valeria A. Diego, Evelyn y Valeria	Q -	
	Otros Recursos	Grabación de Video	Epesista/Valeria/Luis	Q 1,200.00

Tabla 1



## Planeación Operativa

# CAPÍTULO IV



# Marco Teórico

## Un Psicoanálisis del Diseño

“Si la comunicación en cuestión intenta cambiar ciertas predisposiciones fuertemente arraigadas en un grupo de personas, el problema se complica y requiere la concepción de una estrategia comunicacional basada en un conocimiento pormenorizado del grupo específico que se quiere alcanzar.” (Frascara, 2000)

“Es necesario que no sólo actúen en respuesta a pedidos que normalmente llegan cuando los paradigmas han sido establecidos, sino que establezcan ellos mismos los paradigmas de sus actividades mediante la identificación y definición de las áreas y los problemas donde la comunicación visual puede hacer una contribución importante a la sociedad.” (Frascara, 2000)

En estas aseveraciones de Frascara se basan las ideas principales de Bestiarios de Tinta. El cambio de pensamientos erróneos arraigados en una población, y la contribución de la comunicación visual mediante la identificación de problemas para el bien de la sociedad.



Figura 9

(Bozal, 2000) Describe al movimiento artístico del Expresionismo como “Entendido como la deformación de la realidad para buscar una expresión más emocional y subjetiva de la naturaleza y del ser humano” un movimiento centrado en la percepción más que en la forma natural de las cosas. Le daba más valor a lo que el artista veía que al escenario en sí mismo. Hubo un gran número de autores en este movimiento, el más famoso de ellos, Vincent Van Gogh. Sin embargo Bestiarios de Tinta toma su primera referencia artística del pintor y poeta Oskar Kokoschka quién a sus 19 años ingresó a la Escuela de Artes y Oficios, quién en 1908 realizó una serie de carteles y postales que no fueron muy bien recibidos por el público por su “fortísima expresividad”. Oskar Kokoschka es uno de los pioneros del expresionismo escénico, caracterizado por la fealdad, figuración y el horror que lograba plasmar en sus obras.

## Proyecto de graduación 2017

(Buschiazzo, 1965) “El Art Nouveau surge como una corriente estilística con un carácter anti-academicista, anticlasicista y antihistoricista. Dictaminaba que cualquier objeto debía tener cualidades estéticas en reacción con el maquinismo que amenazaba a la artesanía” También agrega “Fue esencial la influencia del arte japonés, tomaron ciertos aspectos de la naturaleza hasta entonces poco utilizados: algas, moluscos, pulpos, pavos reales, cines, plantas, lianas, enredaderas y flores rarísimas y la anatomía humana fue otra de las fuentes de inspiración, en especial las curvas femeninas y el cabello suelto, que simbolizaba el movimiento.”

Estos son conceptos retomados por Bestiarios de Tinta, cuyo propósito es retratar gráficamente la elegancia y la belleza de los problemas mentales, cualidades como la paciencia, la tolerancia y el valor.

Como Códigos Icónicos, se plantean formas con contornos y grosores variados, así como en el expresionismo escénico de Oskar Kokoschka, realzando la fealdad, figuración y el horror que la Ansiedad y la Depresión representan para una persona que las padece.



Figura 10

Los orígenes del Art nouveau en el arte japonés son especialmente vistos en Bestiarios de Tinta, donde se busca la armonía y la gracia en las distintas partes, especialmente en las ilustraciones, que pretenden ejemplificar de una forma metafórica la sensación que causan la Ansiedad y la Depresión, lo que representan a ojos de quién las padece, y al mismo tiempo los beneficios de una vida plena y feliz sabiendo que estas enfermedades son curables.

“ Little red fish, little fish red  
with a triple-edged knife I'll cut you dead,  
then with my fingers I'll tear you in two,  
put an end to the silent circling you do. ”

(Pecesillo rojo, pecesillo rojo, con un cuchillo de triple filo te cortaré hasta morir, luego con mis dedos te partiré en dos, poniendo fin al silencioso círculo que haces)

— Oskar Kokoschka

E.J. Sullivan, es la principal fuente de inspiración del Art Nouveau para este proyecto. Bryant expone “E.J. Sullivan era un ilustrador de libros británico, que unía la forma tradicional de ilustración de 1860 con varios aspectos del Art Nouveau [...] en 1893 trabajó para la Pal Mall Magazine en la entonces nuevo campo, el diseño gráfico, haciendo retratos para noticias estándar e inició su carrera en la ilustración para literatura en esa misma revista” (Bryant, 2006). Por su parte Thorpe habla de su estilo como “Sus influencias fueron cambiando, también, mientras continuaba buscando su propio estilo. La pieza The Compleat Angler contiene es un maravilloso trabajo a pluma, la cual utilizaba casi como si se tratase de un lápiz [...] Sullivan no se fiaba mucho de la reducción de sus piezas en la producción por la calidad de

las finas líneas, puesto que al enco-  
gerse, sus piezas eran opacadas y  
se alejaban de su elegancia, pero  
para 1898, sus habilidades y las  
habilidades de reproducción de sus  
editores ya tenían estos problemas  
solucionados” (Thorpe, 2010)



Figura 11

El estilo denominado Feo, de Kokoschka en conjunto con la Elegancia de los trazos a tinta de Sullivan suman un estilo potente, entre la estética de la belleza y el atrevimiento impactante. La Ansiedad y la Depresión son enfermedades que requieren de valores como la paciencia, constancia y disciplina por el lado más pasivo del tratamiento, por el lado activo del tratamiento se requiere de coraje, voluntad y actividad. Estos elementos pasivos y activos (por llamarlos de alguna forma) encajan muy bien con los estilos de Sullivan y Kokoschka respectivamente, para una representación que demuestre la urgencia, el miedo y la fragilidad de una enfermedad mental, y al mismo tiempo la sutileza y solidez que requiere un tratamiento.

Concatenado con lo anterior, el color de la tinta usualmente es negro, aunque sepamos que hay cientos de colores y tonos de tinta. Sin embargo, el estilo de Sullivan, era puramente en blanco y negro, y el insight en las personas acerca de las manchas de tinta, suele ser el de la tinta negra. Esto lejos de ser una limitante, es una ventaja muy grande, el color negro siempre va relacionado con el misterio, el universo y el miedo a lo desconocido; frases muy acordes al mensaje que se desea enviar al público. Sin embargo, el color negro en sí mismo no es lo suficientemente potente. Esto es debido a que la mayor parte de los textos van en negro, la costumbre del grupo objetivo de ver reportes, libros, y equipos de trabajo en color negro, les sonará monótono y poco relevante. Por ello es necesaria la adición de más colores que ayuden a reforzar el mensaje que bestiaros de tinta desea comunicar: “La Ansiedad y la Depresión son enfermedades cuyas complicaciones son MORTALES”.

Jerald Kralik investigador de la Asociación para la Ciencia Psicológica determinó en un estudio hecho en Cayo Santiago, Puerto Rico, que la repulsión al color rojo está arraigado a la evolución humana más que a la mera percepción del color.

“El estudio involucró macacos Rhesus machos — Una especie de monos del Viejo Mundo que son sensibles al rojo, verde y azul — que andan libres en Cayo Santiago, Puerto Rico. Dos experimentadores humanos, un hombre y una mujer, entraron a la colonia de monos y encontraron machos aislados para realizar el experimento. Ambas personas se arrodillaron, pusieron canastas de espuma de poliestireno frente a sí mismos, tomaron una rebanada de manzana de sus mochilas, sostuvieron la rebanada en su pecho para que los monos pudiesen verlo, y luego pusieron la manzana en la canasta. Ambos tomaron dos pasos atrás simultáneamente.

El mono iba directamente a la rebanada de manzana que quería, corría y luego la comía.

Los humanos vistieron playeras y gorras cuyos colores— rojo, verde, y azul — eran cambiados cada una de las cuatro condiciones: rojo en mujer, verde en hombre; luego viceversa; rojo contra azul; azul contra verde.

Los resultados fueron sorprendentes. Los monos no atendieron al sexo de los experimentadores. Entre el verde y el azul hubo poca diferencia. Pero en una mayoría significativa de casos, ellos se alejaron del humano vestido de rojo y tomaron la rebanada de comida de la canasta restante.

Los estudiosos creen que esta aversión al rojo refleja una adaptación evolutiva. No es un accidente, por ende, los humanos saben que el rojo significa no” (Kralik, 2011).

Kralik concluyó entonces “Nosotros — primates y humanos — somos muy visuales. También somos muy sociales. En ambas realidades, el color tiene efectos importantes, desde decirnos qué tipo de cosas son comestibles, hasta ayudarnos a calibrar las emociones de otros por medio del relativo tono rojo en su piel. Poniendo ambos en conjunto, podemos decir que ahora empezamos a ver que el color puede tener una influencia más profunda y de rango más amplio en nosotros de lo que pudimos haber pensado antes” (Kralik, 2011).

Según los estudios de Kralik y el incesante deseo por brindarle la relevancia que requiere a las enfermedades mentales, como lo son la Ansiedad y la Depresión, con un estilo gráfico definido, la paleta Negro-Rojo resulta ser una muy adecuada para las metas que se desean alcanzar.

¿Pero por qué solo dos colores habiendo más colores que pueden aportar significados adicionales?

En el primer episodio, Watch This! (Kolber, 2011), de la serie televisiva “Brain Games” (Juegos mentales) se explica que uno de los mayores fuertes del cerebro es el de “identificar patrones”. El cerebro busca reconocer patrones a su alrededor a los cuales atiende con propiedad y “llena los espacios restantes con información que ya ha recolectado antes”. Con esto presentan una demostración con un carterista llamado Apollo Robins, quién robaba las pertenencias de varias personas frente a sus propios ojos, utilizando “distractores”. Esto nos lleva a la conclusión de que mientras más estímulos llegan al cerebro, es más probable que este pierda detalles importantes de lo que percibe a su alrededor.

En otro estudio realizado por la Universidad British Columbia se determinó el desempeño de las personas frente a pantallas de color.

“Entre el 2007 y el 2008, los investigadores monitorearon el desempeño de más de 600 participantes en seis tareas cognitivas que requerían ya sea, orientación detallada o creatividad. La mayor parte de los experimentos fueron orientados por computadoras, con pantallas rojas, azules o blancas.

El rojo aumentaba el rendimiento de tareas de orientación detallada, tales como memoria, retentiva y corrección de errores, en un 31% en comparación con el color azul. Mientras que, para tareas creativas como lluvia de ideas, el entorno azul ayudaba a los participantes a producir el doble de respuestas creativas que los que estaban en entornos rojos.

Estas variaciones son causadas por diferentes motivaciones inconscientes que activan el rojo y el azul, señalando que el color influye en la cognición y el comportamiento a través de asociaciones aprendidas.” (University of British Columbia, 2009)

Un código cromático directo, con los estímulos visuales mínimos, asegura entonces, una comprensión más rápida del mensaje, con menor ruido. Si a esto le sumamos la respuesta evolutiva inconsciente del ojo humano al color rojo (atención, memoria y detección), obtenemos una mayor atención a los temas expuestos, una respuesta más rápida y una comprensión y retención de los temas más eficiente.

Ya tenemos un mensaje, estilo gráfico y colores a utilizar. Pero ¿Será eso suficiente para llegar a la audiencia? Es probable, pero al abordar el tema tipográfico podemos hacer una comparativa. Algo como el de la tipografía bonita contra el de la tipografía fea, con dos imágenes:



Figura 12

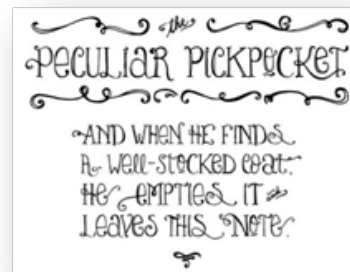



Figura 13


Es muy probable que el texto más llamativo o atractivo de ver era el del Figura 2. Aharonov habla de la escritura asiática de la siguiente forma “Estas utilizan caracteres o símbolos para representar una idea o un concepto y no indican cómo se pronuncian las palabras. En las lenguas ideogramáticas existe una relación directa entre el símbolo y la idea” (Aharonov, 2011).

## Proyecto de graduación 2017

Así mismo Aharonov expone acerca de la sensibilidad tipográfica como “¿Por qué nos tomamos la molestia de darle un sentimiento, una expresividad a las ideas que expresamos oralmente y no tenemos ese mismo interés al momento de expresar ideas por escrito? [...] Es allí donde entra la belleza y lo flexible de la tipografía, es la manera de expresar ese sentimiento es a través de la forma de la tipografía.” A lo que agrega “Es necesario conocer el propósito que se desea lograr para saber que tipografía utilizar. Es como cuando vas a una entrevista de trabajo, cuando hablas no usas la misma inflexión de tono que cuando vas al mercado a comprar comida o cuando hablas con tus amigos. Lo mismo sucede con la tipografía, como se explicó en el ejemplo anterior, para lo que sirve la Times New Roman no es para lo que sirve la Comic Sans.” (Aharonov, 2011).

Aharonov, en su libro de Psico Tipo, también nos muestra dos ejemplos muy adecuados para este proyecto:

	<p>Este es el tono de voz de un deportista, una persona simple, segura, fuerte, robusto y aparenta no tener debilidades.</p>	<p><b>Fuente:</b> <b>Freshman</b></p>
-----------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------

<p><b>Fuente:</b> <b>Zapfino</b></p>	<p>Pensamos en una persona culta, ya mayor, que le gusta la música clásica, lee muchos libros, escribe, tiene dinero. Es una persona con la que se puede tener una conversación interesante, amigable, que se mantiene actual a pesar de su preferencia por épocas pasadas.</p>	
------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------

Tomando los elementos de la Fuente Freshman que connotan “seguridad, fuerza y robustez”, aunado con los elementos de “interesante y tendencia a épocas pasadas” de la fuente Zapfino (caligráfica).

El logotipo del proyecto tiene dos tipos en combinación, justo como su estilo gráfico. Uniendo las connotaciones de una tipografía “Neo-Grotesca” (Aharonov, 2011)(pág. 78) con una tipografía Gráfica (Aharonov, 2011) (pág. 86). Las tipografías Neo-grotescas “aporta actualidad y limpieza al trabajo. Puede utilizarse en titulares debido a su sencillez y su fácil legibilidad. Se debe a la carencia de los serifs la falta de rigidez que encontrábamos en las clasificaciones anteriores, la morfología de estos tipos nos dan la sensación de estabilidad a la vez de movimiento.” (Aharonov, 2011).

Como segundo tipo integrado encontramos la clasificación de tipografías Gráficas. Aharonov menciona al respecto que “Con frecuencia, estos tipos son diseñados para temas específicos y proporcionan una conexión directa con el tema tratado. Como conjunto son imposibles de caracterizar pero se puede decir que cada una tiene una personalidad bastante visible.”



# BESTIARIOS DE TINTA

Logotipo

## Titular (Shadows Into Light)

Contenido y Párrafos (Didact Gothic)

Ga. Laut abo. Evendi is nis elleceat apis num untibus quam estioſtia volupturio. Gene omnis reſſed molupti diti ſoluptat hit ullantiis modis doloreſti quo conſerf erſperios andae con nem que dolorro et alitia doleniſquidi ſequo omnihit autem quas ipid quo berum experro beatiſſus, ſimin nihi- llo reſciis ſi alitatem ut aliquatem ſe poſa di debit,

El proyecto unifica elementos como la sencillez y legibilidad en sus titulares tanto como en sus subtulares, con una relevancia gráfica notoria en el titular, de una tipografía gráfica de trazos firmes con pocas irregularidades, y subtulares condensados propios de las tipografía Neo-Grotescas, que a pesar de su modernidad y frialdad, también comunican seriedad y delicadeza.

El proyecto Bestiarios de Tinta une en su concepto, la teoría que se ha desarrollado para el diseño gráfico en los últimos 100 años, teorías de la estética desarrollados por artistas que fueron atrevidos provocando la crítica a sus obras, que nunca pasaron desapercibidos e invitaron a espectadores y lectores a poner atención.

Pero artistas que surgieron hace más de 100 años no pueden marcar una diferencia hoy en día con una exploración de la estética que cambió hace 40 años, en una época que cambia su forma de perspectiva en menos de 5 años. Entonces, en una época tan cambiante, un diseño que pretende cambiar una percepción de un problema a largo plazo, en personas que no están acostumbradas a un ritmo tan rápido el de hoy, debe estar fundamentado en algo que no haya cambiado del todo en mucho tiempo. Como la psicología del color, que aunado con estudios que lo ligen a un desarrollo evolutivo antropológico, nos pueden brindar elementos visuales que perduren en un tiempo incluso mayor al período de vida para el que se programó este proyecto.

Este proyecto, tiene una meta intrínseca en materia de Diseño: Marcar una brecha para la introducción del diseño en temas de salud, bienestar social y al mismo tiempo en cambios de percepción de problemas subestimados, como lo es la Salud Mental en Guatemala, como pionero nacional en el trato de enfermedades mentales desde un punto de vista comunicacional-gráfico.

## Talleres para una mente sin manchas

Los trastornos mentales tienen una alta prevalencia a nivel mundial y son, de forma muy significativa, una de las principales razones de morbilidad y discapacidad, así como a la mortalidad prematura. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), “La depresión es la principal causa de enfermedad y discapacidad entre los adolescentes entre los 10 y los 19 años de edad.”

En Guatemala, la información disponible muestra que uno de cada cuatro guatemaltecos mayores de 18 años, ha padecido al menos un trastorno mental en su vida y en general, solamente el 2.3% de la población guatemalteca ha consultado con algún profesional en salud mental según Encuesta Nacional de Salud Mental por la USAC del año 2010 (OPS/OMS Guatemala, 2012).

Roxana Ruiz, directora de la Asociación de Psiquiatras de Guatemala dice, “Generalmente la depresión, ansiedad y los traumas postraumáticos están vinculados a la pobreza, el desempleo, violencia y la inseguridad que viven a diario los guatemaltecos”. Los tres de los elementos a los cuales Ruiz les atribuye como orígenes de la depresión y la ansiedad, funcionan entre sí como un ciclo. Las personas desempleadas, tienden a la pobreza, la cual genera conflictos en las familias y lleva a la violencia intrafamiliar (física, verbal, psicológica, emocional, etc.) que a su vez contribuye a la inseguridad individual, característica de quienes padecen Ansiedad y Depresión.

Instituciones como la Procuraduría de los Derechos Humanos junto con centros de práctica psicológica ofrecen consulta y tratamientos psicológicos sin costo o con precios simbólicos. Pero a pesar de los esfuerzos de estas instituciones por proporcionar servicios psicológicos y darle la importancia que merece a la salud mental, los casos de Trastornos mentales aumentó un 40% solo del año 2008 al 2015.

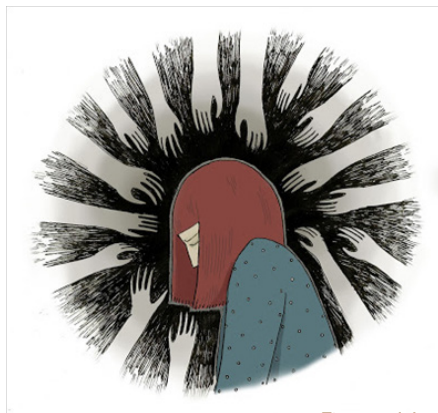


Figura 14

“Muchas personas desconocen que padecen esta enfermedad o no están conscientes que podrían padecer alguna. No buscan ayuda por el estigma que existe alrededor de las mismas” es lo que asegura Ruiz con respecto a la desinformación que afecta directamente a las personas que padecen de algún desorden mental.

“Eso es de élite”, “Eso no es real”, “Solo son dramas”, “Eso se quita con fuerza de voluntad” son solo algunos de los comentarios que una persona con estas enfermedades escucha con frecuencia de personas que creen que desestimar el problema es más saludable que ayudar o aceptar ayuda.

Pero ¿En qué afecta a una sociedad, que unas cuantas personas no conozcan cómo enfrentar estos problemas? y ¿Cómo entonces la atención a los problemas de un individuo, pueden influir en una sociedad entera?

Para responder estas interrogantes vale la pena consultar algunas de las definiciones y diferenciales del DSM-V, el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (American Psychiatry Association, 2014) “El rasgo común de todos estos trastornos es la presencia de un ánimo triste, vacío o irritable, acompañado de cambios somáticos y cognitivos que afectan significativamente a la capacidad funcional del individuo.” Esto es como el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales define la depresión en conjunto con otros diagnósticos asociados, de la misma forma es diferenciado de un duelo por muerte de un cercano de la siguiente forma: “El dolor del duelo puede ir acompañado de humor y emociones positivas que no son característicos de la intensa infelicidad y miseria que caracteriza a un EDM (Episodio Depresivo Mayor).” La gravedad de una depresión está escalada en tres, Leve, Moderada, o Grave, donde grave es definido como “El número de síntomas supera notablemente a los necesarios para hacer el diagnóstico, la intensidad de los síntomas causa gran malestar y no es manejable, y los síntomas interfieren notablemente en el funcionamiento social y laboral.

Por otra parte la Asociación Americana de Psiquiatría menciona los trastornos de Ansiedad como “Los trastornos de ansiedad se diferencian del miedo o la ansiedad normal propios del desarrollo por ser excesivos o persistir más allá de los períodos de desarrollo apropiados. Se distinguen de la ansiedad o el miedo transitorio, a menudo inducido por el estrés, por ser persistentes (p. ej., suelen tener una duración de 6 meses o más).” Así como en los trastornos depresivos, los trastornos de ansiedad también cuentan con una gama variada de clasificaciones, entre las distintas ansiedades podemos mencionar la Ansiedad Generalizada, cuyas consecuencias funcionales son:

“La preocupación excesiva perjudica a la capacidad del individuo para hacer las cosas de manera rápida y eficiente, ya sea en casa o en el trabajo. La preocupación consume tiempo y energía, y los síntomas asociados, como la tensión muscular y la sensación de excitación o de nerviosismo, el cansancio, la dificultad para concentrarse y los trastornos del sueño, contribuyen al deterioro. Es importante destacar que la preocupación excesiva puede afectar a la capacidad que tienen las personas con trastornos de ansiedad generalizada de fomentar la confianza en sus hijos.” Y agrega una estadística en Estados Unidos “El trastorno de ansiedad generalizada ocasiona, en la población de Estados Unidos, una pérdida de 110 millones de días de labor al año por incapacidad.” (American Psychiatry Association, 2014).

Para ponerlo en perspectiva, y en términos más sencillos, hay que verlo desde un punto de vista diferente al regular.

Antes de que la penicilina fuese inventada, era “normal” que las personas murieran por infecciones bacterianas, antes de que existieran las luchas por la igualdad de género, las mujeres no tenían voto y estaban obligadas a tener la cena servida a las 5PM. La sociedad está en constante cambio, el desarrollo es un proceso dinámico y no un procedimiento estático. Lo que antes era “normal”, se va descubriendo que al ser atendido, hay mejoras en la vida no solo de individuales, sino de colectivos.

Así como la penicilina cura y previene a muchas personas de infecciones, mejorando la esperanza de vida; la atención a la salud mental, cuando ayuda a mejorar la calidad de vida de una persona, ayuda a prevenir el deterioro de la salud mental de otros. Cuando aquella persona que después de un ataque de pánico se desmaya, le explica a sus cercanos, que dicho

síntoma es por un desorden de ansiedad, hace comprender a los demás y evita sus preocupaciones. Así como la penicilina ha ayudado a salvar innumerables vidas, el tratamiento de la depresión puede mejorar la calidad de vida de quién la padece, e incluso, salvarla de cometer suicidio, que en términos humanos, equivale a curar una infección mortal.

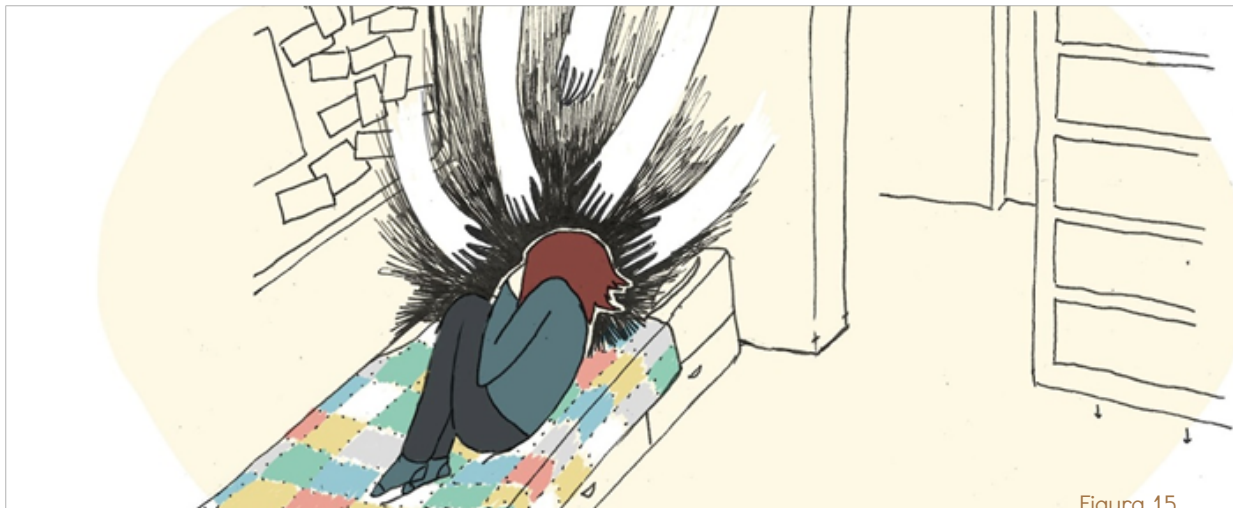


Figura 15

¿Para qué los talleres, los vídeos, las guías y los directorios? ¿En qué ayudarán a la sociedad estos elementos juntos?

Actualmente existen muchos factores por los que la salud mental es abandonada, el principal de ellos, el estigma desinformativo que asegura que la salud mental es solo para los locos (un término muy mal utilizado). Todos los diagnósticos diferenciales, todos los estudios psicológicos y todo el apoyo profesional que se le pueda brindar a una persona, pueden ser inútiles si un familiar, un amigo o una pareja le dice al paciente — ¿Estás loco entonces? —. Esto es debido a que Ansiedad y Depresión van de la mano con una baja autoestima, y especialmente en casos de Ansiedad en niños y adolescentes, en una necesidad de aceptación por parte de terceros. Cuando las personas que rodean al paciente, desestiman sus esfuerzos por mejorar, el esfuerzo requerido para una recuperación eficiente se multiplica y en muchos casos fracasa.

Alumnos de secundaria, diversificado y a nivel universitario dejan los estudios y en el peor de los casos abandonan sus hogares buscando “algo” que los haga sentir mejor, en lugar de estar rodeados de malas notas y críticas como “usted es un mal estudiante” y pensamientos como el de “no soy bueno/a para estudiar”, sin tener la más mínima pista de lo que su problema representa para sí mismos y en numerosos casos, sin siquiera saber que tienen un problema. Sin embargo al momento de abandonar los estudios, o al no tener el rendimiento requerido, las oportunidades en un mundo como el de hoy, se reducen considerablemente. Empresas que piden 2 o 3 años de experiencia a jóvenes que apenas están a la mitad de su carrera universitaria, y que incluso habiéndose graduado de la universidad aún no poseen esa experiencia que les requieren imperativamente. Entonces ¿Qué clase de futuro les espera a las personas que padecen de Ansiedad y/o Depresión, cuya energía mental no solo se divide entre escuela y casa, sino también entre lo que desean ser, en lo que se supone que deben convertirse, personas que los juzgan con dureza sin el conocimiento adecuado, y un mal que constantemente los agobia desestimado en su totalidad por familiares y amigos que aseguran que su problema no existe porque no visible o palpable?



Figura 16

Esto no tiene porqué ser así. La Ansiedad y la Depresión son padecimientos de los que se tiene escapatoria. Así como una pierna rota sana con paciencia y un buen seguimiento del tratamiento, o una infección sana si se utiliza el antibiótico adecuado durante el tiempo requerido, una enfermedad mental puede sanar con la paciencia que se tiene con una pierna rota, y con la diligencia con la que se toma un antibiótico.

Peter Kramer explica “No hay nada de romántico en el sufrimiento de la depresión. Daña las neuronas y el corazón, altera el funcionamiento del cerebro, trastorna la perspectiva y el juicio personales, e interfiere con la vida familiar. Reúne todos los requisitos para ser combatida como la enfermedad más devastadora conocida por la humanidad, y, sin embargo, cotidianamente la abordamos, como mucho, con cierta condescendencia.”(Kramer, 2006)

A raíz de esto en el mundo ha habido proyectos que buscan ayudar a quienes padecen de enfermedades de todo tipo, entre ellos la Psicóloga Fabiola Cuevas, fundadora de un movimiento que define como “Desansiedad, es la marca de un movimiento, es un estilo de vida libre de ansiedad, o sea, un estilo de vida donde eres más libre, pleno y feliz.

El proyecto Desansiedad inició como un blog, en septiembre del 2010, cuyo contenido era para la vida en general. La experiencia de Cuevas como psicóloga clínica la llevó a atender cada vez más y más personas con ansiedad. En donde se percató de la poca información con la que estas personas contaban al respecto. “El blog fue creciendo hasta el día de hoy en el que nos leen más de 10 mil personas al día, hemos recibido más de 5,000 comentarios, nos siguen entre redes sociales y el blog, más de 50 mil personas y respondemos aproximadamente 50 mensajes diarios de personas que necesitan ayuda”. (Cuevas, 2013) Esta es la forma en la que Cuevas expresa el nivel de impacto que ha tenido su proyecto.



Figura 17

En el presente proyecto se aborda una problemática muy similar, la escasa información que maneja una población, por ello algunos de los objetivos de este proyecto son muy similares a los que tiene Desansiedad, sin embargo los objetivos de dicho proyecto son ayudar directamente a las personas afectadas, mientras que en el presente proyecto, se busca educar el entorno social de aquellos que tienen Ansiedad y/o Depresión para que los pacientes tengan un factor más a su favor. Podría decirse que en contraste con Desansiedad, que busca atacar al problema de adentro hacia afuera, Bestiarios de Tinta pretende atacar al problema de afuera hacia adentro.

No es la primera vez que en un estudiante hace un esfuerzo por mejorar la salud mental de una población guatemalteca joven en riesgo por medio de charlas, talleres y práctica. Susan Yela en 1999 realizó un estudio de casos titulado “Efectividad de la Terapia de Juego no Directiva en el niño con Trastorno de Ansiedad Generalizada” Entre los objetivos de su programa incluía:

“Orientación a Madres Cuidadoras: Al hacer la promoción del servicio psicológico durante una reunión de madres, cuidadoras se realizó un diagnóstico poblacional de necesidades, obteniéndose como resultado que las madres cuidadoras deseaban conocer temas de interés personal como el manejo del abuso sexual en niños, maltrato infantil, agresividad y conocimiento de juegos y actividades para trabajar a los niños” (Yela, 1999)

Así mismo planteó una solución por medio de un Sub-Programa de Docencia de la siguiente forma:

“El mecanismo que se abordó para el desarrollo de este sub-programa se realizó a través del método de acción-reflexión que a continuación se describe. Este es un método que se desarrolla por medio de técnicas participativas con el propósito de:

- 👑 Desinhibir a los individuos y su identificación con el grupo.
- 👑 Exponer los temas a nivel educativo e intelectual del grupo, hacer amena la reflexión de los temas.” (Yela, 1999)

Este mecanismo se ha adoptado para la realización de este proyecto con una variante destacada, con la Licenciada en Psicología y pedagogía Luz Marina Reyes Cerón, se planteó no solo una reflexión amena, sino una experiencia orientada a la reflexión por medio de la experimentación, en algunos casos en primera persona, y en otros por medio de las experiencias de otras personas.



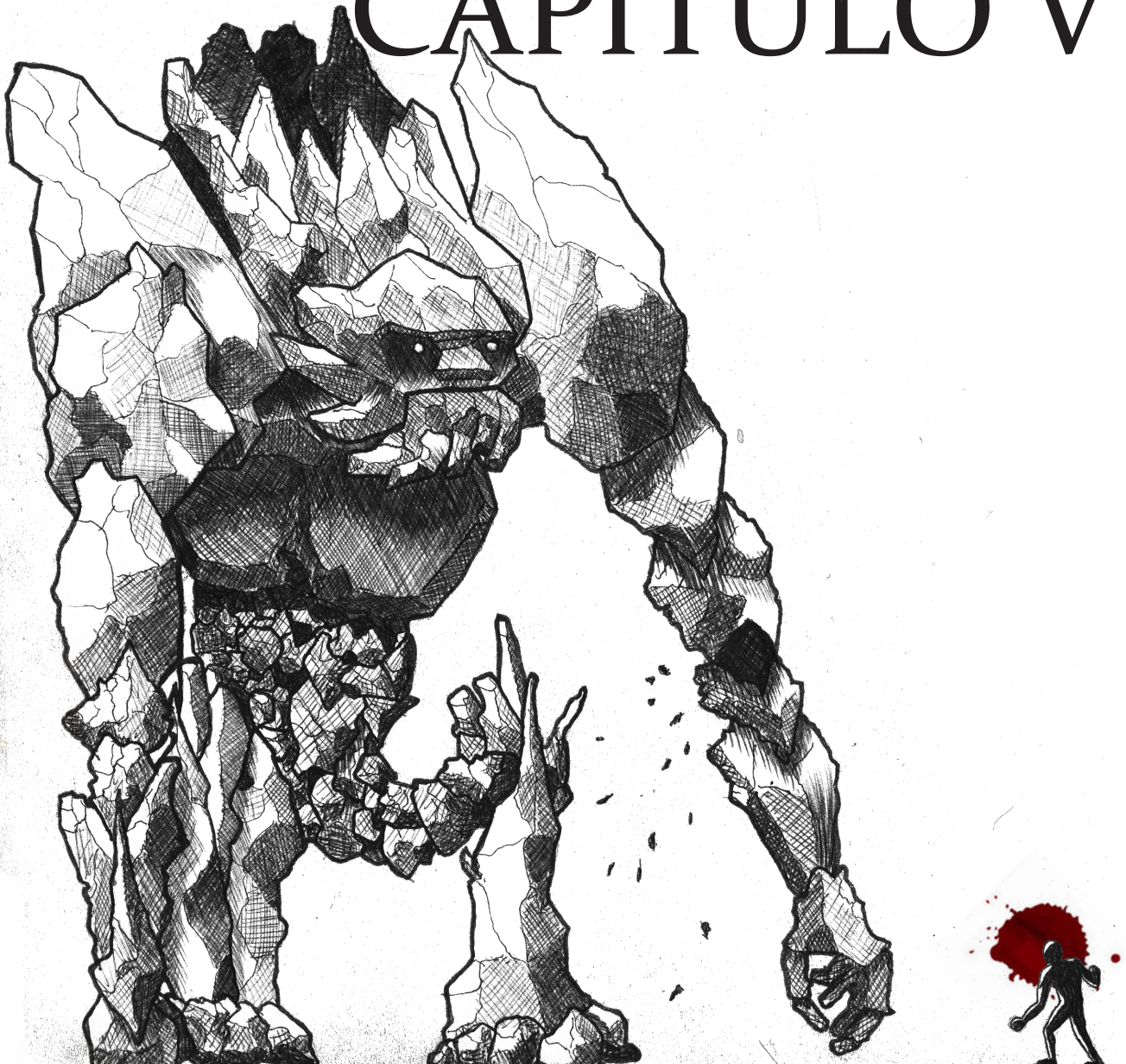
Figura 18

Bestiarios de Tinta pretende darle herramientas a padres y maestros, las mínimas para la detección de síntomas de Ansiedad y Depresión, proporcionarles un material con el que puedan apoyarse, durante y después de talleres, los cuales servirán de experiencia con ayuda de dinámica didáctica y la experiencia de tener Ansiedad y Depresión a través de los ojos de personas que han vivido personalmente las consecuencias y las dificultades de estos males. Todo este esfuerzo, con el objetivo de mejorar la vida académica de jóvenes, esperando que su entorno sea lo más amigable posible, esperando que esto facilite el proceso de recuperación de las personas que ya padecen de estas enfermedades, y poder intervenir a tiempo en casos que estén en sus etapas iniciales, para prevenir complicaciones.

Todo converge en un desarrollo integral de los jóvenes, procurar que su crecimiento sea lo más óptimo posible y descartar la posibilidad de entornos de desarrollo hostiles que limiten a mediano y largo plazo, las oportunidades de los jóvenes en su propio futuro y en el futuro de las personas que los rodean.



# CAPÍTULO V





# Definición Creativa

## Brief de Diseño

Con el objetivo de proporcionarle a los jóvenes entre los 12 y los 18 años una educación complementaria extracurricular, en conjunto con Club Juvenil Jaguar, se ha planteado una serie de talleres que pretenden brindar a los padres y los maestros de los jóvenes, las herramientas mínimas necesarias para la identificación de Ansiedad y Depresión así como acciones a tomar a corto, mediano y largo plazo.

Como parte de la dinámica de los talleres, se pretende que los asistentes tengan más una experiencia que una clase teórica. Por ello se ha tenido la idea de realizar **3 vídeos testimoniales** con el objetivo de conectar más a los asistentes con el problema, como una forma de vivir la experiencia de padecer Ansiedad o Depresión desde la perspectiva de otra persona.


El diseño gráfico también apoyará a estos talleres con una **guía práctica de bolsillo** que se le dará a los asistentes (padres y maestros) con la información dada en los talleres pero más detallada, junto a un directorio de lugares que proporcionan ayuda psicológica profesional a costos accesibles e incluso simbólicos.

Adicional, durante los talleres se requerirán materiales de apoyo, como lo son **fichas membretadas** para apuntar respuestas y **cuestionarios de reflexión**. Estos materiales pretenden ser un apoyo para la retención de la experiencia en los participantes.

## Recopilación de referencias visuales

### Testimoniales

Para la primera etapa se consultaron las siguientes referencias para la elaboración de un guión preliminar que contenga las preguntas necesarias para la sensibilización de la audiencia, sin perder la secuencia de los testimoniales.


 [Howtomakeyourwritingfunnier - CheriSeinkellner](#)  
“¿Cómo volver tus escritos más graciosos? – CheriSeinkellner”  
<https://www.youtube.com/watch?v=zNTxSBgDNp4>

 [5 elements of a Great Joke](#)  
“5 Elementos de una Gran Broma”  
<http://mentalfloss.com/article/91212/5-elements-great-joke>

 [How Louis CK Tells a Joke](#)  
“Cómo Louis CK Cuenta una Broma”  
<https://www.youtube.com/watch?v=ufdvYrTeTuU>

 [WhatIt'sLiketohave 'High-Functioning' Anxiety](#)  
“Cómo es tener Ansiedad de ‘Alto-Rendimiento’”  
<https://www.youtube.com/watch?v=M96FS4aeNNU>


 [WhatHavingAnxietyFeelsLike](#)  
“Cómo se Siente tener Ansiedad”  
<https://www.youtube.com/watch?v=nCgm1xQa06c>

 [Wil Wheaton onGeneralizedAnxietyDisorder, ChronicDepression, and Recovery](#)  
“Wil Wheaton en Desorden de Ansiedad Generalizada, Depresión Crónica y Recuperación”  
<https://www.youtube.com/watch?v=K6ACzT6PCDw>

 [John Ross Bowie onDepression and PanicDisorder](#)  
“John Ross Bowie en Depresión y Desorden de Pánico”  
<https://www.youtube.com/watch?v=LCsX64x0JCw>


 [Mara Wilson onAnxiety, OCD, and Depression \(OCD = Desorden Obsesivo Compulsivo\)](#)  
“Mara Wilson en Anciedad, DOC, y Depresión”  
<https://www.youtube.com/watch?v=0LmYH0QYoic>

 [Jenny on Suicide, OCD, and Medication](#)  
“Jenny en Suicidio, DOC, y Medicación”  
<https://www.youtube.com/watch?v=6y1UXrpBGME>

 [Testimony – Stephanie'sAwesomeStory Of OvercomingDepression, Insecurity, and Thoughts of Suicide](#)  
“Testimonio – La Asombrosa Historia de Stephanie Venciendo a la Depresión, Inseguridad y Pensamientos Suicidas”  
<https://www.youtube.com/watch?v=Pf-8aG6ND4c>

 [DissahcJimCarreyDepression No Coffee 28](https://www.youtube.com/watch?v=ppDTVfk9frk)  
<https://www.youtube.com/watch?v=ppDTVfk9frk>

 [Chester Bennington talk about his problems and depression](https://www.youtube.com/watch?v=2TtDWGK-ego)  
"Chester Bennington habla acerca de sus problemas y depresión"  
<https://www.youtube.com/watch?v=2TtDWGK-ego>

 [How about of Depression Led to Dwayne Johnson's Career-Defining Moment | Oprah's Master Class | OWN](https://www.youtube.com/watch?v=y_T9Jg0U2DA)  
"Cómo la Depresión llevó a Dwayne Johnson al momento que Definió su Carrera | Clase Maestra de Oprah | OWN" 36  
[https://www.youtube.com/watch?v=y\\_T9Jg0U2DA](https://www.youtube.com/watch?v=y_T9Jg0U2DA)

 [What It's Like To Lose Someone To Suicide](https://www.youtube.com/watch?v=Jjh1W_TbUNY)  
"Cómo es Perder a Alguien que se Suicida"  
[https://www.youtube.com/watch?v=Jjh1W\\_TbUNY](https://www.youtube.com/watch?v=Jjh1W_TbUNY)

### Ilustraciones

Con el propósito de elaborar un material editorial impactante, se consultaron las siguientes referencias visuales para elaborar ilustraciones que reflejen con precisión las experiencias que han vivido otras personas.

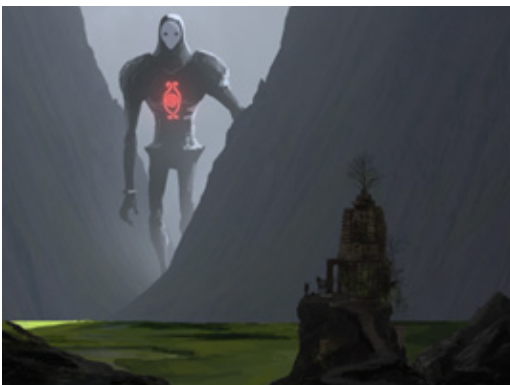
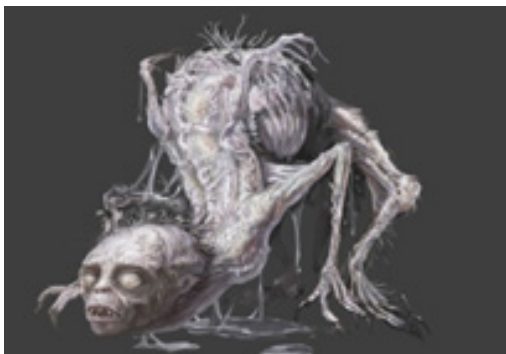




Figura 19



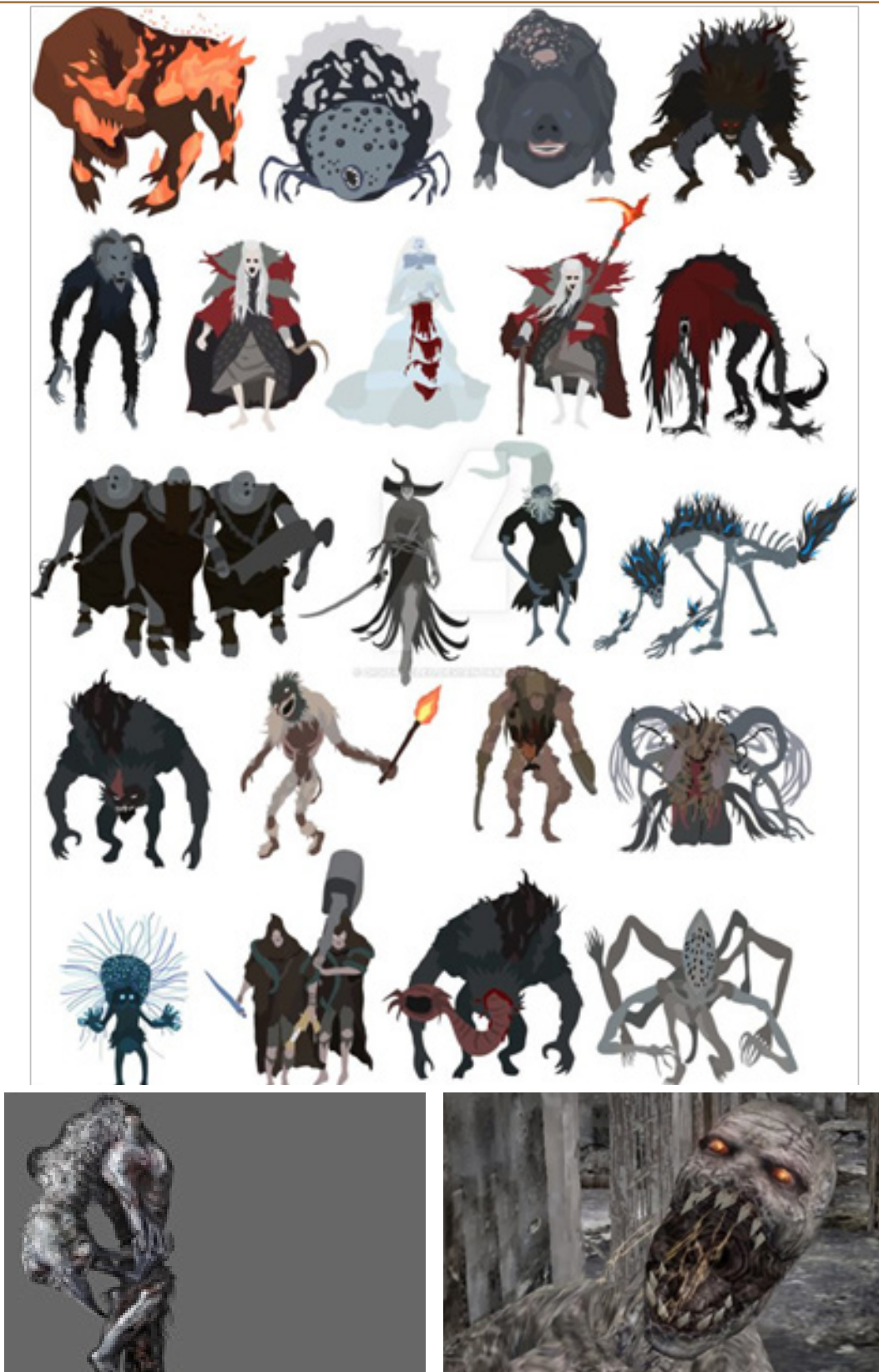


Figura 20



Figura 21

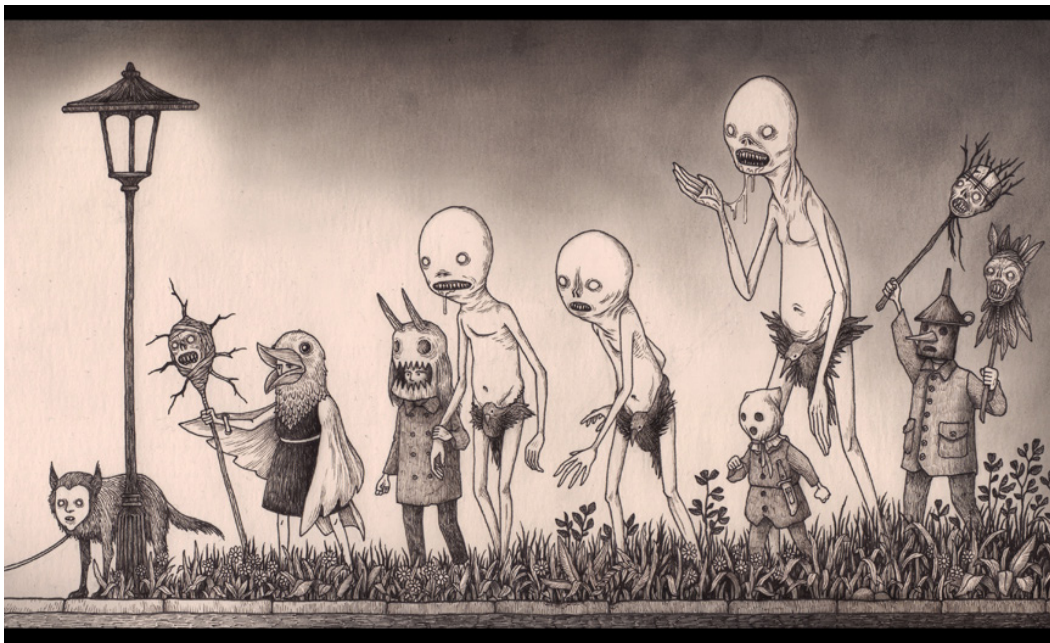


Figura 22

## Guía Práctica

El concepto creativo requirió de elementos visuales semejantes a los de un diario, sin embargo el material editorial debía poseer una calidad mayor a la de un producto escrito enteramente a mano. Por ello se tomaron muchas referencias de libros de botánica.

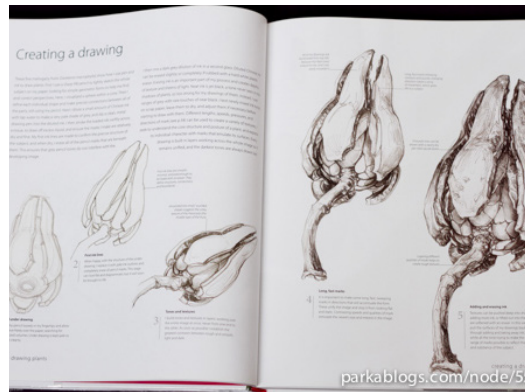
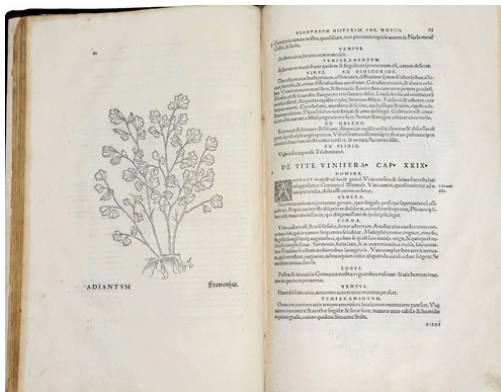
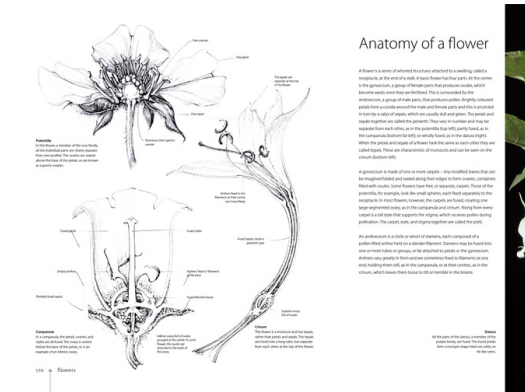
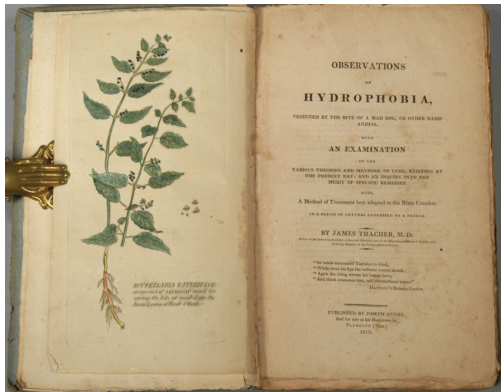


Figura 23



# Definición Creativa

La referencia más clara que se tuvo de un bestiario fue la obra del italiano Luigi Serafini, **“Codex Seraphinianus,”** que es un libro escrito e ilustrado que asemeja una enciclopedia visual de un mundo desconocido escrito en una lengua inventada por el mismo Serafini.



Figura 24

## Directorio de Ayuda

Al ser un complemento editorial de la guía práctica se trabajó el directorio bajo el concepto de **mapa** como un símil de **lugares donde encontrar a las bestias**, que forma parte de lo que manejan los bestiarios fantásticos.

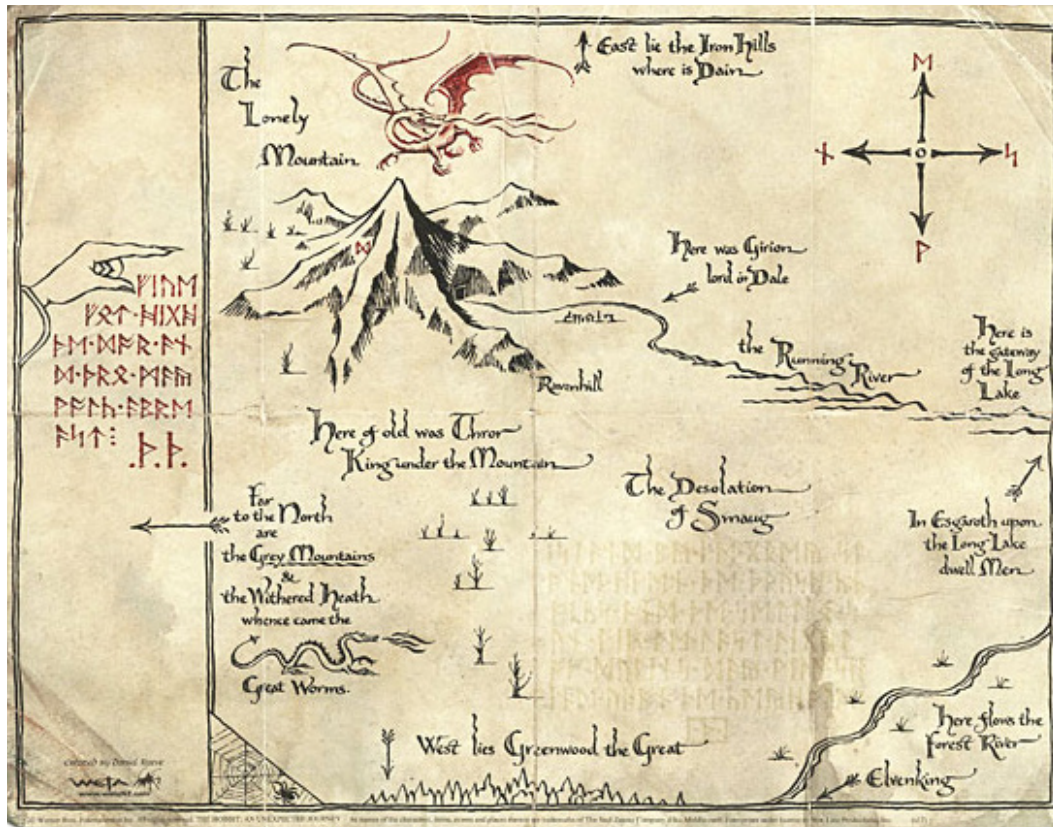


Figura 25

# Estrategia

## ¿Qué?

Los contenidos a comunicar son:

- La experiencia de tener Ansiedad y/o Depresión.
- Indicios y síntomas de Ansiedad y Depresión.
- Acciones a tomar a corto, mediano y largo plazo.
- Formas de ayudar a un joven con síntomas de Ansiedad o Depresión
- Mecánica de la recuperación
- Lugares de ayuda psicológica profesional a precios accesibles o simbólicos.

## ¿Para Qué?

El objetivo principal de los talleres es el de facilitar el desarrollo de los jóvenes entre 12 y 18 años con signos de Ansiedad y Depresión, para así mejorar su rendimiento académico. A corto plazo aumentará su autoestima y facilitará la recuperación en caso de padecer alguna de estas enfermedades. A mediano plazo ayudará a desarrollar una mejor seguridad personal y mejorará su inteligencia emocional. Y a largo plazo, contribuirá a la apertura de oportunidades laborales debido a que los impedimentos mentales no representarán un obstáculo significativo en el desempeño personal y profesional.

## ¿Con qué?

### Vídeos Testimoniales

Ver la experiencia que han tenido o aún tienen las personas con trastornos de depresión o de ansiedad, servirá como una forma de conectar a la audiencia con el problema y crear una conciencia emotiva.

### Guía Práctica

La experiencia que se pretende brindar a los participantes, la guía práctica resumirá el contenido desarrollado en los talleres, para que los participantes puedan revisar el contenido después de los talleres.

- Descripciones de Ansiedad y Depresión
- Síntomas
- Acciones a corto, mediano y largo plazo
- Formas de Ayuda
- Impacto social
- Directorio de Entidades que brindan ayuda profesional accesible

### Fichas Membretadas y Cuestionarios Reflexivos

Durante los Talleres habrá actividades reflexivas, en primera instancia símiles entre la vida cotidiana y la vida con Depresión y Ansiedad, en donde se apuntarán ciertas características en grupos de 6 personas aproximadamente.

Por otra parte, los Cuestionarios Reflexivos pretenden, por medio de preguntas previamente estudiadas, guiar a que los asistentes a llegar a sus propias conclusiones con respecto al padecimiento de las dos enfermedades.

## ¿Con quienes?

### Involucrados

En primera instancia con la institución, Club Juvenil Jaguar que ha accedido a prestar un espacio los días lunes en la tarde para la realización de estos talleres de sensibilización. En conjunto con Vinicio Donís, quien es el encargado de velar porque el proyecto permanezca dentro de la filosofía, metas y visión que tiene la institución.

Seguidamente de Luz Marina Reyes, quién accedió a prestar su tiempo como asesora del contenido de los talleres, desarrolladora y facilitadora de la mecánica de los talleres.

### Directos

El propósito principal de este proyecto, es beneficiar a jóvenes de 12 a 18 años que podrían padecer potencialmente de Ansiedad y/o Depresión. Sin embargo, el proyecto no trabajará directamente con ellos, sino con las personas a su alrededor. Donde los mejores lugares para determinar los síntomas, son la escuela y su propia casa. Por ello los talleres de sensibilización son para Padres y Maestros.

Gran parte de la recuperación de una persona que padece de cualquiera de estas dos enfermedades, depende del entorno en el que se desenvuelven (así como todo el desarrollo en general). Si el ambiente en general permite una recuperación, el proceso es menos problemático y más eficaz.

### Secundarios

El grupo beneficiario final, son jóvenes de 12 a 18 años (como se mencionó con anterioridad), que podrían presentar una sintomatología de Ansiedad y/o Depresión. Con el propósito de brindarles un entorno amigable donde estas enfermedades tengan importancia más no prevalezcan a lo largo de la vida de una persona en una etapa tan crucial de formación del carácter.

## ¿Cuándo?

El proyecto tiene contemplado desarrollarse en un tiempo de 3 meses (12 talleres) que darán inicio el mes de Marzo. Esto es por las temporadas académicas. Según Vinicio Donís, Director de Club Juvenil Jaguar y docente en el Centro Educativo Kinal, recalcó que en los meses de Junio y Julio, la actividad docente aumenta y con las vacaciones de medio año, los maestros buscan reducir la tensión (viajar, ocuparse de la familia, etc). A finales de año ocurre lo mismo y establecer comunicación con los docentes y padres, por medio de la escuela, se vuelve muy difícil.

## ¿Dónde?

Los talleres se desarrollaron para beneficiar a la mayor cantidad de grupo objetivo final, por medio de la audiencia directa, los padres y maestros que viven y laboran respectivamente, en la zona 7 colonias Landívar, Quinta Samayoa y Verbena.

Los talleres tendrán lugar los días lunes de 4 a 5:45PM en la sala común de Club Juvenil Jaguar. Un lugar con capacidad para 12 personas, una sala pequeña con televisión, y un entorno agradable.

CUADRO COMPARATIVO		
	Ventajas	Desventajas
<b>Videos Testimoniales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Permitirá la conexión emocional de la audiencia con el problema expuesto.</li> <li>- Los audiovisuales en general, tienen la particularidad de mantener la atención por más tiempo que un texto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El material será visto una única vez y es probable que los participantes no busquen volverlo a ver.</li> </ul>
<b>Guía Práctica del Taller</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los participantes tendrán un material el cual llevarse a casa para revisar las veces que les sea necesario.</li> <li>- El material puede representar un apoyo crucial en caso de identificar signos de Ansiedad y/o Depresión.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al ser una guía de tamaño media carta, el material es fácil de extraviar.</li> <li>- El material puede ser guardado y nunca visto de nuevo.</li> </ul>
<b>Materiales del Taller</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Brinda un soporte adicional complementario a los temas a tratar.</li> <li>- Contribuye a la retentiva de lo desarrollado en los talleres.</li> <li>- Le brinda un tono de seriedad a las actividades a realizar en los talleres.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ofrecen un alcance emocional relativamente bajo comparado a los otros medios.</li> <li>- Al ser de uso inmediato, los participantes pueden solo tirar el material y olvidar su contenido.</li> </ul>

Tabla 2

# Concepto Creativo

## EL Concepto

"LAS GARRAS DE LA ANSIEDAD Y EL GIGANTE DEPRESIÓN, MANCHAN MENTES E INTERRUMPEN LA VIDA"

## Concepto CREATIVO



BESTIARIOS  
DE TINTA

"Bestiarios de Tinta" proviene de:

Bestiario: Un gladiador de la antigua roma que luchaba contra las fieras en el anfiteatro.  
Bestiario también se refiere a un diario que compila descripciones de criaturas de fantasía.

"Cuidado con la tinta, porque las manchas son escandalosas" es el insight de la segunda parte del concepto.

Pero la tinta con una técnica adecuada, es un arte elegante de alta calidad estética.

## CÓDIGOS DE DISEÑO

### Cod. Tipográfico

SHADOWS INTO LIGHT *Titulares*

Sub-Titulares

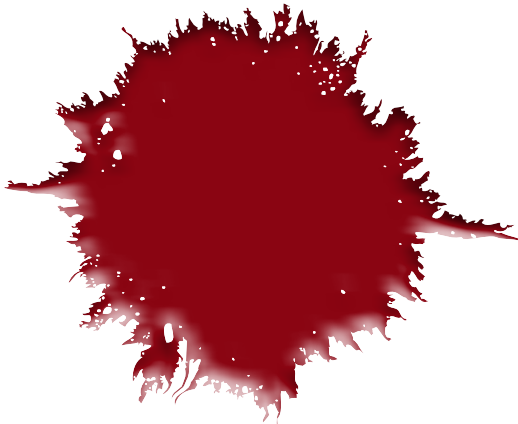
#### Contenido:

Quisimus, est veliqui aspelic  
tem faccus atur?  
Ecerorporem niminve llanden  
ihilicimi, corem aut plandis  
seniame ndestio rerepra ten-  
desecabor acearcid ulparum  
quam, autet odi dolorro qui  
digenim usdaeprae prae eum  
voluptum rerspic tet maximil  
eati tet ut etur?

Didact *Gothic*

### Cod. Cromático

#### ROJO



C - 27      R - 138  
M - 100     G - 5  
Y - 100     B - 18  
K - 32

#### NEGRO



C - 0      R - 0  
M - 0      G - 0  
Y - 0      B - 0  
K - 100

## Proyecto de graduación 2017

### Cod. Sonoro

- Música libre de derechos de autor
- Adecuada a cada tema a tratar
- Preferencia en violín, piano o guitarra acústica en notas menores por su facilidad para evocar nostalgia y tristeza.

### Cod. de Formato

#### - Vídeos Testimoniales

Ancho 1920px

Alto 1080px

#### - Guía Práctica

Formato media carta vertical cerrado, tamaño carta abierto.

A dos tintas.

#### - Material de Soporte

Hojas de usos múltiples: Bloque de tamaño media carta vertical, en transparencia.

Invitación Digital: 1024 x 768 pixeles (estándar web)

#### - Directorio de Instituciones de Ayuda Psicológica

Un cuarto del tamaño carta horizontal, a dos tintas en papel brillante.

### Cod. Lingüístico

Idioma en todas las piezas: Español

Escrito (Material didáctico y de soporte) y Verbal (Talleres)

El material tanto editorial, como digital será desarrollado en un tono serio y con un lenguaje técnico para evitar ruidos en el mensaje.

El material multimedia posee cierto grado de informalidad para conservar la naturalidad del testimonio de la persona y evitar que el material se vea ensayado o falso.







# Producción Gráfica y Validación

## Nivel 1 de visualización

En esta parte se realizaron una serie de bocetos, con el propósito de identificar en ellos los elementos más destacados que pudiesen contribuir a alcanzar los principales objetivos de comunicación del proyecto.

### Bocetos de Logotipo

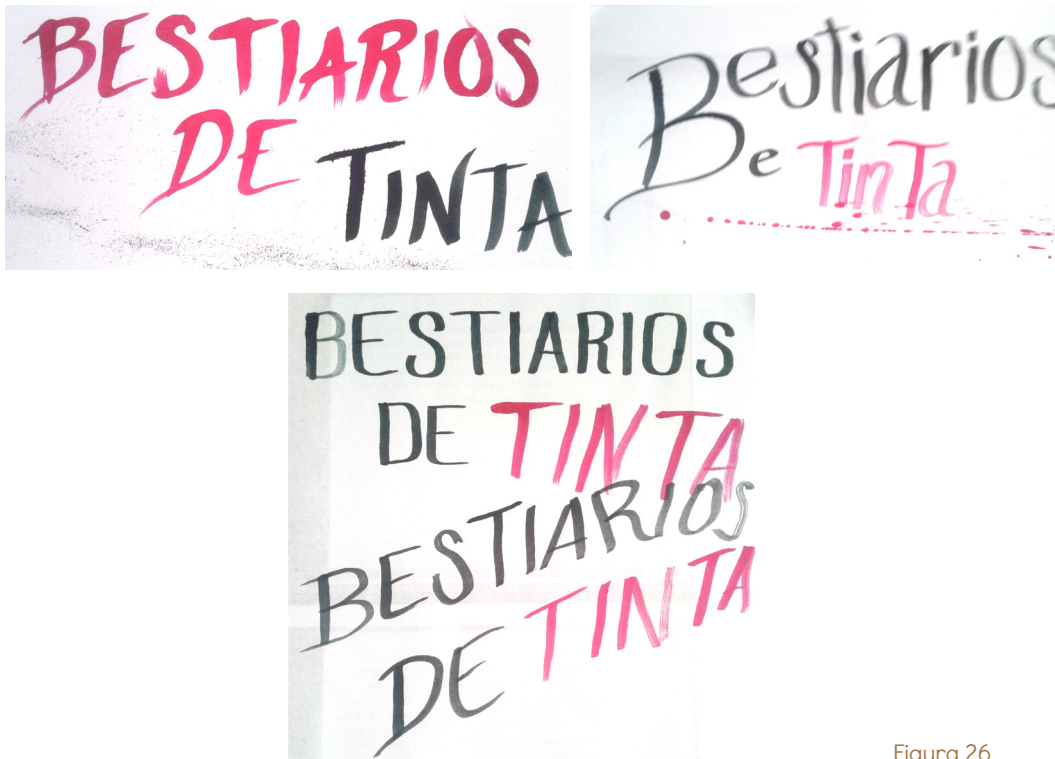


Figura 26

Estos ensayos tipográficos fueron únicamente preliminares. Sin embargo, se determinaron que elementos como irregularidad, cambio de trazos (delgados y gruesos) y terminaciones en ángulos agudos poseen una gran capacidad de transmitir las sensaciones que se buscan con el concepto creativo.

### Bocetos de Ilustraciones

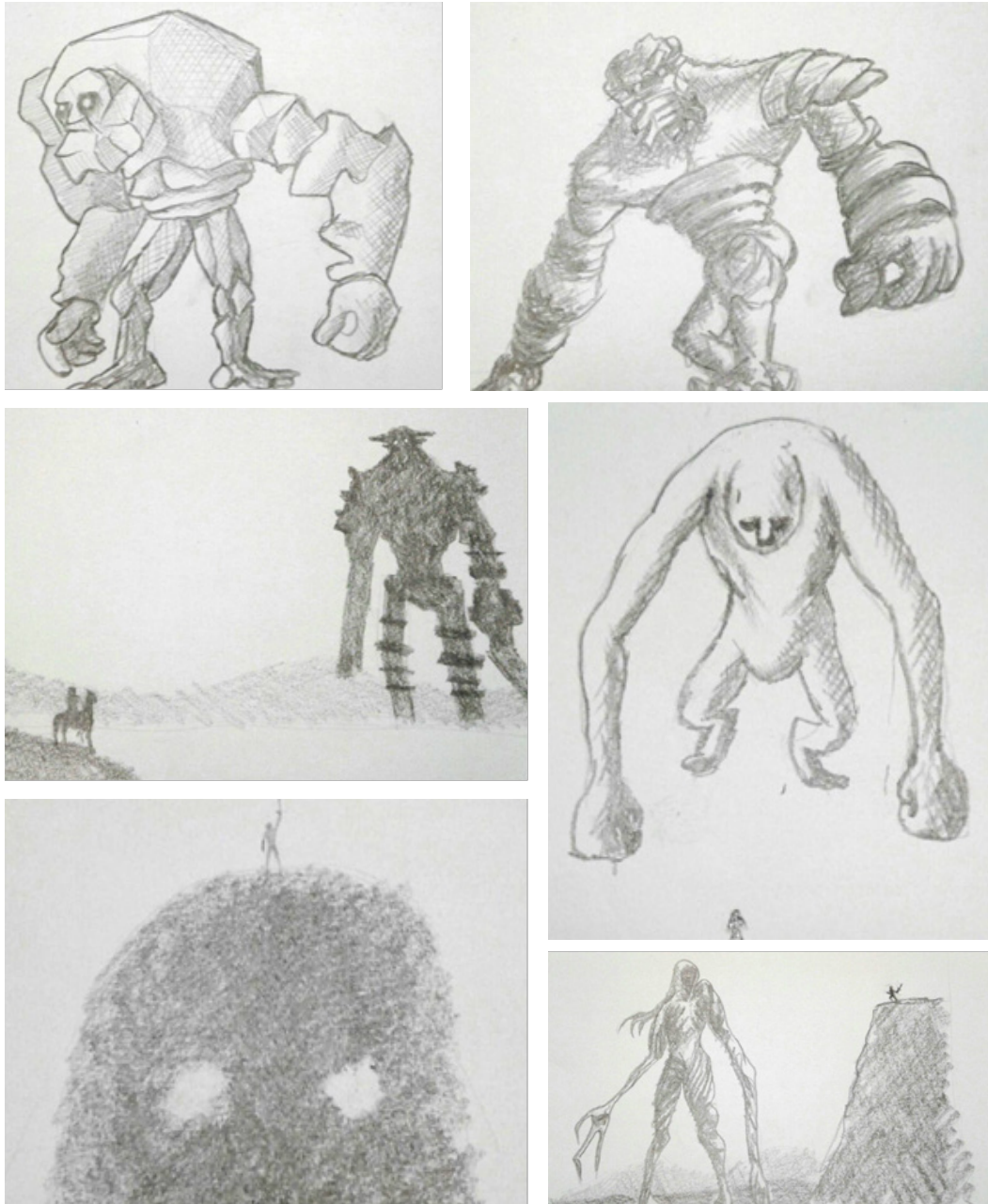


Figura 27

Como resultado de una autoevaluación. Gracias a estos bocetos se concluyó que los elementos en los gigantes que los hacían ver pesados, fuertes y temibles, eran los ojos vacíos (redondos y blancos), las espaldas jorobadas y abultadas, hechos de roca y muy geométricos. Por otra parte criaturas delgadas y retorcidas con muchos ángulos agudos (garras, ramas, etc) comunican muy bien sensaciones de angustia, miedo y huida.

### Bocetos de Diagramación

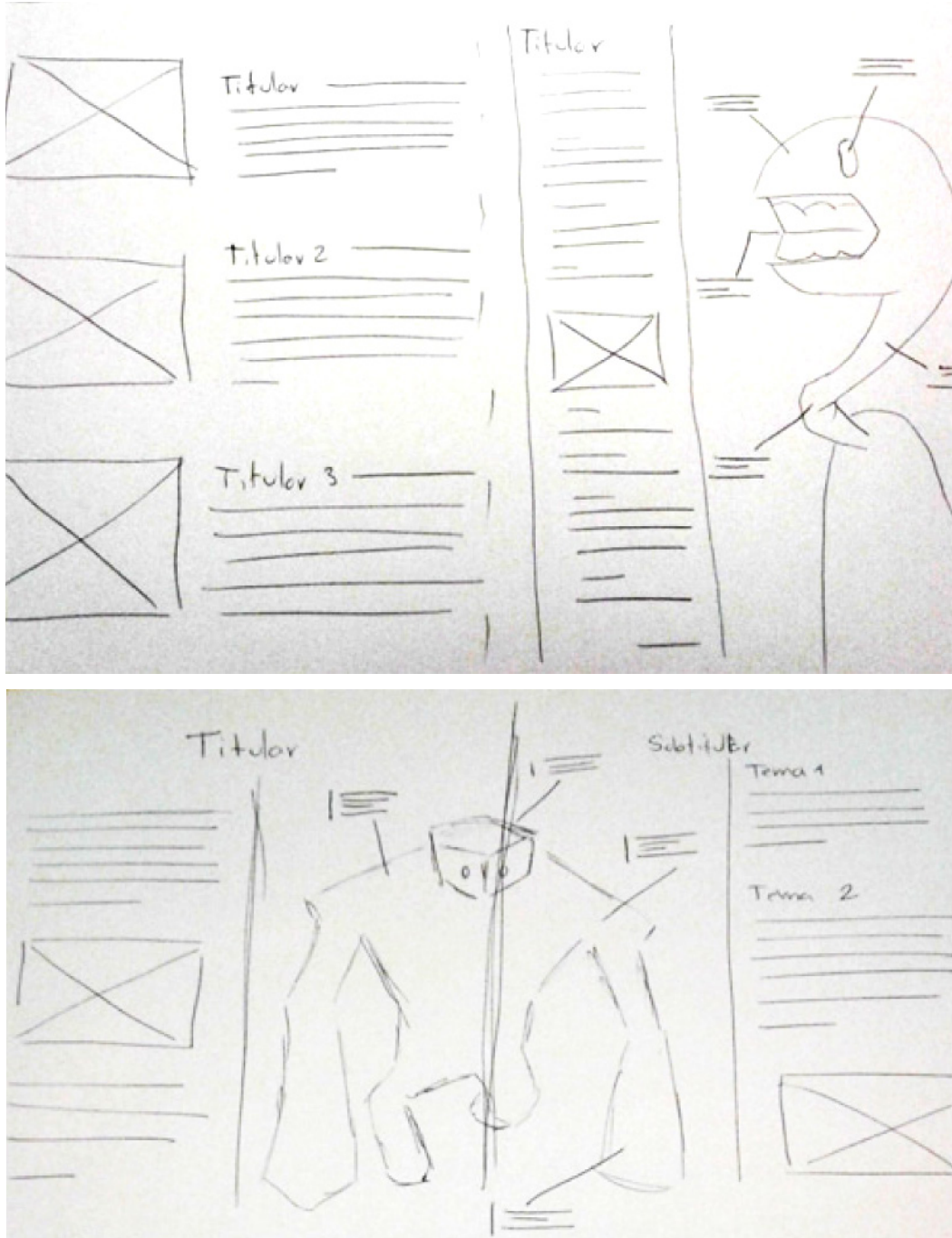


Figura 28

Basados en las referencias visuales para el material editorial, una diagramación simple, a dos columnas con imágenes centradas en el centro o a los extremos exteriores de la página, son ideales para transmitir información de forma rápida y condensada. La señalización que se observa en los bocetos, brinda un entorno familiar como el de un diario o un libro de estudio con notas al margen.



## Nivel 2 de visualización

En esta parte se realizaron una serie de bocetos, con el propósito de unir los elementos que se tomaron como efectivos en el Nivel 1 de Visualización.

### Bocetos de Logotipo



Figura 29

El logotipo resultante del proceso es el último, por su legibilidad y las irregularidades que connotan miedo intenso.

En esta fase se determinó que era imperativo aumentar el nivel de legibilidad de la tipografía puesto que aún no posee la suficiente claridad comunicativa esperada.

Bocetos de Ilustraciones



Figura 30

Según lo evaluado en el Nivel 1, se realizaron estas ilustraciones de 2 golems y 2 criaturas humanoides con expresiones retorcidas para ser puestas a prueba y así determinar el grado de efectividad que las piezas poseen para comunicar lo propuesto en los objetivos.

Según encuestas que se realizaron a diseñadores gráficos, se determinó que la primera ilustración (la de cabezas flotantes) no comunicaba de forma eficiente lo que se proponía, por lo que se procedió a cambiarla por una más adecuada.

## Boceto de Diagramación

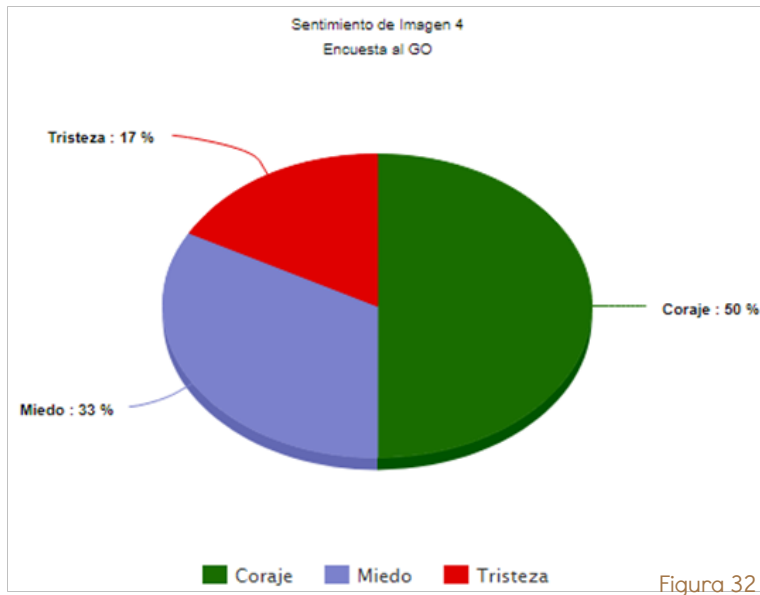


Figura 31

En esta etapa se hicieron cambios en el contenido de la guía. Por otra parte se determinó que las ilustraciones ocuparan menor espacio al mostrado en la imagen, esto es para que el texto tuviese más relevancia que la imagen y reducir la cantidad de hojas a imprimir para este material y conservar el producto final lo más económico posible.

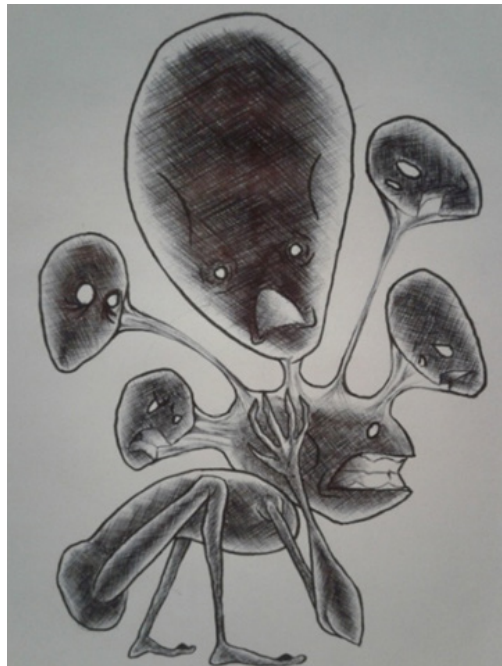


## Observaciones de Materiales Editoriales



En la presente gráfica, se muestran los sentimientos que causa la ilustración de las cabezas flotantes, las cuales fueron Tristeza (17%), Miedo (33%) y Coraje (50%).

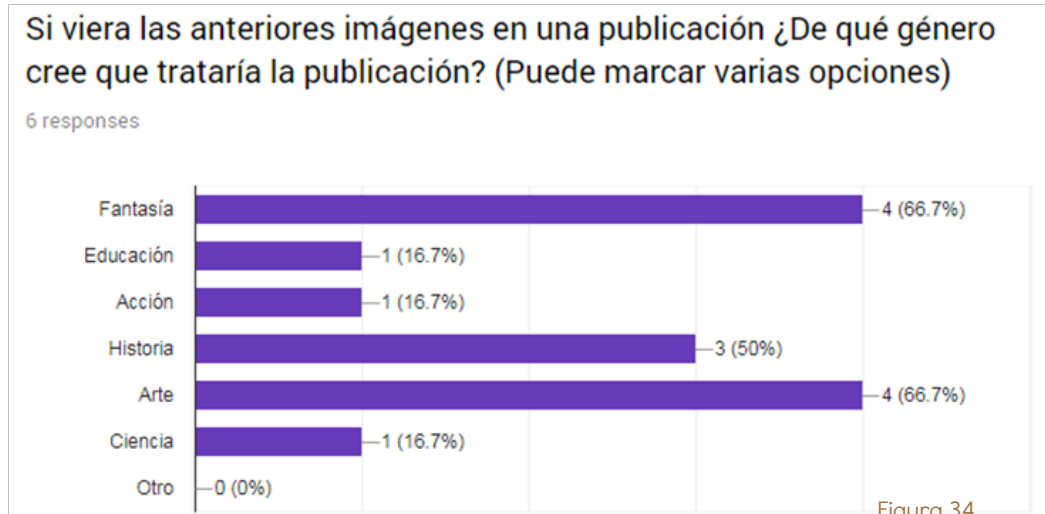
Las sensaciones que se buscaban eran intrusión, confusión e inseguridad, donde intrusión era la emoción principal la cual no se logró del todo, a pesar de que los elementos de Miedo y Tristeza (emociones similares) representan un 50% de las emociones que se consiguieron. Se analizó y se produjo de nuevo la imagen puesto que la ilustración está destinada al trastorno de ansiedad generalizada, donde la intrusión es una sensación que debe ser clave.



Resultado de la corrección de la ilustración (tras proceso de validación).

Figura 33

Por otra parte, en esta misma etapa, según los resultados de las encuestas, los materiales desarrollados a nivel editorial siguen la línea gráfica propuesta al inicio, siendo los géneros Fantasía y Arte los que predominaron entre las opiniones de apariencia del material, más frecuentes entre los encuestados.



## Guión Para Vídeos Testimoniales

# GUÍA RÁPIDA

### Presentación:

- Nombre y Ocupación(es)
- ¿Cuál es el problema con el que estás lidiando o lidiaste?

### Contexto:

- ¿Cómo te diste cuenta de tu problema? (Síntomas)
- ¿Cómo definirías tu vida antes que te dieran un diagnóstico?
- ¿Cómo te sentiste cuando te dijeron en qué consistía?
- ¿Cómo reaccionaron las personas a quienes les comentaste lo que te pasaba?
- ¿De qué forma te afectó ese problema?

### Solución:

- ¿Qué acciones realizaste para superar este problema?
- ¿Por qué optaste por esas acciones?
- ¿Qué ha mejorado desde que iniciaste el proceso de recuperación?
- ¿Cuáles son las principales diferencias entre la vida que tenías y la vida que llevas a hora?

### Cierre:

- ¿Qué te dirías a ti mismo/misma si pudieras regresar al momento en el que empezaste a tener problemas con tu diagnóstico?
- ¿Qué le dirías a las personas que sufren de alguna enfermedad similar a la tuya?
- ¿Qué le dirías a las personas que no sufren de enfermedades como estas?

Esta guía fue realizada en conjunto con una psicóloga, siguiendo los lineamientos de un testimonial eficiente (Consultar sección de Referencias Visuales)

Figura 35

## Grabación de Testimonios



Figura 36



Figura 37

Diego Linares nos contó su historia con el trastorno de Ansiedad Generalizada. Hablando de lo que se siente y de la forma en la que acualmente aún lucha para permanecer en el equilibrio que la ayuda profesional le ha brindado.

Evelyn Canis narró la historia de cómo se sintió vivir con el Trastorno de Pánico, la forma en la que cambió su entorno el padecerla y la vida que ahora lleva tras haber recobrado el control de su vida.



Figura 38



Figura 39

Valeria Arriola nos brinda una valiosa perspectiva de lo que se siente vivir la Depresión y la Ansiedad a través de otra persona. Valeria perdió a un amigo por suicidio, y nos muestra que la Ansiedad y la Depresión son problemas que nos afectan a todos.

## Proyecto de graduación 2017

Para enriquecer los testimoniales brindados por Diego, Evelyn y Valeria, se procedió a grabar transiciones de vídeo para definir el inicio y el final de cada tema que los voluntarios expusieron a través de sus experiencias de vida.

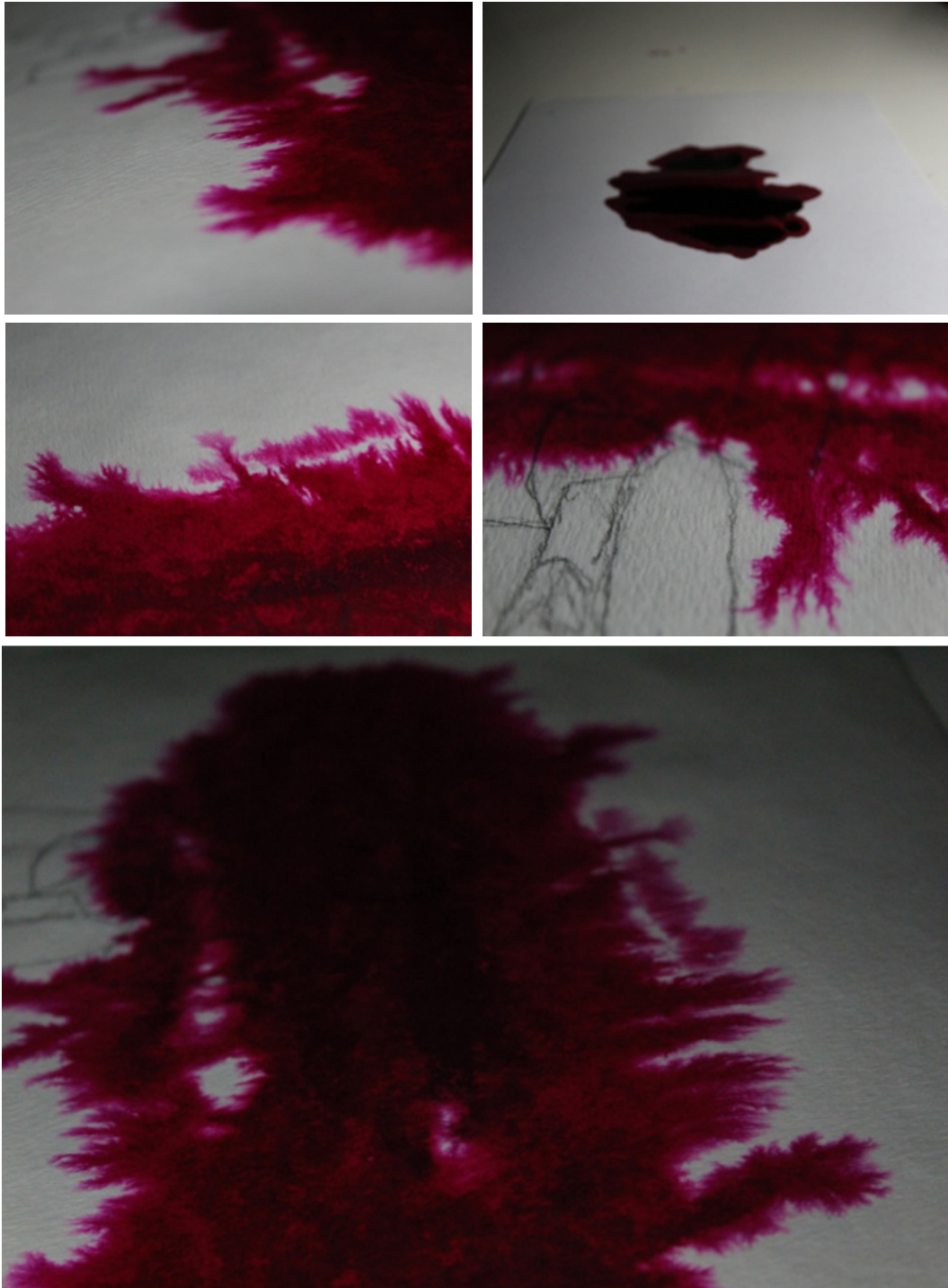


Figura 40

Elección Tipográfica

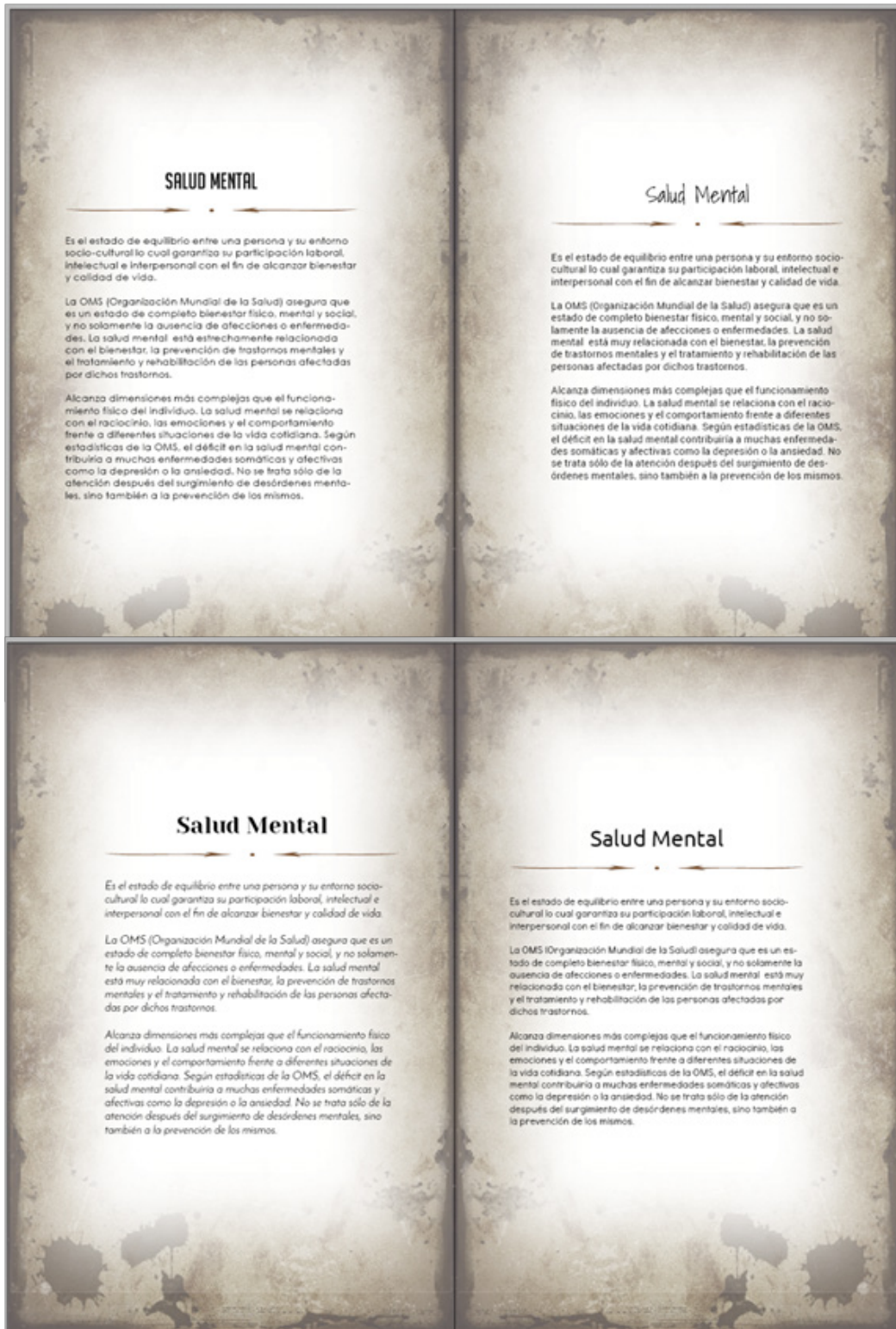


Figura 41

## Proyecto de graduación 2017

Se inició combinando 4 tipografías, 2 tipografías para titulares y 2 para cuerpos de texto. Tras consultarlo con diseñadores gráficos, se determinó que la combinación más adecuada era entre el tipo “Didact Gothic” para cuerpos de texto y “Shadows Into the Light” para titulares y subtítulos en variación de tamaños

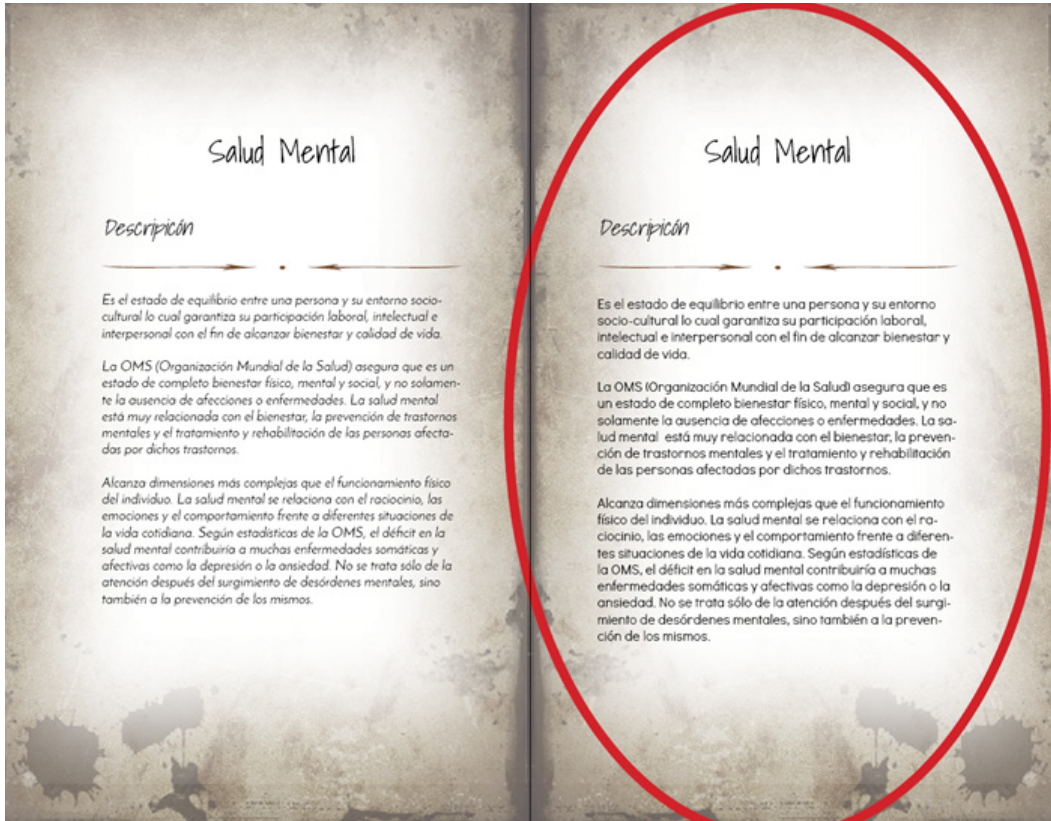


Figura 42

## Elección Tipográfica



Posteriormente se dió inicio a la elaboración de un directorio de ayuda, en el cual se colocó información de instituciones que proporcionan ayuda profesional a precios simbólicos o de forma gratuita.

Figura 43

## Nivel 3 de visualización

En esta parte se realizaron los cambios que se creyeron pertinentes a lo largo del Nivel 2 de Visualización del proyecto.

### Logotipo Final



Figura 44

Con base en las conclusiones de la Fase 2 de Visualización se determinó que la legibilidad debía mejorar y que el estilo de línea no permitía transmitir adecuadamente.

En esta nueva versión se presigue evocar miedo, seriedad pero esperanza al mismo tiempo. Este logotipo combina trazos de línea irregulares y terminaciones agudas muy utilizadas en películas de terror con un relieve de iluminación inferior para reforzar la intención.

Ilustraciones Finales



Figura 45



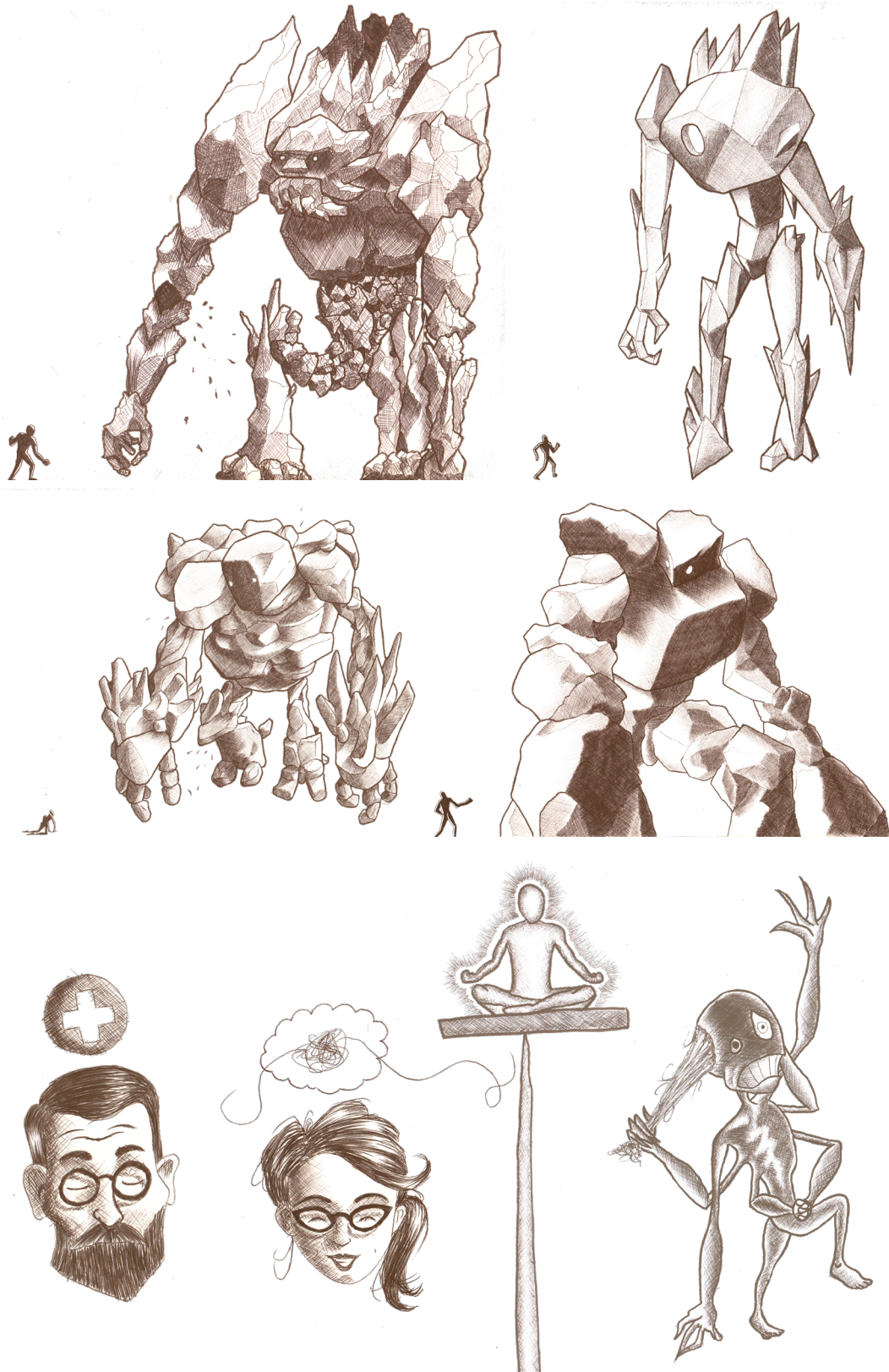


Figura 46

## Proyecto de graduación 2017

Las ilustraciones están divididas en 3: Las primeras 7 son de **Ansiedad** pretenden evocar tensión, miedo e inseguridad, (sintomatología de la ansiedad), las siguientes 4 son de la **Depresión** que pretenden evocar pesadez, inferioridad, valor y temor; y por último las últimas cuatro ilustraciones son de **Salud Mental** donde se muestra a un psiquiatra, una psicóloga, la salud mental y el estrés (que a pesar de ser un sintoma, también es un mecanismo de defensa y autopreservación personal).

### Guía Práctica Completada

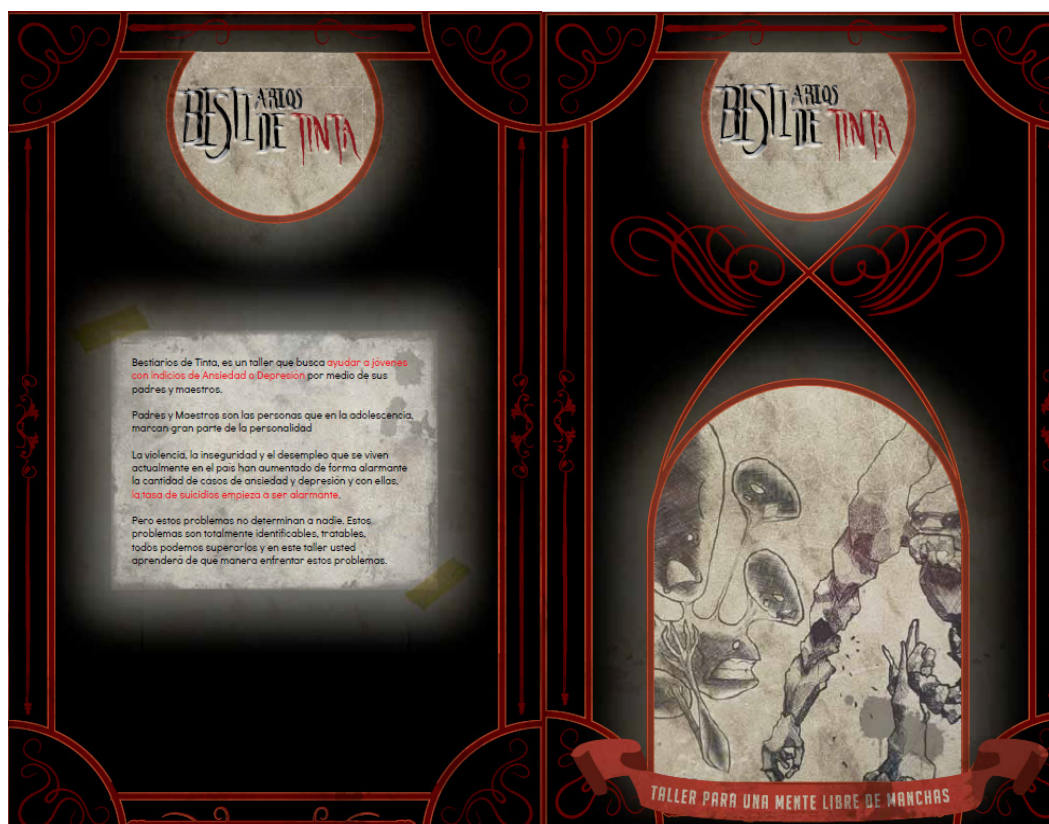


Figura 47

La portada y contraportada tienen 3 elementos principales: **Los bordes rojos**, esto es basado en el estudio de la Universidad de British Columbia del ensayo “Un Psicoanálisis del Diseño” del marco teórico del presente proyecto. **Las ventanas brillantes**, una encerrando el logotipo, otra dando una pequeña reseña del material y otra encerrando las ilustraciones de la portada, donde cada una posee textura de papel con manchas de tinta y se presenta de esta forma porque Bestiarios de Tinta pretende ser un material que ilumine el camino de las personas con Ansiedad o Depresión, la salida es enfrentar los males, como los bestiarios enfrentaban a las fieras en el anfiteatro. **Y el fondo** en negro, que cumple la función de simbolizar la oscuridad de las enfermedades mentales.

El cintillo en la parte inferior de la portada contiene la frase “Taller para una mente libre de manchas” en tipografía BigNoodleTitling, es la única en todo el material debido a que la portada está basada en el movimiento artístico del Art Nouveau, y algunas de las características de las tipografías utilizadas para ello son: Tipografía condensada, de trazos gruesos y en su mayoría letras únicamente mayúsculas.



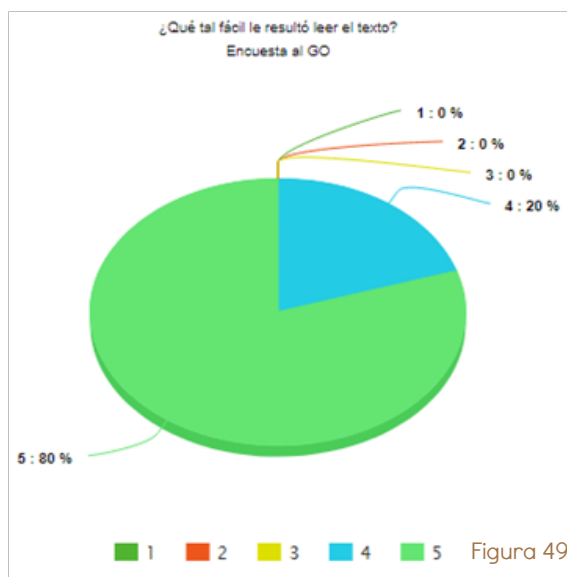
Figura 48

La diagramación consiste en dos columnas por página, las definiciones mayores (Salud mental, trastorno, ansiedad y depresión) ambas columnas se unen para enfatizar la importancia del contenido. Las ilustraciones son accesorias, es decir que se puede disponer de ellas, sin embargo cumplen una función de redundancia (volver a comunicar el mismo contenido para asegurar la máxima retención). Entre ilustración y texto se se para con una doble línea para que ambas columnas se distingan mejor una de otra y evitar ruidos en la transmisión del mensaje. En el extremo superior izquierdo de las páginas izquierdas se encuentran las iniciales del nombre del proyecto (BT) sobre una mancha de tinta para aumentar la memorabilidad del logotipo, en la parte superior derecha de las páginas de la derecha, se encuentra el nombre de la sección que se está leyendo.

Las páginas no necesitan de ser foliadas debido a que en los talleres el contenido de la guía se impartirá en el orden que indica la guía, de forma gradual y sin saltarse ninguna parte.

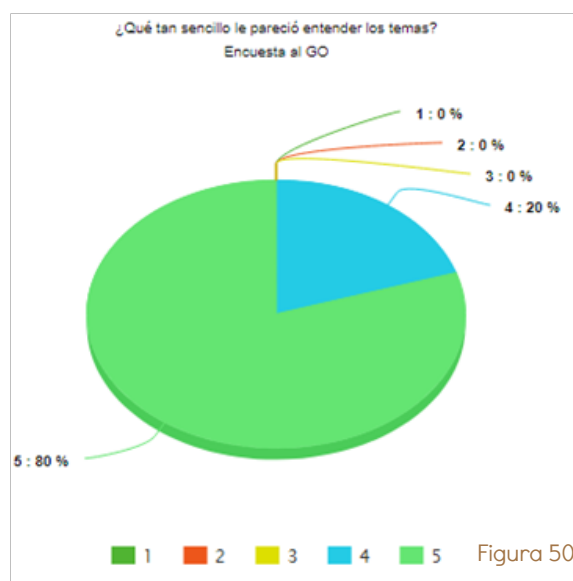
## Validación de Guía Práctica

Como parte de la validación de este material, se realizó una encuesta (Instrumento de Validación Nivel 2 (Grupo Objetivo) en la sección de anexos), y los resultados fueron satisfactorios, siendo el material, en promedio, un 90% eficiente.



Un 80% del Grupo Objetivo encuestado calificó la facilidad de lectura en 5 (100% legible) y el 20% restante lo consideró como un 4 (80% legible) con lo que en promedio, la legibilidad es de un 90% lo que representa una mayoría estadística significativa.

El lenguaje y el tono del material fueron de igual forma recibidos por el Grupo Objetivo siendo visto por el 80% un 5 (100% comprensible) y por el 20% un 4 (80% comprensible) siendo de nuevo un promedio de 90% comprensible.



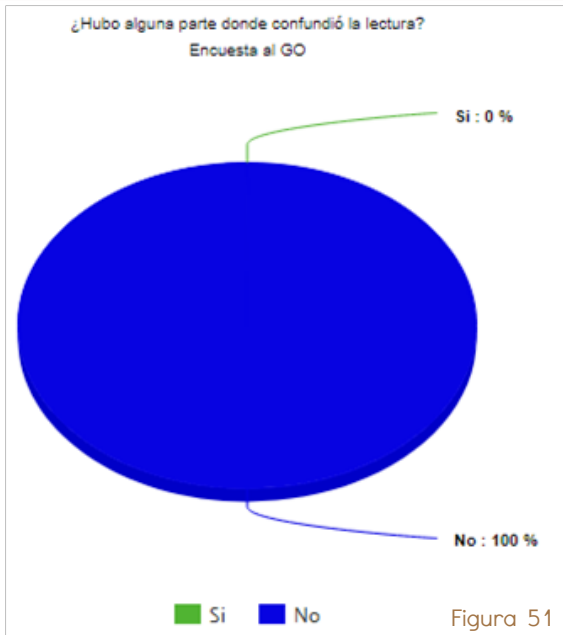


Figura 51

La forma en la que los textos fueron distribuidos (la diagramación) fue un 100% clara para el grupo objetivo, puesto que en ningún momento presentaron una confusión en la lectura.

El recorrido visual (diagramación) fue un 100% fácil de entender por un 80% de los encuestados, mientras que para el restante 20% resultó ser un 80% comprensible, siendo un 90% eficiente la distribución de los párrafos para el recorrido visual.

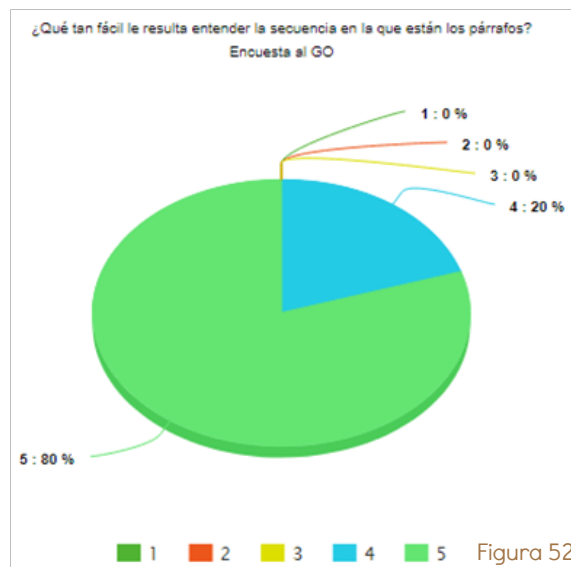
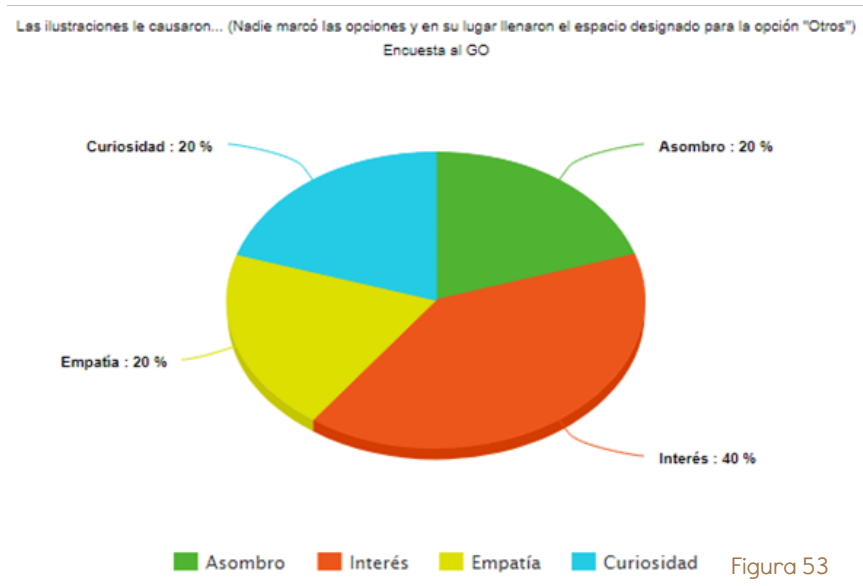
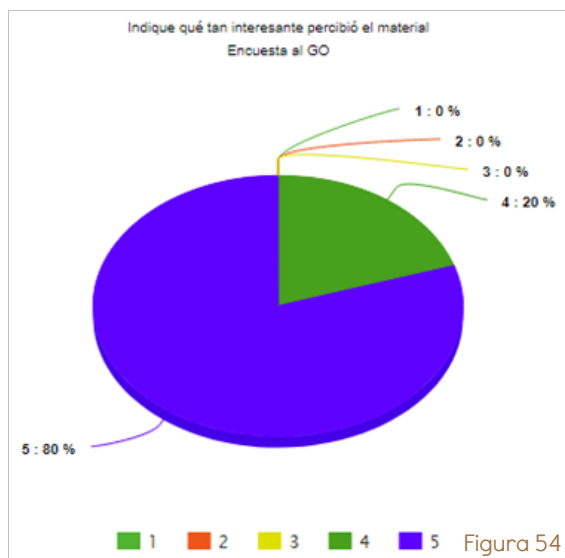


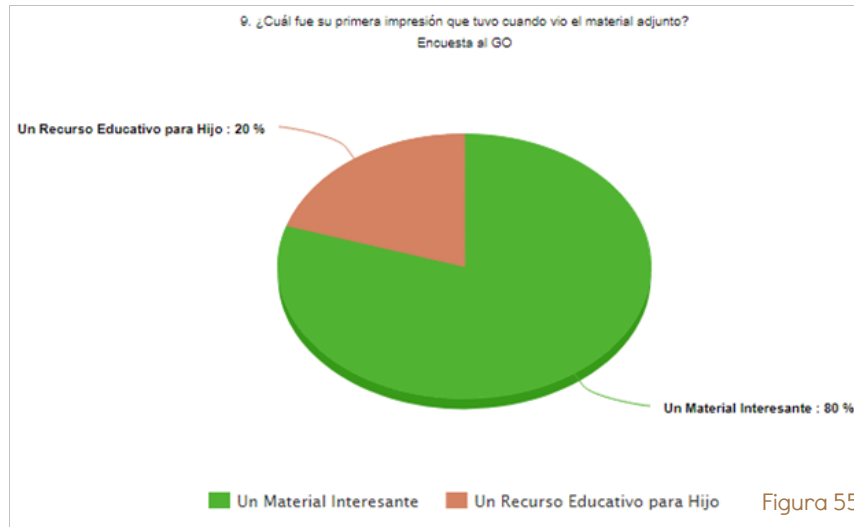
Figura 52



En la presente gráfica se le presentó al grupo objetivo las opciones de Miedo, Rechazo, Ira, Tristeza y Otros. El todos los encuestados marcaron "Otros" y explicaron su opinión acerca del material que se les presentó. Siendo la opinión más frecuente (un 40%) que el material les pareció interesante, seguida de impresiones como asombro y curiosidad y la opinión de que el material cambiaba su perspectiva acerca de los temas expuestos asegurando que las ilustraciones les hacían tener cierta impresión de lo que se sentía cierto padecimiento.

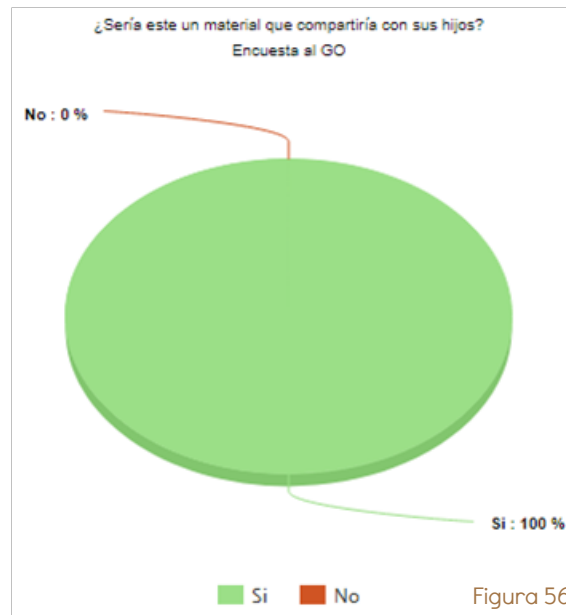


Se ve que el promedio del nivel de interés que provocó el material en el grupo encuestado se encuentra en 90%. Observando que el 80% consideró el material un 100% interesante, y un 20% lo consideró 80% interesante.



La pregunta nueve se lanzó como una pregunta de respuesta abierta, en donde los encuestados manifestaron en un 80% que el material los invitaba a seguir leyendo, y el otro 20% expresó que su primera impresión fue de un material para su hijo.

Un 100% de los encuestados compartiría este material con sus hijos. Esto indica que tras leer el material, los encuestados estarían de acuerdo con la distribución del material entre sus hijos para que se enteren acerca del contenido expuesto, abarcando un rango de edades mayor al esperado.





De nuevo, un 100% de los encuestados coincidió en recomendar el material, en este caso a familiares y vecinos, donde algunos de los comentarios rondaron en opiniones similares. Una de ellas fue “Contiene muy buena información, así que si una persona leyera el documento, ya estaría informado acerca de los Trastornos, pudiendo apoyar a quién presentara los síntomas.”



## Videos Testimoniales Finales

Se contempló la realización de tres vídeos de complejidad media (edición de tomas en movimiento). Esto es porque el objetivo central de los testimoniales de este proyecto es crear empatía, un lazo entre el entrevistado y quién vea el material por medio de un testimonio de dificultades y penas, pero también de valor y convicciones.



Las transiciones son simples, una transición de entrada con el título, la persona habla de su experiencia y antes de cada tema a tratar, aparece la pregunta que el entrevistado está por responder.

Figura 58

Enlace al Vídeo:

<https://drive.google.com/open?id=0B8CkitmOUWPaSC1WRFhPM0tHQW8>

A continuación, las transiciones entre respuesta y respuesta en los vídeos testimoniales.



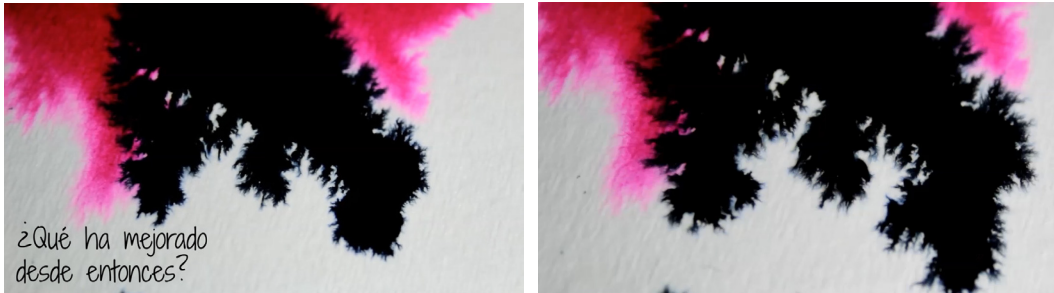


Figura 59

Entre respuesta y respuesta que el entrevistado responde, hay una pantalla de transición, donde se muestra la pregunta a responder. En esta pantalla de transición se muestra una mancha de tinta negra expandiéndose a lo largo de la mitad derecha. A cada pregunta que se va haciendo, la mancha se expande más y más. Esta es una metáfora de la sensación que experimenta una persona con Ansiedad o Depresión, al perder control de sí mismos. La mancha de la Ansiedad y la Depresión se expande y consume poco a poco el rojo de la pasión por vivir, experimentar y disfrutar.

Como se puede apreciar, la mancha negra empieza siendo redonda y pequeña, pero conforme va creciendo, va tomando formas agresivas, invasivas y atemorizantes. Estas son sensaciones muy frecuentes en pacientes con trastornos de Ansiedad y Depresión.

A continuación, las animaciones de texto de las preguntas en los vídeos testimoniales.

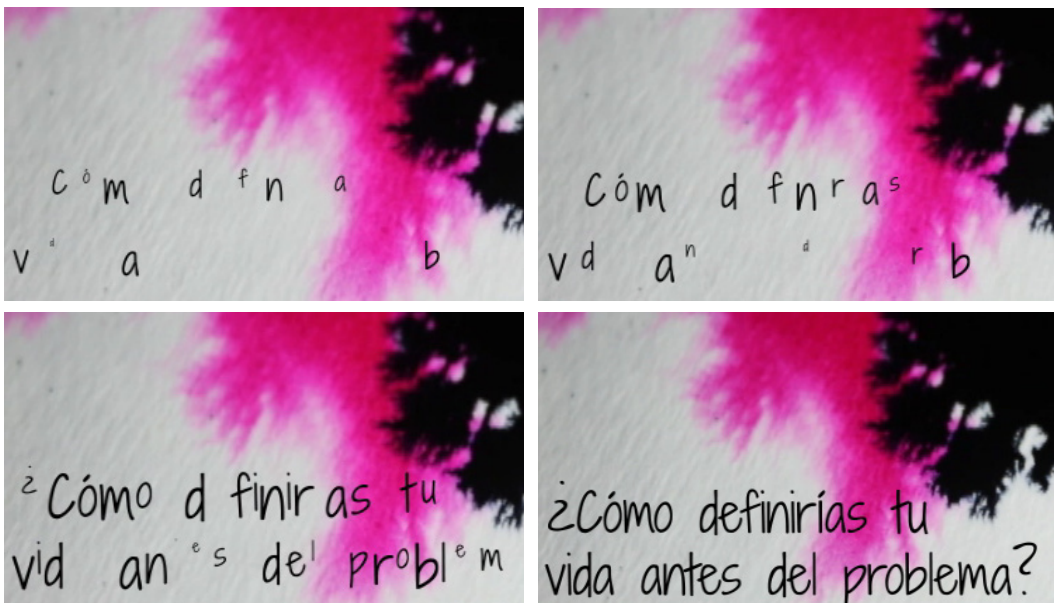


Figura 60

Los textos de cada pregunta a responder están animados caracter por caracter. Cada letra cambia de escala, con un eje central en su parte superior y baja hasta tomar su escala normal junto con las demás letras y caracteres que forman, al final, la pregunta que se le formuló al entrevistado.



Tanto el testimonio de Evelyn como el de Diego, fueron filmados en un mismo estudio, debido a que ambos proporcionan una perspectiva interna de lo que se siente vivir, sufrir, iniciar un tratamiento y superar algún trastorno.



Figura 6 1

El testimonio de Valeria fue grabado en una localización diferente debido a que su experiencia es una perspectiva exterior del daño colateral que puede causar una de estas enfermedades. Valeria perdió a un amigo que decidió quitarse la vida dos semanas antes de haber grabado este testimonial.

Los testimonios de Evelyn y Diego siguen el mismo formato de cuestionario. No se siguió al pie de la letra, porque se deseaba que cada testimonio se diera de la forma más natural posible y así conseguir las expresiones más honestas de las personas.

El formato fue el siguiente:

### Presentación:

- Nombre y Ocupación(es)
- ¿Cuál es el problema con el que estás lidiando o lidiaste?

### Contexto:

- ¿Cómo te diste cuenta de tu problema? (Síntomas)
- ¿Cómo definirías tu vida antes que te dieran un diagnóstico?
- ¿Cómo te sentiste cuando te dijeron en qué consistía?
- ¿Cómo reaccionaron las personas a quienes les comentaste lo que te pasaba?
- ¿De qué forma te afectó ese problema?

### Solución:

- ¿Qué acciones realizaste para superar este problema?
- ¿Por qué optaste por esas acciones?
- ¿Qué ha mejorado desde que iniciaste el proceso de recuperación?
- ¿Cuáles son las principales diferencias entre la vida que tenías y la vida que llevas a hora?

### Cierre:

- ¿Qué te dirías a ti mismo/misma si pudieras regresar al momento en el que empezaste a tener problemas con tu diagnóstico?
- ¿Qué le dirías a las personas que sufren de alguna enfermedad similar a la tuya?
- ¿Qué le dirías a las personas que no sufren de enfermedades como estas?



## Proyecto de graduación 2017

Por otra parte el testimonio de **Valeria** sigue un formato diferente, para exponer de mejor forma la experiencia que ella comparta, con ello brindarle a la audiencia una perspectiva diferente de las consecuencias más graves a las que pueden llegar la Ansiedad y la Depresión, y hacerles comprender que no se trata de una estadística o cobardía, se trata de amigos, hermanos, familiares, hijos o padres que necesitan ayuda y apoyo.

El formato que se utilizó en el testimonial de Valeria fue el siguiente:

**Presentación:**

– Nombre y Ocupación(es)

**Contexto:**

– ¿Cuál fue la noticia que recibiste?

– ¿Cómo te relacionabas con esta persona?

**Insight:**

– ¿Qué pensaste cuando supiste que desapareció?

– ¿Cuál fue tu reacción al saber lo que ocurrió realmente?

**Cierre:**

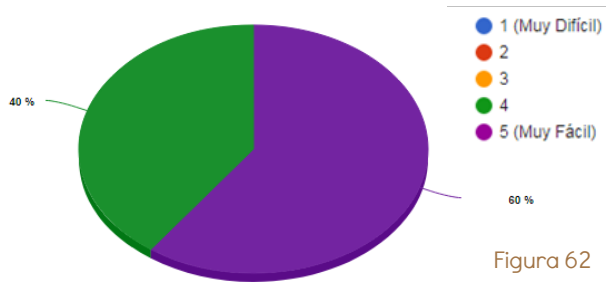
– Lo consideraste un amigo ¿Cómo era él para ti?

– Estadística de suicidios en Guatemala

– Mensaje de conciencia “Una estadística no es nada, comparado con una vida”

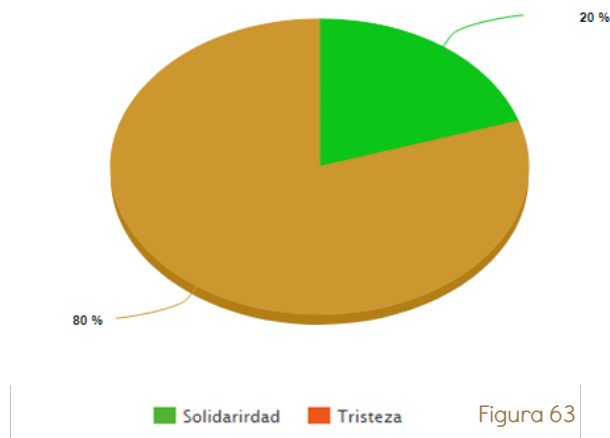
## Validación de Testimonial Valeria

Como parte de la validación de este material, se realizó una encuesta (Instrumento de Validación Nivel 2 Testimonial (Grupo Objetivo) en la sección de anexos), y los resultados fueron satisfactorios, siendo el material, en promedio, un 88% eficiente.



Según un 60% de los encuestados, hubo un 100% de claridad en todos los titulares antes de cada respuesta, mientras que el otro 40% concordó que había sido un 80% clara la lectura. Lo que sugiere que este material tiene un 95% de legibilidad. Un resultado satisfactorio.

El material pretendía generar empatía del grupo objetivo a la persona del testimonial, para así aumentar el nivel de receptividad a los temas que el proyecto expone. Con lo que las dos respuestas que dio el grupo objetivo, Tristeza y Solidaridad, son totalmente aceptables.



Algunas de las explicaciones que dieron los encuestados a la impresión que les causó el material fueron:

Mueve a ser solidario
Saber que desapareció un familiar puede deprimir y entristece a cualquiera.
No sabemos a ciencia cierta como se encuentra una persona de sus emociones. Las manifestaciones externas no siempre es verdad.
Porque aparentaba estar bien, pero en realidad no lo estaba, y no contar sus problemas y no buscar ayuda lo llevó a eso.
Perder un amigo es terrible

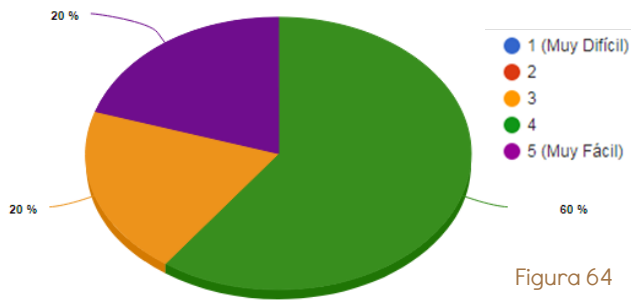


Figura 64

Según un 60% de los encuestados, hubo un 80% de claridad en el audio de cada respuesta, el 20% concordó que el audio había sido un 100% claro y el 20% restante que indicó que el audio tenía un 60% claridad, indicando que la única respuesta en la que tuvo dificultad al escuchar fue en la pregunta 2. Esto sugiere que este material tiene un audio 80% claro. Un resultado muy aceptable. Se corregirá el audio de la pregunta 2 para que ninguna pieza de información se pierda.

### Validación de Testimonial Diego

Según un 60% de los encuestados, hubo un 80% de claridad en todos los titulares antes de cada respuesta, mientras que el otro 40% concordó que había sido un 100% clara la lectura. Lo que sugiere que este material tiene un 88% de legibilidad. Un resultado satisfactorio.

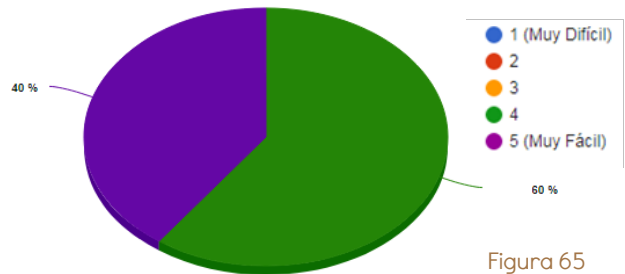


Figura 65

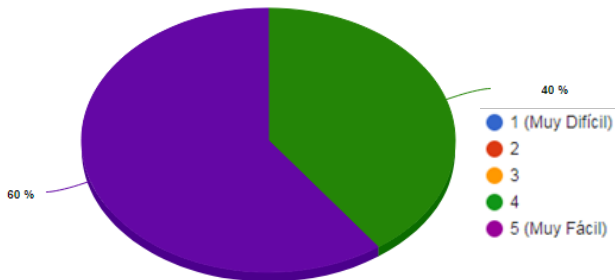


Figura 66

En este material un 60% de los encuestados dijo que el audio del material fue un 100% claro, mientras que el 40% restante dijo que había habido un 80% de claridad. Esto indica que en el material tiene un promedio de 92% de claridad de audio al ser escuchado.

Algunas de las explicaciones que dieron los encuestados a lo que opinan de lo que vieron en el material.

Lo hace pensar a uno y a prevenir estas situaciones.

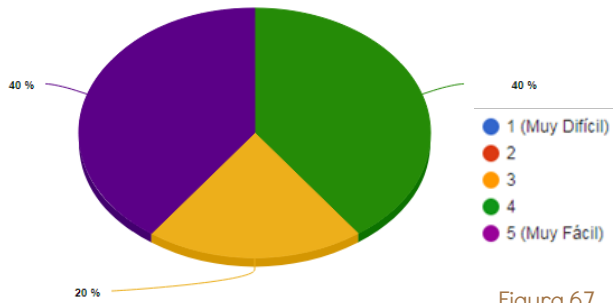
Que es muy bueno hablar de sus problemas para que así otras personas puedan reaccionar de su situación.

Es una realidad que muchos vivimos y que pocos lo comprenden. En mi caso en particular pienso que si se lo llego a comentar a mi jefe lo primero que haria seria despedirme o causarle gracias.

Es un problema que puede estar presente en alguno de nosotros, pero no tenemos que quedárnoslo, hay que buscar ayuda profesional.

Que a pesar de las dificultades debemos salir adelante con la ayuda que se nos brinde.

### Validación de Testimonial Evelyn



Según un 40% de los encuestados, hubo un 100% de claridad en todos los titulares antes de cada respuesta, otro 40% dijo que había sido un 80% clara la lectura y el último 20% que había sido un 60% de claridad al leer. Esto sugiere que este material tiene un 84% de legibilidad. Un resultado satisfactorio.

Figura 67

Respuestas más frecuentes acerca de lo que el Grupo Objetivo sintió tras haber visto este material

Optimismo
Interesado
Tristeza
Reflexión.
Sensibilidad

Las respuestas como Tristeza, Reflexión y Sensibilidad, son reacciones de empatía, como bien se planteó al inicio del proyecto, el objetivo general es crear conciencia, donde la tristeza es un gesto de empatía así como la Sensibilidad. Por otra parte la Reflexión es un proceso cognitivo de contraste entre un concepto y una realidad. Y el optimismo, es uno de los mensajes que junto a Evelyn Canis se propuso en este testimonial, el cual, para ser más específicos fue “Yo ya no lo sufro, así que ayudaré a los que aún no lo superan”.

El mensaje fue captado en aproximadamente un 80% de la audiencia, mientras que el 20% restante desarrolló interés, que es una reacción positiva ante estos temas.

Según un 60% de los encuestados, hubo un 80% de claridad en todos los titulares antes de cada respuesta, mientras que el otro 40% concordó que había sido un 100% clara la lectura. Lo que sugiere que este material tiene un 88% de legibilidad. Un resultado satisfactorio.

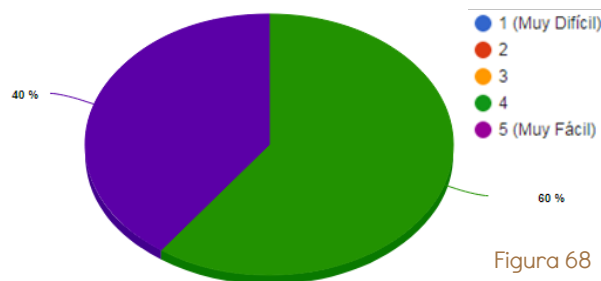


Figura 68

Algunas de las explicaciones que dieron los encuestados a lo que opinan de lo que vieron en el material.

Que muchos tenemos ansiedad y no nos damos cuenta hasta que alguien comenta algunos síntomas y piensas oye a mí me pasa eso.
Repito, solo quienes padecemos de eso, sabemos lo difícil que es el día a día.
Que hay que apoyar a las personas que están pasando por esto, pero sin exagerar las cosas, ya que es algo difícil para quien lo está viviendo, pero no es nada que no se pueda superar.
Que todos tenemos la oportunidad de afrontar nuestros defectos y atacarlos.

## Materiales de Apoyo



Figura 69

Directorio de apoyo que recibirán los participantes de los talleres, el cual contiene información de entidades que brindan atención psicológica gratis o a precios simbólicos.

Bajo la premisa que un directorio es una guía, este material se diseñó con la idea de un mapa, una guía que indica cómo llegar a algún lugar, en este caso, cómo llegar a lugares que brindan ayuda profesional.

Diseñadas de forma sencilla. Las hojas de usos múltiples están diseñadas para ser utilizadas para hacer apuntes, llenar listas, y cualquier otra actividad que se requiera en los talleres de concientización de Bestiarios de Tinta.



Figura 70





Figura 71

Como parte de encuestas realizadas al grupo objetivo, se determinó que todos utilizan internet y facebook. Por lo que en conjunto con Club Juvenil Jaguar se desarrolló una invitación con la que, únicamente Club Jaguar, puede invitar a maestros y padres que estén interesados en el espacio.

## Lineamientos para puesta en práctica

### Videos Testimoniales

- 👑 Todo el material es exclusivamente para uso de los Talleres de Bestiarios de Tinta que se llevarán a cabo en Club Juvenil Jaguar, específicamente por el facilitador de los talleres quién debe tener estudios profesionales en psicología y/o psiquiatría, a manera de apoyo del contenido a impartirse en las distintas actividades del taller.
- 👑 Para reproducir el video únicamente se requiere un televisor o una cañonera. El dispositivo debe estar en buen estado y contar con salida de audio de buena calidad.
- 👑 El material proporcionado debe ser tomado como una introducción a los temas y no posee información profunda como detalles de diagnóstico, por ende deben hacerse aclaraciones previas a cada taller indicando el propósito de los materiales.

# Presupuesto

## Presupuesto No. 1

Costos de Producción			
Producto o Servicio	Descripción	Costo	
Investigación	Protocolo/Perfiles de Investigación	Recopilación, documentación y análisis de información, definición del problema de diseño, establecer objetivos.	Q 5000.00
	Marco Teórico	Recopilación, documentación y análisis de los temas que se desarrollaron durante el proyecto.	Q 4500.00
Definición Creativa	Planeación estratégica		Q 500.00
	Insights y concepto creativo		Q 6000.00
	Diseño de Identidad Gráfica		Q 2000.00
Pre Producción	Guión de Entrevistas		Q 600.00
	Grabación (Q380 p/min    20min en total)		Q 7600.00
Producción	<b>Animación</b>		
	Animación de Textos 2D/motion graphics		Q 5000.00
	<b>Filmación</b>		
	Director (por proyecto)		Q 7500.00
	Productor (por proyecto)		Q 5000.00
	Director de Fotografía (por día)		Q 1000.00
	Camarógrafo (por día)		Q 800.00
	Técnico de Iluminación (por día)		Q 100.00
Post Producción	Edición/montaje		Q 2000.00
<b>Costo Total Producción</b>			<b>Q 47600</b>

Estudio de Mercado	
Producto o Servicio	Costo
Estudio de Mercado/Encuesta 34 personas	Q 450.00
Entrevistas Personales / 7 personas	Q 300.00
<b>Costo Total Estudio de Mercado</b>	<b>Q 750.00</b>

<b>Gastos Varios</b>	
<b>Producto o Servicio</b>	<b>Costo</b>
Cámara Full HD (Cannon T3    1 día)	Q 450.00
2 Luces laterales	Q 300.00
Locación de Grabación (2 personas)	Q 20.00
Viáticos	Q 100.00
Transporte (Visitas, gasolina, pasaje)	Q 175.00
Logística (Teléfono, internet)	Q 840.00
<b>Costo Total Estudio de Mercado</b>	<b>Q 1,885.00</b>

<b>Costo Total de Bestiarios de Tinta</b>	
<b>Sub-Total</b>	<b>Costo</b>
Costos de Producción	Q 47600.00
Estudio de Mercado	Q 750.00
Gastos Varios	Q 1885.00
<b>Costo Total Estudio de Mercado</b>	<b>Q 50,235.00</b>

Tabla 3

Presupuesto No. 2: (Estudio de Diseño)

Costos De Producción		
Servicio	Descripción	Costo
Investigación	Protocolo	Investigación y análisis de información de antecedentes y soluciones Q 5000.00
	Marco Teórico	Investigación y análisis de teoría implicada en el proyecto Q 4500.00
Definición Creativa	Planeación Estratégica	Q 500.00
	Insight y Concepto	Q 3000.00
	Diseño de Identidad	Q 3000.00
Pre Producción	Guión de Entrevista	Q 500.00
	Grabación (Q400 p/min    20min total)	Q 8000.00
Producción	Animación	
	Animación de Textos 2D	Q 4000.00
	Filmación (Por Proyecto)	
	Director	Q 7000.00
	Productor	Q 5000.00
	Camarógrafo	Q 1000.00
	Iluminación	Q 200.00
Post Producción	Edición	Q 2500.00
Costo Total Producción		Q 44 200

Estudio de Mercado	
Servicio	Costo
Estudio de Mercado (30 personas)	Q 600.00
Entrevistas	Q 250.00
Costo Total Estudio de Mercado	Q 850

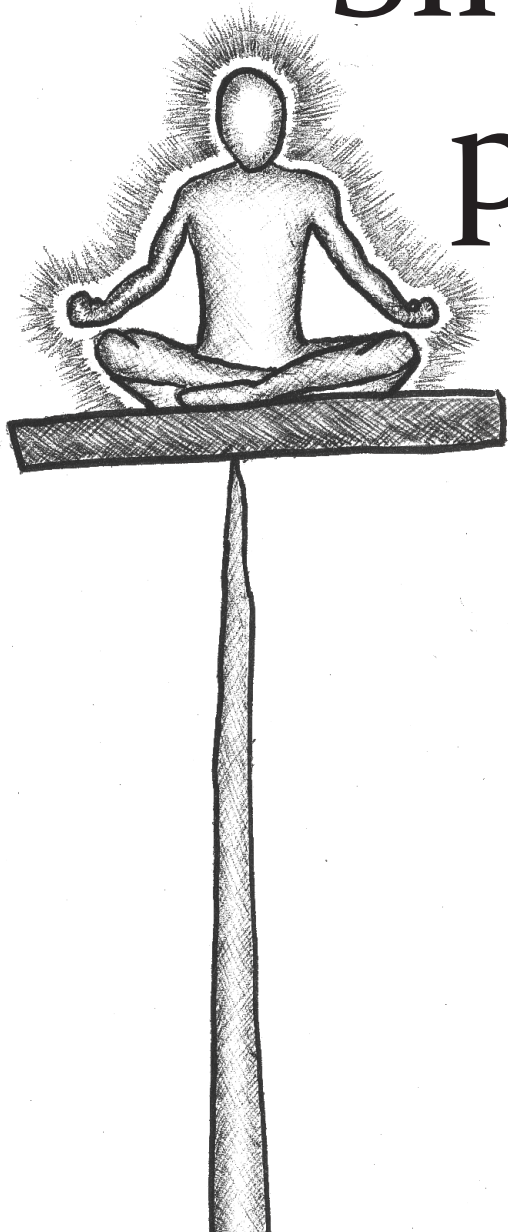
Gastos Varios	
Servicio	Costo
Cámara Full HD (Cannon T3    1 día)	Q 450.00
2 Luces Laterales	Q 300.00
Locación de Grabación	Q 20.00
Viáticos	Q 100.00
Transporte (Visitas, Gasolina, Pasaje)	Q 175.00
Logística	Q 840.00
Costo Gastos Varios	Q 1885.00

Costo Total de Bestiarios de Tinta	
Sub Total	Costo
Costos de Producción	Q 44200.00
Estudio de Mercado	Q 850.00
Gastos Varios	Q 1885.00
<b>COSTO TOTAL</b>	<b>Q 46,935.00</b>

Tabla 4








# Síntesis del proceso



### Lecciones Aprendidas






- Según los estudios que se hicieron al inicio del proyecto, una de las barreras educativas más difíciles de romper es la del miedo al conocimiento, en especial en temas de psicología y psiquiatría. Según esas experiencias, la rama social del diseño gráfico, como un medio principal para el cambio social positivo en temas que suelen ser tabú o en tópicos con estereotipos muy arraigados, posee una gran oportunidad en el desarrollo cognitivo-conductual de una sociedad caracterizada por su baja autoestima.
- Hay un elemento mucho más fuerte que la lectura y la comprensión abstracta, y es la experiencia. Al inicio del proyecto, se consultaron libros, profesionales y proyectos anteriores relacionados con los temas. Sin embargo, en medio de la ejecución se tuvo contacto cercano con personas que sufrían de estos trastornos y otras personas que habían visto a otros padecerlos. Madres, amigos, hermanos y demás cercanos contando como cada enfermedad había afectado de forma parcial o permanente a una persona y el nivel de impacto que tuvo no solo en una persona, sino en familias enteras era sorprendente, lo cual le dio un nuevo nivel de Insight al proyecto. Las experiencias alimentaron la pasión por este proyecto.
- En este proyecto, de forma espontánea, surgió una forma más eficiente de llegar a un punto medio entre el gusto del diseñador y su grupo objetivo. Como dicho en el punto anterior, el vivir la experiencia a través de otros, llenó de inspiración a los involucrados; ese lazo de empatía que se formó, facilitó el proceso de producción de las piezas, puesto que no solo se adaptó el material al entorno de la audiencia, sino también, a través de la empatía, se podría decir que el diseñador que vivió lo que diseñaba. Gracias a esto, se obtuvieron respuestas más rápidas y más precisas que las del diseñador que solo estudia a su audiencia tras un monitor.

## Conclusiones

-  Gracias a la contribución de Luz Marina Reyes en conjunto con las experiencias brindadas por personas que han vivido ansiedad y depresión, se llegó al desarrollo de un material con un radio de efectividad muy alto, que promete no solo la sensibilización del grupo objetivo, sino de una conciencia activa que contribuirá al aumento del rendimiento de los estudiantes de la zona 7 con indicios de depresión y/o ansiedad.
-  Los medios de difusión sugeridos, como lo son un post de facebook, invitaciones digitales personales y un taller semanal, son medios que según los estudios realizados tendrán gran impacto, asegurando un interés por un grupo objetivo consciente e interesado en lo que Bestiarios de Tinta tiene para comunicar.
-  La información que se presenta en los talleres fue revisada por una psicóloga profesional, activa y colegiada. Esto asegura que la información es precisa, concisa y verídica. Lo que hace del material del presente proyecto, una herramienta sumamente útil de introducción a temas más complejos que requerirán un seguimiento profundo si se llegaran a dar casos de ansiedad o depresión.
-  Tras haber puesto a prueba el material presentado, las personas expuestas a la herramienta identificaron las herramientas que se les pretendía brindar, mostrando un genuino interés por conocer los temas a profundidad, e incluso en su gran mayoría aseguraron que recomendarían el material a sus hijos, vecinos y cercanos.
-  Se produjeron materiales editoriales, multimedia, y miscelánea como invitaciones digitales y directorios de ayuda psicológica con un 90% de eficiencia comunicacional a nivel teórico y a nivel gráfico, el cual fue medido en pruebas con el grupo objetivo (padres y maestros) y aprobado por la institución Club Juvenil Jaguar, con el apoyo de la facultad de arquitectura y profesionales en temas de salud mental.



### Recomendaciones

-  Si la filmación de un vídeo, en esta caso testimoniales, requiere de la participación de personas con otras responsabilidades (trabajo, hijos, estudios, etc) es recomendable mantener una comunicación abierta y constante. Es posible que si la comunicación con un entrevistado se corta por mucho tiempo, la relación se enfríe (en especial si es alguien de quién no se tenía conocimiento previo) y el interés por participar en el proyecto se reduzca. Hay que procurar mantener motivadas e interesadas a las personas que participarán en el proyecto.
-  Es imperativo tener planes de contingencia con entrevistados. Hay que recordar que incluso los amigos más cercanos tienen responsabilidades y emergencias que cubrir y un proyecto tiene un tiempo limitado para su ejecución. Por ello, si se requieren de determinado número de entrevistas grabadas, tener de antemano, a más personas dispuestas a contribuir con el material.
-  La comunicación constante con los involucrados no es solo para mantenerlos interesados, sino también para facilitar repeticiones o correcciones de ser necesario.
-  Se recomienda mantener una unidad en el equipo y el software a utilizar para evitar diferencias en formatos. Por ejemplo, si se graba en un estudio con una cámara, procurar en la medida de lo posible, utilizar el mismo equipo en grabaciones posteriores. De igual forma con el software. Los programas de diseño tienden a tener distintas configuraciones de computadora a computadora. Si no es posible trabajar todo el proyecto en un mismo lugar, procurar tener siempre en mente las configuraciones esenciales a mano para no tener dificultades posteriores.
-  En el caso de los vídeos testimoniales y las entrevistas con motivos de estudio de mercado, se recomienda primero tener a la persona en un estado de ánimo determinado, es decir, si se pretende que una persona de una opinión emocional para una filmación, elementos como la música pueden ser muy útiles para tener en la persona el estado de ánimo más adecuado. Moderar el propio tono de voz para que una pregunta suene de la forma en la que se desea que sea respondida o que sepa que su opinión acerca de un material profesional no tocará susceptibilidades. Básicamente hacer que la persona se sienta cómoda en todo momento, para obtener la mayor honestidad posible.

# Referencias



### Bibliografía

Alda, J., Gabaldón, S. (2006). Urgencias psiquiátricas en el niño y el adolescente. Elsevier Masson.

American Psychiatry Association. (2014). DSM-V Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales 5ta edición. Washington: APA.

Bozal, V. (2000). Historia de las ideas estéticas y de las teorías artísticas contemporáneas (Vol. 1). Madrid: Visor.

Bryant, M. (2006). World War I in Cartoons. Londres: Brub Street Pub.

Buschiazzo, M. (1965). Art Nouveau en Buenos Aires 1ra edición. Buenos Aires: Academia Nacional de Bellas Artes.

Frascara, J. (2000). Diseño Gráfico para la gente. Buenos Aires: Infinito.

García, C. (1994). Actividades de E.P.S. En los Hogares Comunitarios de Cuidado Diario de la Colonia "El Milagro". (Pregrado) Universidad San Carlos de Guatemala, Guatemala.

Kolber, J. (Dirección). (2011). Brain Games [Película].

Kramer, P. (2006). Contra la Depresión. Barcelona: Seix Barral.

Sudupe, J., Taboada, O., Castro, C. & Vázquez, C. (2006). Guías Clínicas. Coruña, España. SERGAS-A.

Testigos de Jehová (2017). Adolescentes con depresión, causas y ayudas. ¡Despertad!, Vol #1, pag. 3 a la 6.

Thorpe, J. (2010). English Masters of Black and White. Estados Unidos: Kessinger Publishing.

Yela, S. (1999). "Efectividad de la Terapia de Juego no Directiva en el Niño con Trastornos de Ansiedad Generalizada" Estudio de Casos. (Pregrado) Universidad San Carlos de Guatemala, Guatemala.

### Informes

Departamento de Epidemiología (SIGSA). (2016). Trastornos mentales y del comportamiento Guatemala, Enero a Septiembre 2016. Por Mercedes Ruiz. Recuperado de: <http://epidemiologia.mspas.gob.gt/files/Publicaciones%202016/Salas%20Situacionales/Salud%20Mental%20ene%20Septiembre%202016%20rev.pdf>

InfoCiudad |Municipalidad de Guatemala. (2009). Información base del Departamento y Ciudad de Guatemala. Por Frank Carrascoza y Álvaro Véliz. Recuperado de: [http://infociudad.muniguatemala.com/Site/15\\_\\_Concentracion\\_de\\_Poblacion\\_files/15\\_Concentracion%20de%20poblacion.pdf](http://infociudad.muniguatemala.com/Site/15__Concentracion_de_Poblacion_files/15_Concentracion%20de%20poblacion.pdf)

Instituto Nacional de Estadística (2002). Características de la Población y de los Locales de Habitación Censados. Recuperado de: <https://www.ine.gob.gt/sistema/uploads/2014/02/20/jZqeGe1H9WdUDngYXkWi3GIhUUQCukcg.pdf>

Ministerios de Salud Pública y Asistencia Social. (2015). Análisis de información de Salud Mental Enero a Diciembre, Guatemala 2015. Por Mercedes Ruiz. Recuperado de: <http://epidemiologia.mspas.gob.gt/files/Publicaciones%202016/Salas%20Situacionales/Análisis%20Salud%20Mental%20%202015.pdf>

### Referencias Electrónicas

Aharonov, J. (28 de Noviembre de 2011). PsicoTipo, Psicología de la Tipografía. Recuperado el 29 de Agosto de 2017, de ISSUU: [https://issuu.com/ar0design/docs/psico\\_typo](https://issuu.com/ar0design/docs/psico_typo)

American Academy of Child & Adolescent Psychiatry. (18 de Abril de 2015). American Academy of Child & Adolescent Psychiatry. Recuperado el 27 de Agosto de 2017, de [http://www.aacap.org/AACAP/Families\\_and\\_Youth/Glossary\\_of\\_Symptoms\\_and\\_Illnesses/Anxiety.aspx](http://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Glossary_of_Symptoms_and_Illnesses/Anxiety.aspx)

Cuevas, F. (26 de Junio de 2013). Desansiedad. Recuperado el 27 de Agosto de 2017, de <http://www.desansiedad.com/desansie-que/>

Guía Importancia (2017) Importancia del Diseño Gráfico, Sin Lugar. Recuperado de: <https://www.importancia.org/disenio-grafico.php>

Javier Lainfiesta, [@JavierLsoy502]. 2016 Octubre 10 "El viceministro Adrián Chávez explica las edades en las que hombres y mujeres son más propensas a cometer suicidios." Recuperado de <http://www.soy502.com/articulo/durante-2016-incremento-numero-suicidios-guatemala-68696>

Kralik, J. (7 de Junio de 2011). Stop on Red! The Effects on Color May Lie Deep in Evolution. Recuperado el 29 de Agosto de 2017, de Association for Psychological Science: <https://www.psychologicalscience.org/news/releases/stop-on-red-a-monkey-study-suggests-that-the-effects-of-color-lie-deep-in-evolution.html>

Matute A, García I.(2007) Informe estadístico de la Violencia en Guatemala, Guatemala. Recuperado de: [http://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/national\\_activities/informe\\_estadistico\\_violencia\\_guatemala.pdf](http://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/national_activities/informe_estadistico_violencia_guatemala.pdf)

Organización Mundial de la Salud (Sin Año) OMS|Trastornos mentales en niños y adolescentes. Programas y Proyectos. Sin Lugar: Salud de la madre, el recién nacido, del niño y del adolescente. [http://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/mental\\_health/es/](http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/mental_health/es/)

Organización Mundial de la Salud (Sin Año) OMS|Depresión. Temas de Salud. Sin Lugar: Depresión <http://www.who.int/topics/depression/es/>

OPS/OMSGuatemala (9 Oct 2012). Día Mundial de la Salud Mental: La depresión, una crisis global. Guatemala: OPS/OMS Guatemala. [http://www.paho.org/gut/index.php?option=com\\_content&view=article&id=610:a-mundial-de-la-salud-mental:-la-depresin,-una-crisis-global&Itemid=405](http://www.paho.org/gut/index.php?option=com_content&view=article&id=610:a-mundial-de-la-salud-mental:-la-depresin,-una-crisis-global&Itemid=405)

## Referencias

Soy502. (Oct. 10, 2016). Noticias. Guatemala: Depresión y Ansiedad: las enfermedades mentales más comunes en el país. <http://www.soy502.com/articulo/depresion-ansiedad-enfermedades-mentales-mas-comunes-pais-68696>

Universidad de Palermo. (2008) Diseño Gráfico, expresión, experiencias y compromiso, Argentina. Recuperado de: [http://fido.palermo.edu/servicios\\_dyc/publicacionesdc/vista/detalle\\_articulo.php?id\\_libro=379&id\\_articulo=8258](http://fido.palermo.edu/servicios_dyc/publicacionesdc/vista/detalle_articulo.php?id_libro=379&id_articulo=8258)

University of British Columbia. (5 de Febrero de 2009). Colour Boosts Brain Performance and Receptivity to Advertising, Depending on Task: UBC Study. Recuperado el 29 de Agosto de 2017, de <https://news.ubc.ca/2009/02/05/archive-media-releases-2009-mr-09-018/>

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: (Informes)Departamento de Epidemiología (2016) pág. 3

Figura 2: [https://scontent.fgua3-2.fna.fbcdn.net/v/t1.0-9/14606315\\_1777384689202782\\_2450010550051768391\\_n.jpg?oh=6cc70bb71102bf41cb64db4f0dfc4664&oe=5B236F45](https://scontent.fgua3-2.fna.fbcdn.net/v/t1.0-9/14606315_1777384689202782_2450010550051768391_n.jpg?oh=6cc70bb71102bf41cb64db4f0dfc4664&oe=5B236F45)

Figura 3: [https://scontent.fgua3-2.fna.fbcdn.net/v/t1.0-9/13254246\\_130767859260835\\_2888101407696260723\\_n.jpg?oh=65b134c00f287d0dccb6f3bbe4cefa4da&oe=5B24293D](https://scontent.fgua3-2.fna.fbcdn.net/v/t1.0-9/13254246_130767859260835_2888101407696260723_n.jpg?oh=65b134c00f287d0dccb6f3bbe4cefa4da&oe=5B24293D)

Figura 4: Pablo Grajeda (2017) Fotografía de trifoliar Jaguar

Figura 5: Pablo Grajeda (2017) Fotografía de trifoliar Jaguar (reverso)

Figura 6: (Informes) Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. (2015) pág. 3

Figura 7: (Informes) Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. (2015) pág. 5

Figura 8: (Informes) Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. (2015) pág. 5

Figura 9: <https://s-media-cache-ak0.pinimg.com/originals/02/e9/86/02e9863b99bc862058fb92a183cfde09.jpg>

Figura 10: <http://www.muzcentrum.ru/img/upload/5608.jpg>

Figura 11: <http://www.bpib.com/illustrat/sulliva3.jpg>

Figura 12: [https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQunXKMxCWAYl-1U4Lb9y0cN8QLDTKyPhS8mSXW\\_HXxc5H00YsXiQ](https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQunXKMxCWAYl-1U4Lb9y0cN8QLDTKyPhS8mSXW_HXxc5H00YsXiQ)

Figura 13: <https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTH-6E2cT1gl-LW1MWnKH3oP7UxwuTJsNDPAGkyGY5R3IWBrWVpz1w>

Figura 14: Marshall, Jess (2013). “more mental health drawings” Imagen rescatada de:

[https://farm9.staticflickr.com/8233/8472524125\\_c9f6cb3431\\_b.jpg](https://farm9.staticflickr.com/8233/8472524125_c9f6cb3431_b.jpg)

Figura 15: Marshall, Jess (2013). “more mental health drawings” Imagen rescata-

da de: <http://artparasites.assets.eu-central.s3-eu-central-1.amazonaws.com/app/uploads/2015/12/05010733/jess-marshall.jpg-9.jpg>

Figura 16: Marshall, Jess (2013). “more mental health drawings” Imagen rescatada de:

<http://1.bp.blogspot.com/-q-YLBS2eJul/US11fUqhPI/AAAAAAAAABRo/91kJ9xrNmiw/s1600/ocd3.jpg>

Figura 17: Cuevas, Fabiola (2015). Imagen rescatada de: <http://www.desansiedad.com/wp-content/uploads/2017/03/desansiedad-psicologa-fabiola-cuevas-avatar-500.jpg>

Figura 18: Marshall, Jess (2013). “more mental health drawings” Imagen rescatada de:

[http://2.bp.blogspot.com/-XhFt88KDKMo/US1zlh1TPCI/AAAAAAAAABSU/F\\_sE8v-1N9k/s1600/ocd4.jpg](http://2.bp.blogspot.com/-XhFt88KDKMo/US1zlh1TPCI/AAAAAAAAABSU/F_sE8v-1N9k/s1600/ocd4.jpg)

Referencias Digitales 19: [Grupo] [https://www.google.com.gt/search?dcr=0&biw=1440&bih=809&tbm=isch&sa=1&ei=LMv3WeToEsT\\_0gljnpL4CQ&q=shadow+of+the+colossus&oq=shadow+&gs\\_l=psy-ab.3.0.0i10.1988.5577.0.7001.13.10.3.0.0.0.282.1011.0j5j1.6.0....0...1.1.64.psy-ab..4.9.1025...0i67k1j0i10k1j0i5i10i30k1j0i24k1j0i10i24k1.0.wbaCS463Nmk](https://www.google.com.gt/search?dcr=0&biw=1440&bih=809&tbm=isch&sa=1&ei=LMv3WeToEsT_0gljnpL4CQ&q=shadow+of+the+colossus&oq=shadow+&gs_l=psy-ab.3.0.0i10.1988.5577.0.7001.13.10.3.0.0.0.282.1011.0j5j1.6.0....0...1.1.64.psy-ab..4.9.1025...0i67k1j0i10k1j0i5i10i30k1j0i24k1j0i10i24k1.0.wbaCS463Nmk)

Referencias Digitales 20: [Grupo] [https://www.google.com.gt/search?dcr=0&biw=1440&bih=809&tbm=isch&sa=1&ei=NMv3WZPvFYjQ0gLW2bTgCQ&q=dark+souls+creatures&oq=dark+soul+s+crea&gs\\_l=psy-ab.3.0.0i19k1l2j0i8i30i19k1l8.24816.28023.0.28935.10.10.0.0.0.110.972.7j3.10.0....0...1.1.64.psy-ab..0.10.970...0j0i67k1j0i30k1j0i8i30k1.0.7QGG084xz5k](https://www.google.com.gt/search?dcr=0&biw=1440&bih=809&tbm=isch&sa=1&ei=NMv3WZPvFYjQ0gLW2bTgCQ&q=dark+souls+creatures&oq=dark+soul+s+crea&gs_l=psy-ab.3.0.0i19k1l2j0i8i30i19k1l8.24816.28023.0.28935.10.10.0.0.0.110.972.7j3.10.0....0...1.1.64.psy-ab..0.10.970...0j0i67k1j0i30k1j0i8i30k1.0.7QGG084xz5k)

Referencias Digitales 21: [Grupo] [https://www.google.com.gt/search?dcr=0&biw=1440&bih=809&tbm=isch&sa=1&ei=Usv3WdvEeis0gKX0rXoAg&q=golem&oq=golem&gs\\_l=psy-ab.3..0j0i67k1j0i8.16755.17578.0.17931.5.5.0.0.0.101.468.4j1.5.0....0...1.1.64.psy-ab..0.5.467....0.YXP3\\_T8atPo](https://www.google.com.gt/search?dcr=0&biw=1440&bih=809&tbm=isch&sa=1&ei=Usv3WdvEeis0gKX0rXoAg&q=golem&oq=golem&gs_l=psy-ab.3..0j0i67k1j0i8.16755.17578.0.17931.5.5.0.0.0.101.468.4j1.5.0....0...1.1.64.psy-ab..0.5.467....0.YXP3_T8atPo)

Referencias Digitales 22: [Grupo] [https://www.google.com.gt/search?dcr=0&biw=1440&bih=809&tbm=isch&sa=1&ei=dcv3WfzqAuHn0gK-07\\_YAg&q=creature+mortensen&oq=creature+mortensen&gs\\_l=psy-ab.3...5839.8459.0.8819.10.10.0.0.0.167.1251.3j7.10.0....0...1.1.64.psy-ab..0.5.633...0j0i67k1j0i10k1j0i30k1j0i19k1j0i13i5i30i19k1j0i8i30i19k1j0i8i13i30i19k1j0i8i30k1.0.4S60CDSUEzY](https://www.google.com.gt/search?dcr=0&biw=1440&bih=809&tbm=isch&sa=1&ei=dcv3WfzqAuHn0gK-07_YAg&q=creature+mortensen&oq=creature+mortensen&gs_l=psy-ab.3...5839.8459.0.8819.10.10.0.0.0.167.1251.3j7.10.0....0...1.1.64.psy-ab..0.5.633...0j0i67k1j0i10k1j0i30k1j0i19k1j0i13i5i30i19k1j0i8i30i19k1j0i8i13i30i19k1j0i8i30k1.0.4S60CDSUEzY)

Referencias Digitales 23: [Grupo] [https://www.google.com.gt/search?dcr=0&biw=1440&bih=809&tbm=isch&sa=1&ei=f8v3WZntAova0gLrzKDICA&q=Libro+botanica&oq=Libro+botanica&gs\\_l=psy-ab.3..0l2j0i8i30k1j0i24k1l7.12443.15290.0.15658.16.15.1.0.0.0.142.1444.8j6.14.0....0...1.1.64.psy-ab..1.15.1448...0i67k1.0.LtCKYiAQ6xE](https://www.google.com.gt/search?dcr=0&biw=1440&bih=809&tbm=isch&sa=1&ei=f8v3WZntAova0gLrzKDICA&q=Libro+botanica&oq=Libro+botanica&gs_l=psy-ab.3..0l2j0i8i30k1j0i24k1l7.12443.15290.0.15658.16.15.1.0.0.0.142.1444.8j6.14.0....0...1.1.64.psy-ab..1.15.1448...0i67k1.0.LtCKYiAQ6xE)

Referencias Digitales 24: [Grupo] Serafini L. (1976) Codex Seraphinianus. Abbeville Press, Nueva York.

Referencias Digitales 25: [Grupo] [https://www.google.com.gt/search?q=fantasy+map-&dcr=0&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjqtnR1pnXAhUD5iYKHfIyAPEQ\\_AUICigB&biw=1440&bih=809](https://www.google.com.gt/search?q=fantasy+map-&dcr=0&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjqtnR1pnXAhUD5iYKHfIyAPEQ_AUICigB&biw=1440&bih=809)

Figura 26: Pablo Grajeda (2017) Boceto de Logotipo Nivel 1

Figura 27: Pablo Grajeda (2017) Boceto Ilustraciones Nivel 1

Figura 28: Pablo Grajeda (2017) Boceto Diagramación Nivel 1

Figura 29: Pablo Grajeda (2017) Boceto Logotipo Nivel 2

Figura 30: Pablo Grajeda (2017) Boceto Ilustraciones Nivel 2

Figura 31 Pablo Grajeda (2017) Boceto Diagramación Nivel 2

Figura 32: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Observación de Material Editorial

Figura 33: Pablo Grajeda (2017) Ilustracion Nivel 2 (corrección)

Figura 34: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Opinión acerca del Género de las Ilustraciones

Figura 35: Pablo Grajeda (2017) Guía Testimonial (Guión)

Figura 36: Pablo Grajeda (2017) Estudio de Grabación

Figura 37: Pablo Grajeda (2017) Entrevista a Diego Linares

Figura 38: Pablo Grajeda (2017) Entrevista a Evelyn Canis

Figura 39: Pablo Grajeda (2017) Entrevista a Valeria Arriola

Figura 40: Pablo Grajeda (2017) [Grupo] Grabación de Transiciones

Figura 41: Pablo Grajeda (2017) Elección Tipográfica Nivel 2

Figura 42: Pablo Grajeda (2017) Elección Tipográfica Nivel 3 (final)

Figura 43: Pablo Grajeda (2017) Directorio de Apoyo 1

Figura 44: Pablo Grajeda (2017) Logotipo Nivel 3

Figura 45: Pablo Grajeda (2017) Ilustraciones Nivel 3

Figura 46: Pablo Grajeda (2017) Ilustraciones Nivel 3 (continuación)

Figura 47: Pablo Grajeda (2017) Portada Nivel 3

Figura 48: Pablo Grajeda (2017) [Grupo] Diagramaciones Nivel 3

Figura 49: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 1 de Encuesta a Grupo Objetivo

Figura 50: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 2 de Encuesta a Grupo Objetivo

Figura 51: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 3 de Encuesta a Grupo Objetivo

Figura 52: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 4 de Encuesta a Grupo Objetivo

Figura 53: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 5 de Encuesta a Grupo Objetivo

Figura 54: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 6 de Encuesta a Grupo Objetivo

Figura 55: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 7 de Encuesta a Grupo Objetivo

Figura 56: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 8 de Encuesta a Grupo Objetivo

Figura 57: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 9 de Encuesta a Grupo Objetivo

Figura 58: Pablo Grajeda (2017) [Grupo] Transición al inicio de Testimoniales

Figura 59: Pablo Grajeda (2017) [Grupo] Transiciones entre Respuestas en Testimoniales

Figura 60: Pablo Grajeda (2017) [Grupo] Animación de Textos

Figura 61: Pablo Grajeda (2017) [Grupo] Características distintivas de Testimonios

## Proyecto de graduación 2017

Figura 62: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 1 de Validación a Grupo Objetivo  
Figura 63: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 2 de Validación a Grupo Objetivo  
Figura 64: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 3 de Validación a Grupo Objetivo  
Figura 65: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 4 de Validación a Grupo Objetivo  
Figura 66: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 5 de Validación a Grupo Objetivo  
Figura 67: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 6 de Validación a Grupo Objetivo  
Figura 68: Pablo Grajeda (2017) [Gráfico] Pregunta 7 de Validación a Grupo Objetivo  
Figura 69: Pablo Grajeda (2017) Material de Soporte, Directorio de Apoyo Final  
Figura 70: Pablo Grajeda (2017) Material de Soporte, Hojas Multiusos  
Figura 71: Pablo Grajeda (2017) Material de Soporte, Invitación Digital



## Índice de tablas

- Tabla 1: Pablo Grajeda (2017) Previsión de Recursos y Costos
- Tabla 2: Pablo Grajeda (2017) Cuadro Comparativo (Estrategia de Aplicación)
- Tabla 3: Pablo Grajeda (2017) Costo Total del Proyecto (Presupuesto No. 1)
- Table 4: Pablo Grajeda (2017) Costo Total del Proyecto (Presupuesto No. 2)



# Anexos

## Instrumentos de validación

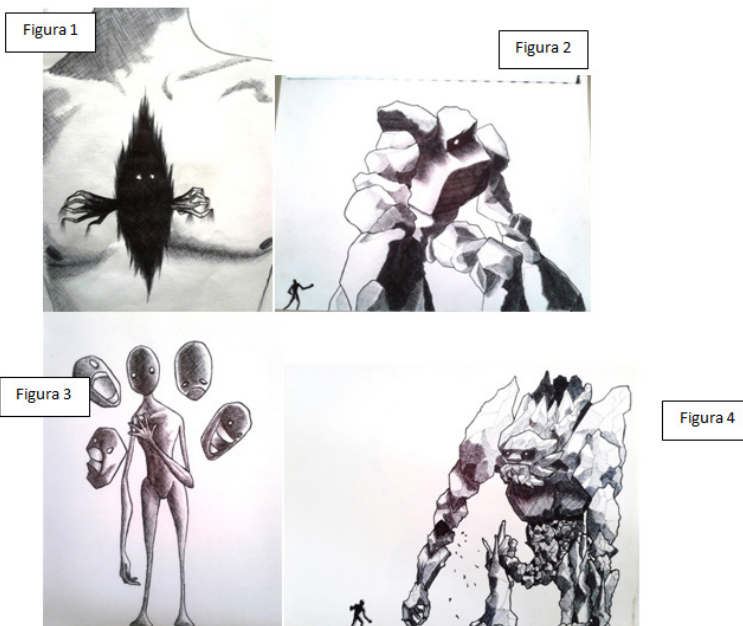
### Instrumento de Validación Nivel 1 (Otros Diseñadores)



Universidad de San Carlos de Guatemala  
 Facultad de Arquitectura  
 Escuela de Diseño Gráfico  
 Ejercicio Profesional Supervisado  
 Pablo Grajeda



**Importante:** El objetivo de la siguiente encuesta es conocer el nivel en que los bocetos a continuación comunican lo que se ha pretendido.



1. De los dibujos que se le mostraron previamente escriba el nombre del sentimiento que cada imagen la causó.
  - a. Figura 1:
  - b. Figura 2:
  - c. Figura 3:
  - d. Figura 4:

2. Si viera las anteriores imágenes en una publicación ¿De qué género cree que trataría la publicación? (Puede marcar varias opciones)
  - a. Fantasía
  - b. Educación
  - c. Acción
  - d. Historia
  - e. Arte
  - f. Ciencia
  - g. Otro
  
3. Si indicó "otro" escriba el género que consideró.
 

---
  
4. Si viera las anteriores imágenes en una publicación ¿Para qué rango de edades considera que fueron creadas?
  - a. 1 – 7 años
  - b. 8 – 16 años
  - c. 17 – 26 años
  - d. 27 – 34 años
  - e. Mayores de 35 años

## Instrumento de Validación Nivel 2 (Grupo Objetivo)



Universidad de San Carlos de Guatemala  
 Facultad de Arquitectura  
 Escuela de Diseño Gráfico  
 Ejercicio Profesional Supervisado  
 Pablo Grajeda



**Importante:** El objetivo de la siguiente encuesta es conocer la forma en la que usted se relaciona con un material editorial informativo.  
 No es necesario que coloque su nombre, ni ningún otro dato que NO esté en las preguntas que se le presentarán a continuación.

Se le presentará un cuestionario dividido en 4 partes para su mayor comodidad. Cada parte tiene como objeto de estudio elementos diferentes relacionados con el **material adjunto** al cuestionario.

1. ¿Qué edad tiene? \_\_\_\_\_
2. ¿Cuál fue el último año educativo que cursó? \_\_\_\_\_

### Parte 1

3. De 1 a 5 ¿Qué tan fácil le pareció leer el texto?
 

1		2		3		4		5
Muy Difícil								Sin dificultad

\* Si su respuesta estuvo entre 1 y 3 indique la razón de su puntaje: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

4. De 1 a 5 ¿Qué tan sencillo le pareció entender los temas?
 

1		2		3		4		5
Muy Difícil								Sin dificultad

\* Si su respuesta estuvo entre 1 y 3 indique la razón de su puntaje: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

5. Hubo alguna parte donde confundió la lectura.
  - a) Si
  - b) No

\* Si marcó "Si" mencione cuál fue la confusión. \_\_\_\_\_

6. Las ilustraciones del material, le causaron:

- a) Miedo    b) Rechazo    c) Risa    d) Tristeza    e) Otra

\* Si usted marcó "Otra", indique la sensación que le causó: \_\_\_\_\_

7. De 1 a 5, ¿Qué tan fácil le resulta entender la secuencia en la que están los párrafos?

1

2

3

4

5

Muy Difícil

Sin dificultad

8. De 1 a 5, Indique qué tal interesante percibió el material.

1

2

3

4

5

Aburrido

Muy Interesante

\* Si su respuesta fue "Algo Aburrido" indique su razón \_\_\_\_\_

9. ¿Cuál fue su primera impresión que tuvo cuando vio el material adjunto?

\_\_\_\_\_

10. ¿Sería este un material que compartiría con sus hijos?

- a) Si    b) No

¿Por qué? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

11. ¿Sería este un material que compartiría con sus familiares cercanos o vecinos?

- a) Si    b) No

¿Por qué? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Instrumento de Validación Nivel 2 Testimoniales (Grupo Objetivo)



Universidad de San Carlos de Guatemala  
Facultad de Arquitectura  
Escuela de Diseño Gráfico  
Ejercicio Profesional Supervisado  
Pablo Grajeda



**Importante:** El objetivo de la siguiente encuesta es conocer la forma en la que usted se relaciona con un testimonial audiovisual.

No es necesario que coloque su nombre, ni ningún otro dato que NO esté en las preguntas que se le presentarán a continuación. Evalúe el material únicamente basado en su opinión personal.

Se le presentará un cuestionario dividido en 3 secciones, cuyo objeto de estudio son elementos diferentes relacionados con **3 materiales audiovisuales que se le muestran en los links a continuación:**

Material 1:

<https://drive.google.com/open?id=0B8Ckitm0UWPaSC1WRFhPM0tHQW8>

1. Califique de 1 a 5, ¿Qué tan fácil le resultó leer los titulares de cada respuesta?

1

2

3

4

5

Muy Difícil

Muy Fácil

Si su respuesta fue 3 o menor, indique la(s) pregunta(s) en donde encontró dificultad al leer: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. En **una palabra** mencione ¿Qué es lo que le hizo sentir el material? \_\_\_\_\_

Explique su respuesta: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. Califique de 1 a 5, ¿Qué tan fácil le resultó escuchar las respuestas de cada pregunta?

1

2

3

4

5

Muy Difícil

Muy Fácil

Si su respuesta fue 3 o menor, indique la(s) pregunta(s) en donde encontró dificultad al escuchar: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. ¿Qué piensa acerca de lo que se habló en el material? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Instrumento de Validación Nivel 3 (Profesionales e Institución)



Universidad de San Carlos de Guatemala  
Facultad de Arquitectura  
Escuela de Diseño Gráfico  
Ejercicio Profesional Supervisado  
Pablo Grajeda



**Importante:** El objetivo de la siguiente encuesta es conocer la forma en la que el material presentado se adapta a la filosofía, misión y visión de la institución "Club Juvenil Jaguar" para aclarar discrepancias y/o corregir incongruencias.

Nombre del Encuestado:

---

Posición en Club Jaguar:

---

1. ¿Considera que el material cumple con los lineamientos esperados de un proyecto al nivel planteado al principio del proyecto?

a. Si                      b. No

Explique su respuesta: \_\_\_\_\_

---

2. ¿Considera que el material cumple con la misión de la institución?

a. Si                      b. No

Explique su respuesta: \_\_\_\_\_

---

3. ¿Considera que el material contribuye al cumplimiento de la visión de la institución?

a. Si                      b. No

Explique su respuesta: \_\_\_\_\_

---

4. ¿Considera que el material comulga con la identidad filosófica de la institución?

a. Si                      b. No

Explique su respuesta: \_\_\_\_\_

---

5. Sugerencias:

---

Guatemala, octubre 24 de 2018.

Señor Decano  
Facultad de Arquitectura  
Universidad de San Carlos de Guatemala  
Dr. Byron Alfredo Rabe Rendón  
Presente.

Señor Decano:

Atentamente, hago de su conocimiento que con base en el requerimiento del estudiante de la Escuela de Diseño Gráfico - Facultad de Arquitectura: **PABLO MOISÉS GRAJEDA VELÁSQUEZ**, Carné universitario: **201213872**, realicé la Revisión de Estilo de su proyecto de graduación titulado: **DESARROLLO DE MATERIALES DE SOPORTE EDITORIAL Y DIGITAL PARA EL APOYO DE CHARLAS INFORMATIVAS ACERCA DE SALUD MENTAL IMPARTIDAS EN CLUB JUVENIL JAGUAR**, previamente a conferírsele el título de Licenciado en Diseño Gráfico.

Y, habiéndosele efectuado al trabajo referido, las adecuaciones y correcciones que se consideraron pertinentes en el campo lingüístico, considero que el proyecto de graduación que se presenta, cumple con la calidad técnica y científica que exige la Universidad.

Al agradecer la atención que se sirva brindar a la presente, me suscribo respetuosamente,



*Lic. Mariella Saravia*  
Colegiada 10804  
Lic. Mariella Saravia de Ramírez  
Colegiada 10,804

Profesora Maricella Saravia de Ramírez  
Licenciada en la Enseñanza del Idioma Español y de la Literatura

LENGUA ESPAÑOLA - CONSULTORÍA LINGÜÍSTICA  
Especialidad en corrección de textos científicos universitarios

Teléfonos: 3122 6600 - 5828 7092 - 2252 9859 - - maricellasaravia@hotmail.com



**“Desarrollo de Materiales de Soporte Editorial y Digital para el apoyo de charlas informativas acerca de Salud Mental Impartidas en Club Juvenil Jaguar”**

Proyecto de Graduación desarrollado por:

F.   
Pablo Moisés Grajeda Velásquez

Asesorado por:

F.   
Lic. Luz Marina Reyes Cerón

F.   
Lic. Carlos Enrique Franco Roldan

F.   
Lic. María Berthila Gutiérrez de Melgar

Imprímase:

**“ID Y ENSEÑAD A TODOS”**

  
Dr. Byron Alfredo Rabe Rendón  
Decano



**COLEGIO DE HUMANIDADES DE GUATEMALA**  
0 CALLE 15-46, ZONA 15, COLONIA EL MAESTRO  
TEL.: 2369-3670 \* TELEFAX: 2369-3716  
GUATEMALA, C. A.  
e-mail: colegiodehumanidades@yahoo.com

**SERIE "A"**

**Nº 348665**

2 Constancias de colegiado  
Gratuitas por pago anual.

EL (A) INFRASCRITO (A) SECRETARIO (A) DE LA JUNTA DIRECTIVA DEL COLEGIO PROFESIONAL DE HUMANIDADES DE GUATEMALA, hace constar que tuvo a la vista los registros internos del Colegio, en los cuales figura que el Colegiado No. 10804  
GRADO: LICENCIATURA EN LA ENSEÑANZA DEL IDIOMA ESPAÑOL Y LITERATURA

ESPAÑOL Y LA LITERATURA

NOMBRE: SARAVIA SANDOVAL DE RAMIREZ MARICELLA

de conformidad con el Artículo 5to. del Decreto Número 72-2001, de la Ley del Colegiación Profesional Obligatoria para el Ejercicio de las Profesiones Universitarias, es COLEGIADO ACTIVO y en consecuencia, está a la fecha, solvente en el pago de sus cuotas Ordinarias y Extraordinarias, así como del Impuesto Sobre el Ejercicio de las Profesiones Universitarias hasta el mes de MARZO DE 2019, por lo tanto se encuentra activo hasta el mes de JUNIO DE 2019. Y para los usos legales que al interesado convengan, se extiende la presente CERTIFICACION en la Ciudad de Guatemala, a los 25/06/2018

NOTA: 1. Esta CERTIFICACION es válida ÚNICAMENTE EN ORIGINAL extendida por el Colegio.  
2. Original Firmas y Sellos respectivos en original.  
3. Original Contenido en Color Azul.

Secretaría Administrativa



Vo. Bo.

Secretario de Junta Directiva

