



UNIVERSIDAD DEL ISTMO

Facultad de Arquitectura y Diseño

**ANÁLISIS, ELABORACIÓN Y VALIDACIÓN DEL MATERIAL
GRÁFICO INFORMATIVO Y DE TOMA DE CONCIENCIA SOBRE
LOS TRASTORNOS MENTALES DIRIGIDO A LOS JÓVENES DE 13 A
18 AÑOS EN LA CIUDAD DE GUATEMALA.**

MARIA PAULA LOBOS MARROQUÍN

Guatemala, febrero de 2023



UNIVERSIDAD DEL ISTMO

Facultad de Arquitectura y Diseño

**ANÁLISIS, ELABORACIÓN Y VALIDACIÓN DEL MATERIAL
GRÁFICO INFORMATIVO Y DE TOMA DE CONCIENCIA SOBRE
LOS TRASTORNOS MENTALES DIRIGIDO A LOS JÓVENES DE 13 A
18 AÑOS EN LA CIUDAD DE GUATEMALA**

PROYECTO DE GRADUACIÓN

Presentado al Consejo Directivo de la Facultad de Arquitectura y Diseño

Por

MARIA PAULA LOBOS MARROQUÍN

Al conferírsele el título de

LICENCIADA EN DISEÑO GRÁFICO

Guatemala, febrero de 2023

Guatemala, 3 de noviembre de 2022

Señores
Consejo de Facultad de
Arquitectura y Diseño
Universidad del Istmo
Presente

Estimados Señores:

Hago de su conocimiento que he asesorado a la estudiante **Maria Paula Lobos Marroquín**, de la Licenciatura en Diseño Gráfico, de esta Facultad, quien se identifica con el número de campus 00000002031 y que presenta el Proyecto de Graduación titulado "ANÁLISIS, ELABORACIÓN Y VALIDACIÓN DEL MATERIAL GRÁFICO INFORMATIVO Y DE TOMA DE CONCIENCIA SOBRE LOS TRASTORNOS MENTALES DIRIGIDO A LOS JÓVENES DE 13 A 18 AÑOS EN LA CIUDAD DE GUATEMALA."

Me permito informarles que la citada estudiante ha completado el Proyecto de Graduación a mi entera satisfacción, por lo que doy un dictamen favorable del mismo.

Sin otro particular, me suscribo de ustedes.

Atentamente,



Mgr. María Eugenia Ramos Betancourt
Asesor de Proyecto de Graduación



UNIVERSIDAD
DEL ISTMO

FACULTAD DE
ARQUITECTURA Y
DISEÑO

Guatemala, 25 de noviembre de 2022

EL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE ARQUITECTURA
Y DISEÑO DE LA UNIVERSIDAD DEL ISTMO

Tomando en cuenta la opinión vertida por el asesor y considerando que el trabajo presentado, satisface los requisitos establecidos, autoriza a **MARIA PAULA LOBOS MARROQUÍN**, la impresión de su proyecto de graduación, titulado:

**“ANÁLISIS, ELABORACIÓN Y VALIDACIÓN DEL MATERIAL GRÁFICO
INFORMATIVO Y DE TOMA DE CONCIENCIA SOBRE LOS
TRASTORNOS MENTALES, DIRIGIDO A LOS JÓVENES DE 13 A 18
AÑOS EN LA CIUDAD DE GUATEMALA”**

Previo a optar al título de Licenciada en Diseño Gráfico.

Arq. Ana María Cruz de García
Decana Facultad de Arquitectura y Diseño

Índice General

Introducción	1
1. Marco situacional	5
1.1 Contextualización del Tema en Guatemala	5
1.2 Delimitación Geográfica	6
1.2.1 Límites	6
1.2.2 Accesibilidad	7
1.2.3 Caracterización Físico Natural.....	7
1.2.4 Condiciones Antropológicas	8
1.2.5 Instituciones Relacionadas	9
2. Marco Teórico	10
2.1 Tema de estudio	10
2.1.1 ¿Qué es la salud mental?	10
2.1.1.1 La Salud Mental de Guatemala	12
2.1.1.2 Tendencias de Salud Mental en Guatemala	12
2.1.1.3 Componentes de la Salud Mental	12
2.1.2 ¿Qué son los trastornos mentales?	14
2.1.2.1 Tipos	14
2.1.2.2 Causas	17
2.1.2.3 Síntomas	18
2.1.3 Diagnóstico	19
2.1.3.1 Tratamientos	20
2.1.3.2 Medicamentos	21

2.1.4 Especialistas de la salud mental	21
2.1.4.1 Psicólogos	21
2.1.4.2 Psiquiatras	22
2.2 Referentes Gráficos	23
3. Marco Metodológico	29
3.1 Método	29
3.2 Universo o Población	29
3.2.1 Población	29
3.2.2 Población 2	29
3.2.3 Población 3	30
3.3 Muestra	30
3.3.1 Muestra 1	30
3.3.2 Muestra 2	30
3.3.3 Muestra 3	30
3.4 Instrumentos de investigación.....	31
3.4.1 Instrumento 1	31
3.4.2 Instrumento 2	31
3.4.3 Instrumento 3	31
3.5 Procedimiento	31
3.5.1 Procedimiento 1	31
3.5.2 Procedimiento 2	32
3.5.3 Procedimiento 3	32

4. Presentación y Análisis de Resultados	32
4.1 Resultados y Análisis de instrumento 1	32
4.2 Resultados y Análisis de instrumento 2.....	64
4.3 Resultados y Análisis de instrumento 3.....	78
5. Estrategia de comunicación	85
5.1 Planteamiento del problema	85
5.2 Objetivos de diseño	85
5.3 Definición del grupo objetivo	85
5.3.1 Descripción geográfica	86
5.3.2 Descripción demográfica	86
5.3.3 Descripción antropológica	86
5.3.3.1 Cultura Visual	87
5.4 Cliente o posible cliente	87
5.4.1 Descripción del cliente	88
5.4.1.1 Tu consejería	88
5.4.1.1.1 Identidad gráfica actual	88
5.4.1.1.2 Posicionamiento	90
5.4.1.1.3 Recursos financieros	90
5.4.1.1.4 Área de cobertura	90
5.4.1.2 Happhe	90
5.4.1.2.1 Identidad gráfica actual	94
5.4.1.2.2 Posicionamiento	93
5.4.1.2.3 Recursos financieros	93
5.4.1.2.4 Área de cobertura	93

5.4.1.3 Serendi	93
5.4.1.3.1 Identidad gráfica actual	94
5.4.1.3.2 Posicionamiento	95
5.4.1.3.3 Recursos financieros	95
5.4.1.3.4 Área de cobertura	95
5.5 Propuesta de diseño cliente.....	95
5.5.1 Conceptualización	95
5.5.1.1 Técnica 1: Creación de historia	96
5.5.1.2 Técnica 2: Mapa mental	97
5.5.1.3 Técnica 3: Lluvia de ideas	97
5.5.2 Descripción de la Propuesta Gráfica	98
5.5.2.1 Tipo de material gráfico	98
5.5.2.2 Descripción e implementación de piezas	99
5.5.2.2.1 Tabla de descripción e implementación de piezas	101
5.5.3 Descripción del mensaje	102
5.5.3.1 Contenido del texto	102
5.5.3.2 Contenido gráfico	103
5.5.3.3 Tono de comunicación	109
6. Desarrollo de la Propuesta Gráfica	109
6.1 Proceso de bocetaje	109
6.1.1 Paleta de colores	109
6.1.2 Tipografía	113
6.1.3 Identificador de campaña	115
6.1.4 Bocetaje de personaje	117
6.2 Propuesta preliminar	122

6.2.1 Posts para Instagram	122
6.2.2 Historias para Instagram	122
6.3 Validación	148
6.3.1 Color	148
6.3.2 Diagramación	149
6.3.3 Identificador de campaña	149
6.3.4 Tipografías	149
6.3.5 Ilustraciones	149
6.3.6 Contenido	150
6.3.7 Medios	150
6.3.8 Concepto	150
6.3.9 Grupo Objetivo	150
6.3.10 Objetivos de campaña	151
6.3.11 Cambios a realizar.....	151
6.3.12 Cambios finales	151
6.4 Propuesta final	154
6.4.1 Paleta de color	154
6.4.2 Tipografías	156
6.4.3 Identificador de campaña	157
6.4.4 Personaje	158
6.4.5 Elementos gráficos de apoyo	159
6.4.6 Piezas finales	160
6.4.6.1 Posts de Instagram	160
6.4.6.2 Historias de Instagram	162
6.4.6.3 Google ads	164
6.4.6.4 Vídeos	164

6.4.6.5 Calendarización para posts e historias	166
6.4.6.6 Calendarización de Google ads	181
6.4.6.7 Calendarización de vídeos	182
7. Producción y Reproducción	184
7.1 Estrategia de implementación de medios	184
7.2 Presupuesto de diseño e implementación	185
7.2.1 Cotización de redes.....	186
7.2.1.1 Posts pautados.....	186
7.2.1.2 Manejo de redes y posteo	187
7.2.1.3 Pautas Google ads	188
7.3 Artes finales	190
8. Conclusiones	191
9. Recomendaciones	192

Índice de figuras

Figura No.1 Mental health campaign	23
Figura No. 2 Talk about it	24
Figura No. 3 Awareness campaign for mental illness.....	25
Figura No. 4 Anorexia	26
Figura No. 5 Desorden bipolar.....	26
Figura No. 6 Depresión	27
Figura No. 7 Ansiedad	27
Figura No. 8 Dislexia	28
Figura No.9 Mental health awareness	28
Figura No. 10 Pregunta 1	33
Figura No. 11 Pregunta 2	34
Figura No. 12 Pregunta 3	35
Figura No. 13 Pregunta 4	36
Figura No. 14 Pregunta 5	37
Figura No. 15 Pregunta 6	38
Figura No. 16 Pregunta 7	39
Figura No. 17 Pregunta 8	40
Figura No. 18 Azul	87
Figura No. 19 Logotipo.....	89
Figura No. 20 Instagram	89
Figura No. 21 Screenshot página web	89
Figura No. 22 Screenshot página web	91
Figura No. 23 Screenshot Instagram	92
Figura No. 24 Screenshot página web	92
Figura No. 25 Screenshot página web	92
Figura No. 26 Screenshot página web	94
Figura No. 27 Screenshot página web	94
Figura No. 28 Muestra de color por separación complementaria y análoga	104
Figura No. 29 Muestra de colores cálidos, fríos y degradados.....	114

Figura No. 30 Muestra de tipografías	105
Figura No. 31 Muestra de familiar tipográficas	105
Figura No. 32 Muestra de ilustraciones	106
Figura No. 33 Muestra de retícula modular	107
Figura No. 34 Muestra de retícula jerárquica	108
Figura No. 35 Muestra de tamaños para instagram	108
Figura No. 36 Color 1	110
Figura No. 37 Color 2	110
Figura No. 38 Color 3	110
Figura No. 39 Color 4	111
Figura No. 40 Color 5	111
Figura No. 41 Color 6	111
Figura No. 42 Color 7	111
Figura No. 43 Color 8	112
Figura No. 44 Color 9	112
Figura No. 45 Color 10	112
Figura No. 46 Color 11	112

Introducción

La salud y los trastornos mentales son un tema que ha sido poco tratado en Guatemala, esto debido a que como sociedad no se acostumbra a hablar de emociones y sentimientos; la solución ante cualquier situación en la que se vean afectados es callar. Existen diferentes razones por las que la salud mental se ve afectada, pero todo se engloba en un *acontecimiento*; esto siendo un hecho le puede cambiar la trayectoria a la vida de una persona o comunidad. En este caso para Guatemala fueron dos, la conquista y la guerra interna. (Alonzo & Dalmaso, 2020)

Ambos acontecimientos generaron grandes pérdidas para el país, tanto humanas como materiales; viéndose afectadas alrededor por lo menos tres generaciones. Esto deja en evidencia cómo la violencia tiene gran impacto en lo que es la salud mental, ya que estas persecuciones vividas dejaron muchos traumas; entre ellos lo que es: la ansiedad, depresión, obsesión, trastorno de estrés postraumático, entre otros. Que con el paso de los años se han convertido en daños acumulados sin tratamiento. (ERPC, 2020)

La violencia viene a afectar de manera directa a lo que es la salud mental, pero también es capaz de producir discapacidad física. Estos dos factores juntos llegan a tener un impacto fuerte e irreversible en lo individual, familiar y laboral; provocando años perdidos de funcionalidad y productividad. (Equipo de Responsabilidad Profesional Ciudadana, 2020)

A raíz de lo que ha sido el COVID-19, dando inicio en Guatemala en marzo del 2020, la salud mental se ha visto afectada de gran manera por el impacto social y económico de dicha enfermedad; todo esto creando escenarios desde perder su fuente de ingresos hasta perder a un ser querido o incluso llegar a contagiarse o contagiar a un ser querido. (Camargo, 2021). De acuerdo con datos oficiales tres de cada cuatro personas han tenido trastornos de ansiedad durante la pandemia. Esta enfermedad ha dejado al descubierto posibles trastornos en la sociedad que, de no

ser tratados, estos pueden llegar a generar enfermedades como: lo que es el cáncer, diabetes, hipertensión, etc. convirtiéndose estos, en fenómenos en la salud de los que carecen control, (Noticias IGSS, 2020)

Dada la situación vivida por el COVID-19, los servicios públicos de salud mental a nivel nacional quedaron suspendidos por casi 10 meses, dejando a muchos pacientes sin sus tratamientos y medicinas. Estos se vieron obligados a restablecerse debido a la alta demanda y la necesidad urgente provocada por dicha enfermedad. (Equipo de Responsabilidad Profesional Ciudadana, 2020) Un hecho claro es que en Guatemala el Ministerio de Salud, encargado de tratar la salud mental, únicamente le dedica el 1% de su presupuesto y este se va casi completo al Hospital Nacional de Salud Mental Dr. Federico Mora. (Alonzo & Dalmaso, 2020)

Para llegar a cierto nivel de realización los seres humanos necesitan sentirse satisfechos en su economía, emocional, espiritual y culturalmente. Al no llegar a alcanzar esto se llega a la frustración, esto por no ser capaces de llevar la vida que quieren. Y ante más frustración es más fácil voltearse hacia un mundo violento y agresivo, que alimenta lo que es poner en riesgo la integridad física y mental. Lo que presenta otro factor de gran importancia para la salud mental, que es la pobreza que se vive. Guatemala se encuentra en el puesto 126 de 189 países en el Índice de Desarrollo Humano, un 59% vive en pobreza y un 23% en pobreza extrema. (Alonzo & Dalmaso, 2020)

En términos generales, de los profesionales psicólogos y psiquiatras trabajando en el sector público del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social; hay alrededor de 1.93 psicólogos y psiquiatras por cada 100 mil habitantes. Lo que lleva de manera directa al área de salud mental en Guatemala y cómo en los Hospitales Nacionales y las Áreas de Salud en el sector público hay 260

psicólogos; y 27 psiquiatras trabajando en los Hospitales nacionales. La población total de Guatemala es de 14,901,286 habitantes, cifras aproximadas sacadas del censo realizado en 2018. La agencia Ocote (2020), comunica que aproximadamente el 46% de los profesionales en esta área del país se encuentran en el Hospital Nacional de Salud Mental Dr. Federico Mora, el cual actualmente es el único hospital nacional de salud mental en el país. (Equipo de Responsabilidad Profesional Ciudadana, 2020)

En términos generales, de los profesionales psicólogos y psiquiatras trabajando en el sector público del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social; hay alrededor de 1.93 psicólogos y psiquiatras por cada 100 mil habitantes. Lo que lleva de manera directa al área de salud mental en Guatemala y cómo en los Hospitales Nacionales y las Áreas de Salud en el sector público hay 260 psicólogos; y 27 psiquiatras trabajando en los Hospitales nacionales. La población total de Guatemala es de 14,901,286 habitantes, cifras aproximadas sacadas del censo realizado en 2018. La agencia Ocote (2020), comunica que aproximadamente el 46% de los profesionales en esta área del país se encuentran en el Hospital Nacional de Salud Mental Dr. Federico Mora, el cual actualmente es el único hospital nacional de salud mental en el país. (Equipo de Responsabilidad Profesional Ciudadana, 2020)

Estudios realizados muestran que los trastornos se ven diferentes en los diferentes rangos de edad. Hasta los 5 años, la carga de los trastornos mentales se debe principalmente a la epilepsia (65%) y al autismo (30%). Entre los 5 y 15 años, la carga de los trastornos de conducta (20%), dolores de cabeza (18%) incluyendo migraña y tipo tensional y los trastornos de ansiedad (13%), ganan importancia. Alrededor de los 20 años de edad surge un patrón que se mantiene estable durante la juventud y la edad adulta: los trastornos por consumo de sustancias el 36% (30% debido

al alcohol), los trastornos comunes (ansiedad, depresión, autolesiones y trastornos somatomorfos) el 31%, los dolores de cabeza el 16%, y los trastornos mentales graves (esquizofrenia y trastorno bipolar) alrededor del 7%. Los adultos mayores sufren principalmente trastornos neurocognitivos debido a la enfermedad de Alzheimer, que supera el 50% de la carga hacia los 80 años y se sitúa por encima del 70% después de los 85 años. (Salud Mental Perfil del País - Guatemala, 2020)

Los trastornos como son la depresión, ansiedad y síndrome de estrés postraumático hacen parte del grupo de trastornos más frecuentes que afectan a la población guatemalteca; afectando un 48%. Mientras que, los trastornos del humor, las emociones, etc. Sólo afectan a un 8%. Con la información obtenida todo indicaba que para este año la depresión será la segunda causa de discapacidad en Guatemala. (Equipo de Responsabilidad Profesional Ciudadana, 2020)

Ante esto se define como problema de investigación que el 25% de los guatemaltecos mayores de 18 años, han sufrido por lo menos un trastorno mental y de estos un 97.7% no ha consultado un profesional.

A partir del problema los objetivos de la investigación son:

- Definir las causas registradas de la deficiencia en la salud mental del 2.7% que sí han consultado un profesional.
- Indagar qué piensan los jóvenes sobre padecer síntomas de trastorno mental en la actualidad y que piensan sobre pedir ayuda profesional cuando sienten o creen padecer de estos síntomas.
- Establecer las consecuencias de no darle la importancia que merece a estas enfermedades y trastornos.

Los motivos de realizar la siguiente investigación son profundizar en un tema social que preocupa al país y así con esto obtener información que vaya a ser de utilidad como recurso para poder determinar un problema de comunicación y así intervenir en el mismo.

1. Marco Situacional

1.1 Contextualización del Tema en Guatemala

La Salud y los Trastornos mentales en Guatemala es un tema que afecta al país y a su población de gran manera ya que estas, como cualquier otra enfermedad, pueden llevar a la muerte. Existen estudios que indican que la razón por lo que la sociedad guatemalteca se ve tan afectada, es por la carencia de acceso a servicios de atención primaria en salud mental. (Elías, 2020)

La misma Política de Salud Mental (2007-2015), establece que a pesar de que los problemas de salud mental de la población no se conocen a profundidad, se establece que estos se presentan como “una mezcla de sufrimientos psicosociales colectivos, no sólo derivados de los problemas propios de la enfermedad mental, sino de una serie de eventos traumatizantes a los que se ha visto expuesta la población guatemalteca. (Elías, 2020)

1.2 Delimitación Geográfica

1.2.1 Límites

Guatemala se encuentra ubicada en Centro América con una extensión territorial de 108.889 km² está limitada al Norte por México, al Sur con el océano Pacífico y El Salvador (suroeste), al Este con Belice y el golfo de Honduras y al Oeste con México y el océano Pacífico. (Saber es práctico, 2018) “El territorio se encuentra integrado por 22 departamentos, los cuales se dividen en 340 municipios. Su capital es la Ciudad de Guatemala,” (Naciones Unidas Guatemala, 2021).

Esta tiene una extensión territorial de 228 km² aproximadamente. El municipio de Guatemala limita al Norte con Chinautla y San Pedro Ayampuc, al Sur con Santa Catarina Pinula y San Miguel Petapa; al Este con Palencia y al Oeste con Mixco, todos siendo municipios del departamento de Guatemala. (Valladares, 2017). Las zonas en la ciudad de Guatemala se distribuyen en un sistema espiral, esto creado por el Ingeniero Raúl Aguilar Batres. La razón de esta división fue a raíz de las principales vías de acceso y la división de aguas que se asientan en la ciudad. Con un total de 15 zonas hasta 1952, en 1964 debido a los diversos censos se agregan las zonas 16, 17, 18, 19, 21, 24 y 25. La razón por la que no existen las zonas 20, 22 y 23 es porque al hacer la distribución se observó que estas no pertenecían al territorio de la ciudad. (Aroche, 2021)

1.2.2 Accesibilidad

La ciudad de Guatemala cuenta con una extensa red vial de carreteras y autopistas que la conectan al resto de ciudad del país, entre ellas está la Autopista Palín-Escuintla hacia el sur y la Autopista VAS (Vía Alternativa del Sur), la carretera Jacobo Arbenz Guzmán hacia el Atlántico y el norte, la carretera Panamericana hacia el oriente del país y las que se derivan de la carretera Interamericana. Todas estas carreteras tienen como punto de origen la Ciudad de Guatemala. El transporte utilizado en la Ciudad de Guatemala varía entre lo que es el transporte aéreo, ciclo vías, taxis y el transporte urbano que cuenta con 336 rutas divididas en lo que es el Transurbano, Transmetro, TransMIO y Rutas Express, (DGC, s.f.).

1.2.3 Caracterización Físico Natural

Muchos de los recursos naturales de Guatemala provienen de su suelo fértil, sus altiplanos y valles; allí se pueden encontrar desde frutas hasta minerales. En el territorio

guatemalteco se pueden encontrar diferentes especies de plantas, hortalizas, legumbres, frutas y cereales. Así mismo, también se encuentra lo que es el petróleo, níquel, plomo, zinc, hierro y en menores cantidades lo que es uranio, mercurio, oro, plata y jade. (Jervis, 2017)

En términos económico-sociales, las diferentes actividades agrícolas contribuyen con el 14% del PIB, sin contar su aporte a los agroencadenamientos; es el principal productor de empleo y genera más del 60% de las exportaciones del país. (Infoiarna, s.f.) En Guatemala el maíz es lo más cultivado, a este le sigue lo que es el café, la caña de azúcar y el frijol. Pero si se habla de producción agrícola en Guatemala, el banano y el azúcar son los principales, hablando de volumen. (Infoiarna, s.f.)

En Guatemala los climas varían bastante, esto sin llegar a temperaturas extremas; gracias a esto se le conoce como el País de la Eterna Primavera. El país se encuentra situado sobre una zona tropical por lo que el sol le pega más, a esto se le retribuye el hecho de que las cuatro estaciones no se vean marcadas como en otros países. (Grajeda, 2021)

En los lugares donde la altitud es elevada el clima suele ser templado, por ende, las temperaturas mínimas se mantienen entre 12° y 16°C grados, mientras que las máximas son de 22° y 29°C. Por otro lado, las lluvias se presentan desde mayo hasta el mes de octubre, teniendo pocos días soleados. En las zonas montañosas, donde la altura es mayor de 2,000 metros sobre el nivel del mar, las temperaturas son bastante frías. Mientras que en las zonas costeras del Pacífico o en las llanuras del Petén donde el clima es tropical y las mínimas de 25°C a 30°C en verano. (Grajeda, 2021)

1.2.4 Condiciones Antropológicas

El Instituto Nacional de Estadística remarca que en el presente año se estima que hay un total de 17,1 millones de guatemaltecos, de este total 8,4 millones siendo hombres y 8,6 mujeres. (Larios, 2021) De este número de la población el 32,3% tiene entre 0 a 14 años, el 62,3% de 15 a 64 y sólo el 5,4% 65 años y más. Siendo Guatemala el municipio más poblado con 1 millón 195 mil 727 habitantes, seguido por Mixco con un total de 496 mil 992 habitantes, y Villa Nueva con 466 mil 922. (Agencia Guatemalteca de Noticias, 2021)

Guatemala es una sociedad multiétnica, pluricultural y multilingüe donde conviven los pueblos indígenas maya, xinca, garífuna, ladinos y mestizos. Existen alrededor de 20 grupos lingüísticos, cada uno con su propio traje típico que cuenta con sus emblemas, estilos y colores. Se dice que Guatemala es un país muy costumbrista porque a pesar de ser un país moderno, sus tradiciones prehispánicas e hispánicas siguen presentes. Un claro ejemplo es el 1 y 2 de noviembre, donde se conmemoran los días de los Santos y los Santos difuntos, siendo una fiesta con origen prehispánico. (Carril, s.f.)

1.2.5 Instituciones Relacionadas

La Liga Guatemalteca de Higiene Mental es una institución privada, no lucrativa y no gubernamental, fundada el 25 de marzo de 1952, en el marco de la “Revolución de Octubre” y tiene como objetivo fundamental la prevención de factores que afectan la salud mental de las y los guatemaltecos, así como la atención y la promoción de esta. (Liga de Higiene Mental, s.f.)

El Hospital De Salud Mental Federico Mora es un centro de atención de referencia nacional donde se atiende, se brinda tratamiento y se rehabilitan a los pacientes con

enfermedades mentales, buscando su reinserción en la sociedad, esto a través de los principios de atención humana, calidad, participación comunitaria, con transparencia y productividad articulando a través del Plan Estratégico Nacional de Salud Mental. (Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, s.f.)

El Centro de Atención Integral de Salud Mental del IGSS proporciona atención médica integral de Salud Mental a los afiliados y beneficiarios, mediante acciones de promoción, protección, recuperación y rehabilitación de la Salud Mental. (Guatemala.com, s.f.)

Inside Health favorece a la recuperación social, familiar y laboral de sus pacientes, apoyando y supervisando adecuadamente una terapia personalizada y de grupo en instalaciones completas y confortables. Es una institución que pone a disposición una variedad de servicios personalizados. (Inside Health, s.f.)

El Hospital Psiquiátrico Santa Clara Villa Sol es un centro especializado en Psicología, Psiquiatría y Salud Mental. Cuentan con más de 15 años de experiencia en el manejo de crisis derivadas de enfermedades psiquiátricas. Ofrecen un tratamiento rápido, efectivo y asequible para enfermedades y lesiones que no amenazan la vida y que requieren atención inmediata por parte de especialistas certificados. (Hospital Psiquiatría Santa Clara, s.f.)

Central California TMS Guatemala es un centro para superar la depresión que existe para educar al público acerca de cómo la depresión severa puede tratarse de un desorden cerebral, y proveer un tratamiento seguro, efectivo y libre de medicamentos; a la vez proveer un alivio rápido y efectivo para la disminución de los síntomas y así reincorporar a sus pacientes a la vida cotidiana. (Central California TMS Guatemala, s.f.)

2. Marco Teórico

2.1 Tema de estudio

2.1.1 ¿Qué es la salud mental?

La salud mental es aquella que incluye el bienestar emocional, psicológico y social de una persona. Esto afecta la forma en que piensa, siente y actúa frente a la vida. Está también determina cómo se maneja el estrés, cómo se relaciona con otras personas y en la toma de decisiones.

La salud mental es un factor de gran importancia en todas las etapas de la vida, desde la niñez hasta la vejez. (Medline Plus, 2021)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) establece que la salud mental es el bienestar que una persona experimenta como resultado de su funcionamiento en los aspectos cognoscitivos, afectivos y conductuales. Está determinada por factores sociales, ambientales, biológicos y psicológicos que incluye distintos padecimientos. Existe la relación entre la salud física y mental, la cual es muy estrecha ya que hay una gran variedad de enfermedades que se dan como resultado de los trastornos mentales. Un ejemplo claro de esto son los pacientes diabéticos, padecimiento que tiene una prevalencia del 10% en la población y que provoca trastornos depresivos y cambios de personalidad secundarios. (Centro Médico, s.f.)

2.1.1.1 La Salud Mental en Guatemala

Se ha determinado que en Guatemala sólo el 15% de la población tiene acceso a la atención de la salud mental, así lo indica la doctora Mayra Recinos, consultora del estudio. Así mismo, indica que de acuerdo al Modelo de Atención en Salud Mental en Guatemala, para lograr una salud integral, los programas de salud pública deben ser accesibles a las personas con

discapacidad, esto permitirá reducir las desigualdades y necesidades no satisfechas en la esfera de la salud mental. (Ajcip, 2021)

De acuerdo a los antecedentes de los análisis de situación y las recomendaciones del Programa Nacional de Salud Mental y sus Políticas (2007-2015) y del Programa Nacional de Salud Mental y su Plan Estratégico Nacional para el Fomento de la Salud Mental en Guatemala - PNSM/PENF- (2007-2020) de MSPAS, el abordaje de los problemas de Salud Mental en Guatemala ha priorizado el tratamiento psiquiátrico de la enfermedad mental, estando centralizado el servicio en el Hospital Nacional de Salud Mental Carlos Federico Mora; el cual, ofrece los servicios de consulta externa y hospitalización de pacientes agudos y crónicos. (Equipo de Responsabilidad Profesional, 2020)

2.1.1.2 Tendencias de Salud Mental en Guatemala

Al iniciarse la pandemia del coronavirus, tres de cada cuatro personas residentes en Guatemala han sufrido trastornos de ansiedad, esto lo indica el Programa de Salud Mental del Ministerio de Salud. De acuerdo a los datos oficiales, el miedo a contagiarse y contagiar a un ser querido de COVID-19, el cambio de hábitos, el confinamiento, la crisis económica derivada de la pandemia, la falta de contacto social y el duelo causado por la pérdida de algún ser querido, son algunos de los factores que han influido en la decadencia de la salud mental de los guatemaltecos. Un 75% de las personas que han sufrido este tipo de preocupaciones han manifestado síntomas de trastornos de ansiedad, como los ataques de pánico, estrés postraumático y aparición de fobias. (Camargo, 2021)

Quienes más tuvieron delirios o psicosis a raíz de haber padecido de COVID-19 son pacientes entre los 35 y 55 años. Mientras que el resto de la población ha desarrollado ansiedad e

incluso se ha visto en los niños. Quienes más buscan ayuda psicológica para sobrellevar estos desórdenes emocionales y mentales, son las mujeres; sin embargo a raíz de la pandemia la población masculina también empezó a hacerlo. (Ola, 2021)

2.1.1.3 Componentes de la Salud Mental

Las sociedades son quienes definen los términos de salud y enfermedad según sus creencias y valores, así lo afirmó Bárbara S. Johnson, crítica literaria y traductora estadounidense. Se dice que cuando una persona es capaz de llevar a cabo su rol en la sociedad y su conducta se adapta al entorno, esta es una persona ‘sana’ pero cuando no se cumplen las responsabilidades de rol y la conducta es de falta de adaptación, decimos que la persona está enferma. (Borella, 2003)

Johnson indicó que la salud mental supone un dominio de las áreas de la vida relacionadas con el amor, el trabajo, el juego e incluso con la felicidad. Entre los componentes de la salud mental se encuentran los siguientes:

1. Autodominio: La persona demuestra autonomía, sensación de separación, independencia y una tendencia a creer en los valores y reglas de conducta por los cuales se rige su vida. La persona actúa de forma independiente, dependiente o interdependiente, según considere necesario, sin perder de forma permanente su independencia.
2. Orientación del crecimiento: La persona quiere salir de su “status quo” para progresar hacia su autorrealización y maximizar sus capacidades.
3. Tolerancia de la incertidumbre: La persona se enfrenta a la incertidumbre de la vida y a la certeza de la muerte con fe y esperanza.

4. Autoestima: La autoestima de la persona se construye sobre el autoconocimiento y la conciencia de sus talentos, capacidades y limitaciones.
5. Dominio de entorno: La persona es eficaz, capaz, competente y creativa a la hora de enfrentarse con el entorno y de influir en él.
6. Orientación a la realidad: La persona distingue entre hechos y fantasías, entre el mundo real y el mundo de los sueños y actúa de acuerdo con ello.
7. Tratamiento individualizado del estrés: La persona experimenta depresión, ansiedad, etc., de la vida diaria y es capaz de tolerar altos niveles de estrés, sabiendo que esa sensación no va a durar siempre. La persona es flexible y puede experimentar el fracaso sin autocastigarse. Habitualmente, la persona afronta crisis sin necesidad de ayuda más allá del apoyo de la familia y amigos. (Borella, 2003)

2.1.2 ¿Qué son los trastornos mentales?

Existe una variedad de trastornos mentales, cada uno de ellos con manifestaciones diferentes. En general, estas se caracterizan por una combinación de alteraciones del pensamiento, la percepción, las emociones, la conducta y las relaciones con los demás. (Organización Mundial de la Salud, 2019)

La salud mental alcanza a tener muchas alteraciones que se les conocen como enfermedades o trastornos mentales, que afectan a los procesos afectivos y cognitivos, el estado de ánimo, el pensamiento y el comportamiento. Muchas personas sufren problemas de salud mental de tanto en tanto. En cambio, se convierte en enfermedad mental cuando los síntomas y signos permanecen, provocando estrés en el paciente e impiden funcionar

de forma normal. (TOP DOCTORS, s.f.)

2.1.2.1 Tipos

Entre los trastornos mentales más comunes están:

Trastornos de ansiedad. Se parte del hecho de que la ansiedad es normal en situaciones de estrés. Sin embargo, se considera trastorno de ansiedad cuando los síntomas provocan demasiada angustia o un deterioro funcional grave en la vida del paciente, impidiéndole funcionar en su vida.

Dentro de los trastornos de ansiedad hay:

Ataques de pánico: Aparición repentina de temor o terror, asociado a sentimientos de muerte. Entre los síntomas hay falta de aire, dolor en el pecho, malestar y palpitaciones.

Fobias: Muchos pacientes sienten un miedo que no pueden tolerar ni controlar hacia determinados hechos, objetos o animales. Así, sufren un miedo irracional hacia ése estímulo, con un comportamiento de evitación.

Trastorno por Estrés Postraumático (TEPT): Se da cuando la persona ha sido sometida a una situación traumática que le provoca una experiencia estresante psicológicamente. Entre los síntomas hay pesadillas, ira, fatiga emocional, irritabilidad, etc.

Trastorno Obsesivo-Compulsivo (TOC): Es una condición en la que la persona tiene pensamientos, imágenes o ideas intrusivas. Se relaciona con la ansiedad y por asociarse a sensaciones de angustia, temor y estrés continuando. Los pensamientos que causan

malestar y obsesiones en el paciente hacen que la persona haga acciones o compulsiones para minimizar la ansiedad.

Trastorno de ansiedad generalizada: Preocuparse por las cosas es normal, pero no cuando es algo que ocurre continuamente e interfiere en la vida de la persona. Las personas con este trastorno suelen preocuparse por todo: estudios, trabajo, relación de pareja, salir de casa y poder tener un accidente, etc.

Trastornos del estado de ánimo: También se les conoce como trastornos afectivos. Uno de los más comunes es el trastorno bipolar, que puede afectar a cómo actúa una persona, piensa y se siente. Va más allá de los cambios de humor y afecta a muchos aspectos de la vida. Es difícil tratarlo sin medicación, ya que es necesario estabilizar al paciente y su estado de ánimo. En los momentos de manía puede incluso dejar de trabajar, aumentar sus deudas, sentirse lleno de energía aun durmiendo solo dos horas, etc. En los momentos depresivos, el paciente puede incluso no querer salir de la cama. Entre los trastornos del estado de ánimo también está el trastorno depresivo.

Trastornos de conducta alimentaria. Los más frecuente son:

La anorexia nerviosa: Se caracteriza por una obsesión por controlar la cantidad de comida ingerida, restringiendo la ingesta haciendo dieta, ayuno y ejercicio excesivo.

La anorexia nerviosa: Se caracteriza por una obsesión por controlar la cantidad de comida ingerida, restringiendo la ingesta haciendo dieta, ayuno y ejercicio excesivo.

La bulimia nerviosa: Caracterizada por pautas anómalas de alimentación, con momentos de ingesta masiva y otros de eliminación de esas calorías con vómitos, laxantes, entre otros.

Trastorno por atracón: Es grave y se caracteriza porque la persona ingiere grandes cantidades de comida y siente que pierde el control mientras come. Tras el atracón aparece una angustia severa por el peso.

Trastornos psicóticos: Son graves y la persona pierde el contacto con la realidad, teniendo alucinaciones y delirios. Entre ellos están los trastornos delirantes o paranoias (la persona está 100% convencida de cosas que no son ciertas) y la esquizofrenia (la persona tiene alucinaciones o pensamientos perturbadores, aislándola de la vida social).

Trastornos de personalidad: Son trastornos en el comportamiento del paciente que le generan malestar y dificultades en sus relaciones. **El Trastorno Límite de la**

Personalidad (TLP) o borderline es uno de los más frecuentes, afectando a personas con personalidad débil y cambiante, así como dubitativa. En ellos los momentos de calma pueden convertirse en ira, desesperación o ansiedad. Los síntomas característicos incluyen ira incapaz de ser controlada, esfuerzos por evitar el abandono (real o imaginario), alternancia entre extremos de idealización y devaluación en relaciones interpersonales, autoimagen inestable y sentimientos de vacío. Otro trastorno común es el Trastorno Antisocial (TASP), psicopatía o sociopatía. Se caracteriza porque el paciente tiene tendencia a no relacionarse con la sociedad. Entre los síntomas incluyen: agresividad, tendencia a la soledad, violencia, mentir, etc. Además, suelen ser personas tímidas, con tendencias depresivas y ansiedad social, (TOP DOCTORS, s.f.).

2.1.2.2 Causas

Usualmente se considera que las enfermedades mentales son originadas a partir de una variedad de factores genéticos y ambientales:

Atributos hereditarios: La enfermedad mental es más frecuente en las personas cuyos parientes consanguíneos también la padecen. Ciertos genes pueden aumentar el riesgo de contraer una enfermedad mental y la situación de vida en particular puede desencadenarla.

Exposición ambiental anterior al nacimiento: La exposición a factores de estrés ambientales, enfermedades inflamatorias, toxinas, drogas o alcohol en el útero puede asociarse, en algunos casos, con la enfermedad mental.

Química del cerebro: Las neurotransmisores son sustancias químicas que se encuentran naturalmente en el cerebro y que transmiten señales a otras partes del cerebro y del cuerpo. Cuando las redes neurales que contienen estas sustancias químicas se ven alteradas, la función de los receptores nerviosos y de los sistemas nerviosos cambia, lo que genera depresión y otros trastornos emocionales. (Mayo Clinic, s.f.)

2.1.2.3 Síntomas

Los síntomas de las enfermedades mentales pueden variar según el trastorno, las circunstancias y otros factores. Estos síntomas pueden afectar las emociones, pensamientos y conductas.

Algunos ejemplos de estos síntomas son:

- Sentimiento de tristeza o desánimo
- Pensamientos confusos o capacidad reducida de concentración
- Preocupaciones o miedos excesivos o sentimientos intensos de culpa
- Altibajos y cambios radicales de humor
- Alejamiento de las amistades y de las actividades
- Cansancio importante, baja energía y problemas de sueño
- Desconexión de la realidad (delirio), paranoia o alucinaciones
- Incapacidad para afrontar los problemas o el estrés de la vida diaria
- Problemas para comprender y relacionar las situaciones y las personas
- Problemas con el uso de alcohol o drogas
- Cambios importantes en los hábitos alimentarios
- Cambios importantes en los hábitos alimentarios
- Cambios en el deseo sexual
- Exceso de enojo, hostilidad o violencia
- Pensamientos suicidas

Muchas veces los síntomas de los trastornos mentales pueden aparecer como problemas físicos, entre ellos dolor de estómago, dolor de espalda, dolores de cabeza u otros dolores y molestias inexplicables. (Mayo Clinic, s.f.)

2.1.3 Diagnóstico

Para determinar un diagnóstico y verificar si hay complicaciones existen las siguientes opciones:

- **Una exploración física:** Tu médico tratará de descartar problemas físicos que podrían causar tus síntomas.
- **Análisis de laboratorio:** Estos pueden incluir, por ejemplo, un chequeo de tu función tiroidea o un examen para detección de alcohol y drogas.
- **Una evaluación psicológica:** Un médico o profesional de la salud mental hablará contigo sobre tus síntomas, pensamientos, sentimientos y patrones de conducta. Es posible que te pida que completes un cuestionario para ayudar a responder estas preguntas.

Para determinar qué enfermedad mental puede estar causando los síntomas es necesario tomarse el tiempo y el esfuerzo para obtener un diagnóstico preciso que ayude a determinar el tratamiento adecuado ya que cuanta más información se tenga, más preparado se está para trabajar con su profesional de salud mental y así comprender lo que esos síntomas pueden representar para el paciente que está siendo tratado. (Mayo Clinic, s.f.)

2.1.3.1 Tratamientos

El tratamiento a llevar depende del tipo de enfermedad mental que se tenga, la gravedad y lo que sea más efectivo en cada caso. En muchas ocasiones, combinar tratamientos es lo que mejor funciona. Al tener una enfermedad mental leve con síntomas controlados, el tratamiento del proveedor de atención primaria puede ser suficiente. Sin embargo, en ocasiones, el enfoque

de equipo es más adecuado para asegurar la respuesta a todas las necesidades psiquiátricas, médicas y sociales. Esto es particularmente importante para las enfermedades mentales graves, como lo es la esquizofrenia.

El equipo de tratamiento puede comprender: (Mayo Clinic, s.f)

- Médico de atención primaria
- Enfermo especializado
- Asistente médico
- Psiquiatra
- Psicoterapeuta
- Farmacéutico
- Un asistente social
- Integrantes de la familia

2.1.3.2 Medicamentos

Los medicamentos psiquiátricos no curan la enfermedad mental, pero sí pueden mejorar los síntomas; tomando en cuenta que cada medicamento depende de la situación particular de cada persona. Los medicamentos psiquiátricos con receta utilizados con mayor frecuencia son: los antidepresivos, medicamentos para la ansiedad, medicamentos estabilizadores del ánimo, medicamentos antipsicóticos. (Mayo Clinic, s.f)

2.1.4 Especialistas de la salud mental

Existen diferentes profesionales en la salud mental que son capaces de ayudar en diferentes situaciones. A continuación, una lista de especialistas: psiquiatra, psiquiatra de niños y

adolescentes, psicofarmacólogo, psicofarmacólogo pediátrico, psicólogo, neuropsicólogos, psicólogo escolar, trabajador social, consejero, psicoterapeuta, pediatra, neurólogos y enfermeros especializados en psiquiatría pediátrica. (Child Mind Institute, s.f.)

2.1.4.1 Psicólogos

Los psicólogos cuentan con capacitaciones profesionales y destrezas clínicas que ayudan al aprendizaje a enfrentar con efectividad los problemas de la vida y de la salud mental. Al realizar varios años de estudios de postgrado y de entrenamiento supervisado, obtienen su licencia estatal para prestar diversos servicios como evaluaciones y psicoterapia. Su manera de ayudar es utilizar una amplia gama de técnicas basadas en las mejores investigaciones científicas disponibles, y que consideran los valores, características, objetivos y circunstancias de cada persona. (American Psychological Association, s.f.)

2.1.4.2 Psiquiatras

Son personas que primero cursan la carrera de medicina que dura seis años. Al terminar dicha carrera tienen que aprobar su examen de Médico Interno Residente, una vez aprobado ingresan a un hospital como médicos residentes en la especialidad de psiquiatría durante 4 años, es decir que se especializan en enfermedades mentales. Un psiquiatra se encarga de diagnosticar y tratar las enfermedades mentales abordando los desde su parte fisiológica ya sea prescribiendo medicación u otro tipo de intervención médica que sea necesaria a fin de equilibrar la bioquímica del cerebro y así reparar o compensar la fisiología que esté deteriorada. (Centro Manuel Escudero, s.f.)

2.2 Referentes Gráficos

Mental Health Campaign

El año 2021 sigue siendo un año de cambios, crecimiento y unidad en el cual es importante escuchar verdaderamente los problemas que afectan a nuestra juventud. El tema de la campaña trata de promover “fuerza a través de compartir” (strength through sharing). Usando #yourstorymatters impulsando a que la juventud tenga conversaciones abiertas acerca de la salud mental y ayudarlos a hablar de su problema. Su grupo objetivo es de los 16 - 35 años. A través de esta campaña se busca proveer una plataforma para que la gente hable acerca de sus problemas y cambiar la mentalidad de la sociedad sobre la salud mental y así detener los estigmas y la discriminación.

Figura 1

Título: *Mental Health Campaign*



Fuente: [https://www.behance.net/gallery/126407817/Mental-health-](https://www.behance.net/gallery/126407817/Mental-health-campaign?tracking_source=search_projects_recommended%7Cmental%20disorders%20awareness)

[campaign?tracking_source=search_projects_recommended%7Cmental%20disorders%20awareness](https://www.behance.net/gallery/126407817/Mental-health-campaign?tracking_source=search_projects_recommended%7Cmental%20disorders%20awareness)

Talk About It | 2018

La adolescencia es una época de cambios, incomodidad y confusión, que conduce a una acumulación de emociones, que en muchos adolescentes, no se manejan de la manera más saludable. Este proyecto tenía como objetivo frenar el aumento de casos de autolesiones entre los estudiantes indios de secundaria en las ciudades, en un rango de edades de 14-18 años. Esta campaña llamada 'Talk about it' busca alentar a las personas de este grupo a buscar ayuda para resolver sus dificultades bajo la guía de un profesional.

Figura 2

Título: *Talk About It*



Fuente.: https://www.behance.net/gallery/72816539/Talk-About-It-Mental-Health-Campaign-2018?tracking_source=search_projects_recommended%7Cmental%20disorders%20awareness

Awareness campaign for mental illness

Es una campaña de concienciación para apoyar a los pacientes psicológicos y concienciación general sobre las enfermedades mentales.

Figura 3

Título: *Awareness campaign for mental illness*



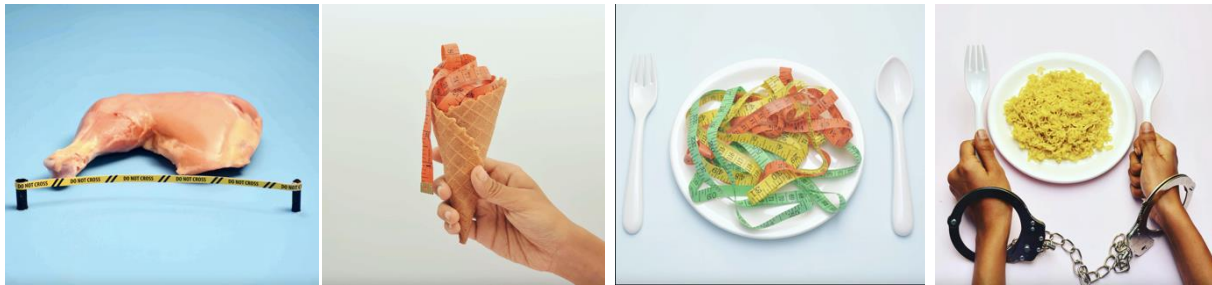
Fuente: https://www.behance.net/gallery/89896529/Awareness-campaign-for-mental-illness?tracking_source=search_projects_recommended%7Cmental%20disorders%20awareness

Snap Out of it

Este proyecto intenta retratar los trastornos psicológicos (anorexia, dislexia, depresión, ansiedad, trastorno bipolar) a través de fotografías conceptuales.

Figura 4

Título: *Anorexia*



Fuente. https://www.behance.net/gallery/38448441/Snap-out-of-it?tracking_source=search_projects_recommended%7Cmental%20disorders%20awareness

Figura 5

Título: *Desorden Bipolar*



Fuente. https://www.behance.net/gallery/38448441/Snap-out-of-it?tracking_source=search_projects_recommended%7Cmental%20disorders%20awareness

Figura 6

Título: *Depresión*



Fuente. https://www.behance.net/gallery/38448441/Snap-out-of-it?tracking_source=search_projects_recommended%7Cmental%20disorders%20awareness

Figura 7

Título: *Ansiedad*



Fuente. https://www.behance.net/gallery/38448441/Snap-out-of-it?tracking_source=search_projects_recommended%7Cmental%20disorders%20awareness

Figura 8

Título: *Dislexia*



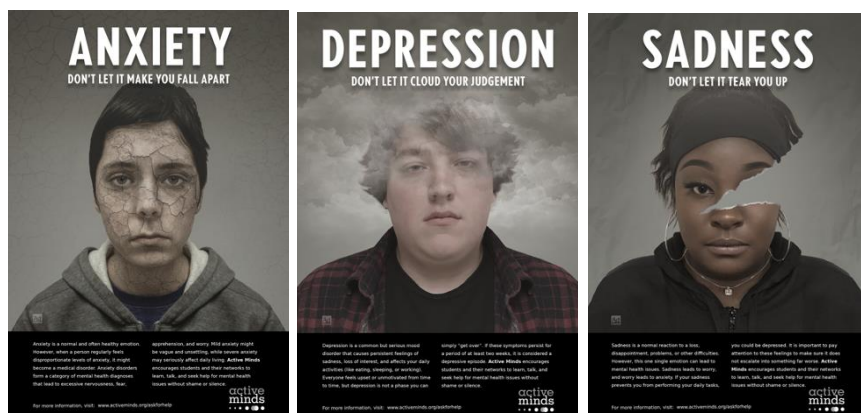
Fuente. https://www.behance.net/gallery/38448441/Snap-out-of-it?tracking_source=search_projects_recommended%7Cmental%20disorders%20awareness

Mental Health Awareness

Es una campaña que se centra en promover la conciencia sobre la salud mental en los campus universitarios. La idea que se tenía en mente era mostrar los sentimientos de cada trastorno de salud mental de una manera que pudiera entenderse visualmente y relacionarse.

Figura 9

Título: *Mental Health Awareness*



Fuente 5. https://www.behance.net/gallery/78456163/Mental-Health-Awareness-%28Campaign-Ads%29?tracking_source=search_projects_recommended%7Cmental%20disorders%20awareness

3. Marco Metodológico

3.1 Método

El método a utilizarse en esta investigación es el Método deductivo, esta es una estrategia de razonamiento que se emplea para deducir conclusiones a partir de una serie de premisas o principios que se asumen como verdades. Se dice que es un proceso de pensamientos que va de lo general a lo particular. Según este método la conclusión se puede encontrar dentro de las mismas premisas referidas, en otras palabras, la conclusión es consecuencia de estas. (Westreicher, 2021)

3.2 Universo o Población

3.2.1 Población 1

La población 1 está conformada por jóvenes guatemaltecos, un conglomerado, de un rango de 13-18 años que están en secundaria y tienen opiniones valiosas que pueden aportar al estudio sobre lo que ellos piensan de los trastornos mentales y sobre buscar ayuda para tratar los mismos, ellos siendo alumnos de colegios de la ciudad de Guatemala. En total son 120 alumnos.

3.2.2 Población 2

La segunda población contará con cuatro informantes claves, estos son psicólogos que se encuentran en la Ciudad de Guatemala. Ellos son de gran importancia ya que son conocedores de los trastornos mentales y al mismo tiempo de cómo los jóvenes los perciben.

3.2.3 Población 3

La tercera población serán dos informantes clave que son los docentes encargados de enseñar en estos jóvenes que se encuentran dentro de la Ciudad de Guatemala. Con el fin de que aporten qué información o conocimiento se les está brindando a los jóvenes sobre temas tan relevantes como lo son los trastornos mentales.

3.3 Muestra

3.3.1 Muestra 1

Considerando que la población de jóvenes guatemaltecos seleccionada es de 120 para definir la muestra se aplicó la calculadora 'Questionpro' dando un total de 93 personas.

3.3.2 Muestra 2

Los psicológicos son informantes clave, siendo un total de 4 personas; la muestra es el cien por ciento. Es decir 4 en el área de psicología que serían: la Psicóloga María Pepio, la Psicóloga Ana Paula Möller, la Psicóloga Ana Sylvia Parrila y la estudiante de Psicología Stephanie Rodríguez.

3.3.3 Muestra 3

Los docentes son informantes clave y son un total de 2 personas; la muestra es el cien por ciento. Es decir 2 docentes que serían: la Maestra Evelin López que imparte Sociales y la Maestra Patricia Barahona que imparte psicología.

3.4 Instrumentos de investigación

3.4.1 Instrumento 1

El primer instrumento a utilizarse sería un cuestionario que consta de 10 preguntas (4 cerradas, 4 de opción múltiple y 2 abiertas) esto con el fin de recopilar información y opiniones sobre lo que son los trastornos mentales y la importancia de acudir a un profesional. Este instrumento se le presentará a la ‘Población 1’. (Ver instrumento en apéndice).

3.4.2 Instrumento 2

Para la ‘Población 2’ se utilizará una guía de entrevista de manera formal. Esto para así poder conocer su opinión sobre los trastornos mentales y la presencia de estos en la juventud guatemalteca. Consta de 10 preguntas abiertas. (Ver instrumento en apéndice).

3.4.3 Instrumento 3

Para la ‘Población 3’ que son los docentes se utilizará una guía de entrevista, de igual manera formal, para que nos puedan brindar información sobre los jóvenes guatemaltecos y su conocimiento de los trastornos mentales. Consta de 8 preguntas abiertas. (Ver instrumento en apéndice).

3.5 Procedimiento

3.5.1 Procedimiento 1

Las encuestas se pasarán de manera digital en la plataforma de Google Forms esta se enviará vía Whatsapp e Instagram a los jóvenes, esto con el fin de que sea más eficiente y evitar el contacto. Esta encuesta debería de tomarles 5 minutos o menos. Y tendrá vigencia una semana.

3.5.2 Procedimiento 2

Las guías de entrevista a realizar a los psicólogos serán vía zoom, esto con la finalidad de mantener el distanciamiento y respetar las medidas de bioseguridad. Estas entrevistas tomarían 25 minutos máximo con cada profesional para poder obtener la información y abarcar todas las preguntas. Se realizará en un lapso de 10 días.

3.5.3 Procedimiento 3

Las guías de entrevista a realizarse a los docentes serán vía zoom, esto para evitar el contagio del COVID-19. Estas entrevistas tomarían 25 minutos máximo con cada profesional para así obtener la información que se busca. Se realizará en un lapso de 10 días.

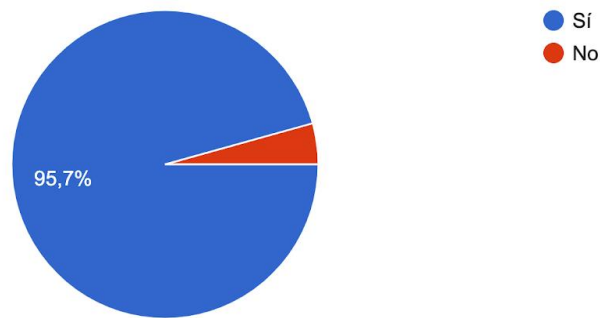
4. Presentación y Análisis de Resultados

4.1 Resultados y Análisis de instrumento 1

De estos instrumentos se obtuvieron respuestas de 93 jóvenes entre las edades de 13-18 años que se encuentran dentro de la Ciudad de Guatemala y ya cuentan con la edad suficiente para poder entender sobre los trastornos mentales y sus efectos. Este grupo es equivalente al 100% de la muestra establecida. A continuación, los resultados obtenidos del cuestionario:

Figura 10. Pregunta 1

¿Sabes qué son los trastornos mentales?
93 respuestas



Fuente: Elaboración propia

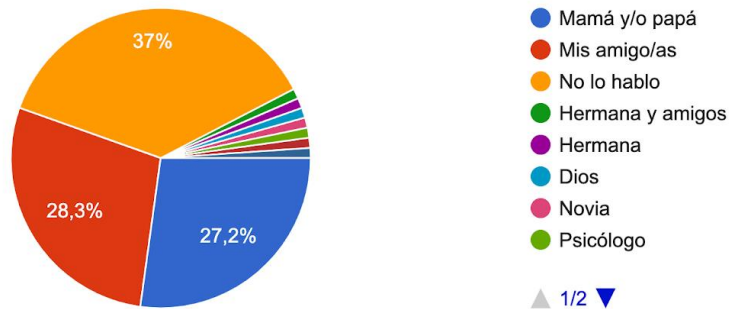
Análisis:

Con los resultados de esta gráfica se puede evidenciar que la mayoría de los jóvenes tienen conocimiento sobre lo que son los trastornos mentales. Lo cual muestra cómo la deficiencia de la salud mental no se debe a la falta de conocimiento de la existencia y significado de los mismos sino va más a la falta de atención.

Figura 11. Pregunta 2

Si te sientes mal emocionalmente por mucho tiempo, ¿con quién lo hablas?

92 respuestas



Fuente: Elaboración propia

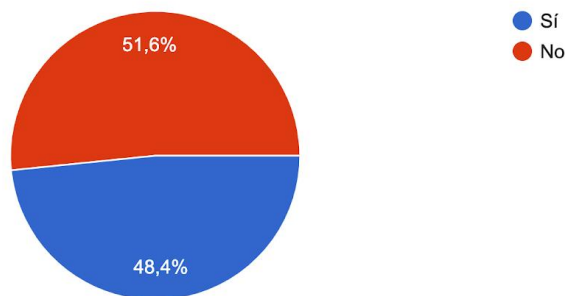
Análisis:

Con los resultados de esta gráfica se puede evidenciar que a la hora de sentirse mal emocionalmente suelen hablarlo con sus papás, sus amigos y no hablarlo. Pero que en un 37% prefieren no hablarlo y sólo un 2.2% han acudido a un profesional. Esto establece una opinión bastante clara de cómo los jóvenes ni siquiera llegan a considerar la ayuda profesional cuando sienten o creen padecer síntomas de algún trastorno mental.

Figura 12. Pregunta 3

¿Sabes cuál es el origen de un trastorno mental?

93 respuestas



Fuente: Elaboración propia

Análisis:

Con los resultados de esta gráfica se puede evidenciar que más de un 50% no saben el origen de los trastornos mentales por lo que ellos podrían estar viviendo situaciones en donde se vean afectados de esta manera y lo están ignorando por no tener el conocimiento necesario. Lo cual lleva a establecer como la falta de información puede traer consecuencias negativas y cómo esto llega a ser una causa de la deficiencia de la salud mental.

Figura 13. Pregunta 4

Para ti, ¿cómo se maneja un trastorno mental?

93 respuestas



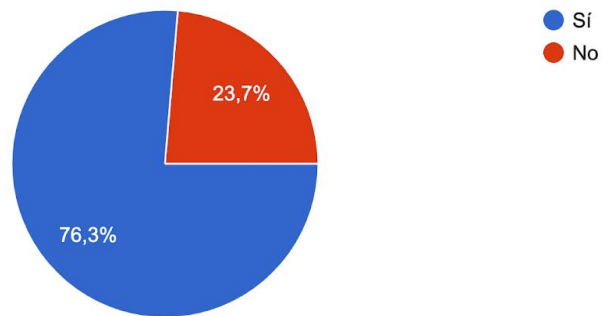
Fuente: Elaboración propia

Análisis:

Con los resultados de esta gráfica se puede evidenciar que la mayoría de los jóvenes encuestados están conscientes que para manejar un trastorno mental es necesario acudir con un experto ya que aunque se intenten tratar con alguien mayor o por uno mismo, sino se cuentan con las herramientas necesarias estos no son posibles de tratar o en muchos casos de solucionar. Lo que lleva a evidenciar que piensan los jóvenes sobre padecer trastornos mentales y pedir ayuda profesional, que en su mayoría opinan que es necesario sin embargo en la pregunta 2 se evidencia como ni un 3% lo hace.

Figura 14. Pregunta 5

¿Conoces cuáles son los trastornos mentales?
93 respuestas



Fuente: Elaboración propia

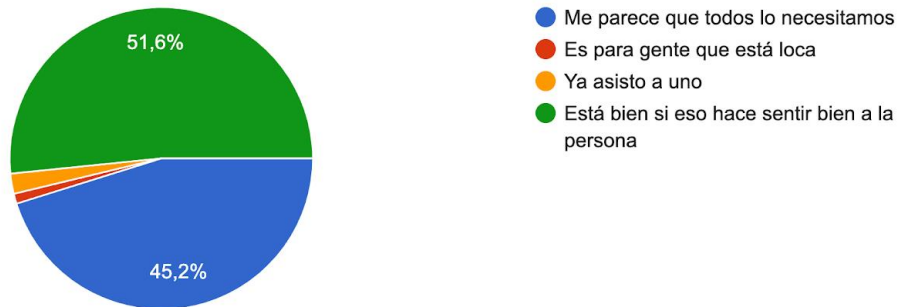
Análisis:

Con los resultados de esta gráfica se puede evidenciar que a pesar de que muchos conocen cuales son los trastornos mentales un cuarto de los encuestados no saben y eso podría afectarles ya que podrían estar atravesando uno y no tener ni idea y no únicamente ellos sino incluso algún amigo o familiar. Lo que lleva a establecer como la falta de importancia hacia estar informados del tema se puede volver una consecuencia negativa.

Figura 15. Pregunta 6

¿Qué piensas de acudir con un psicólogo?

93 respuestas



Fuente: Elaboración propia

Análisis:

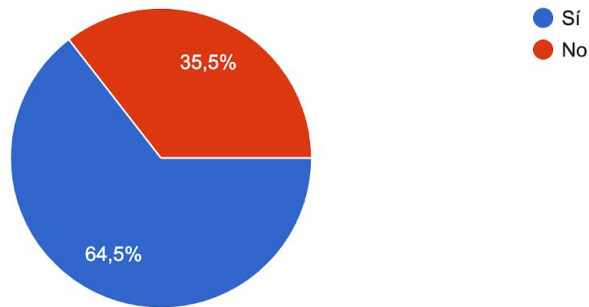
Con los resultados de esta gráfica se puede evidenciar como ya está más normalizado el hecho de buscar ayuda de un profesional, a pesar de que muchos están de acuerdo con que está bien hacerlo si a la persona lo hace sentir bien otro porcentaje bastante alto está de acuerdo con que hay situaciones y traumas que todos necesitan tratar un con profesional. Esto muestra que piensan los jóvenes sobre pedir ayuda profesional al sentirse agobiados por algún tipo de síntoma, tanto de manera personal como de quienes los rodean.

Es un tema que está dejando de ser tabú pero los mismos jóvenes sabiendo la importancia de asistir con un profesional evitan hacerlo.

Figura 16. Pregunta 7

¿Conoces a alguien que padece de un trastorno mental?

93 respuestas



Fuente: Elaboración propia

Análisis:

Con los resultados de esta gráfica se puede evidenciar como hoy en día es común que se conozcan casos de trastornos mentales, esto puede ser porque como ya es un tema más hablado la gente lo cuenta y se expresa o porque sus síntomas ya son más identificables. Esto muestra como muchos pueden conocer gente con trastornos mentales pero por ignorar cómo se presentan y sus síntomas estos llegan a pasarse por alto. Lo que puede generar consecuencias negativas hacia los que padecen dichos trastornos y a los que los rodean por el hecho de no saber cómo manejar ese tipo de situaciones.

Figura 17. Pregunta 8

¿Qué crees que pasa si no se trata un trastorno mental?

92 respuestas



Fuente: Elaboración propia

Análisis:

Con los resultados de esta gráfica se puede evidenciar como todos están conscientes que padecer este tipo de afecciones pueden perjudicar la vida de la persona, ya sea complicando su día a día hasta atentar contra su propia vida. Es claro cómo todos están de acuerdo que el ignorarlos solo los empeora. Mostrando que los jóvenes conocen que el no darle la importancia necesaria a estos trastornos y enfermedades puede traer consecuencias graves.

Tabla 1. Pregunta 9

¿Te consideras una persona sana mentalmente? ¿Por qué?

Sí	No	Neutro
<p>Sí</p> <p>Sí</p> <p>Actualmente sí</p> <p>Sí, porque vivo bien.</p> <p>Sí, no padezco de un trastorno.</p>	<p>No, porque tengo muchas inseguridades que trabajar y tengo depresión diagnosticada.</p>	<p>Relativamente, porque siento tener dos caras, a veces soy un amor y otras veces soy demasiado cruel, no es nada grave pero creo que cuenta.</p>
<p>Yo considero que sí, porque tengo todavía control con mis cosas y no he llegado a sucesos graves.</p>	<p>Actualmente no, pero, con ayuda profesional, estoy en progreso para volver a ser estable mentalmente.</p>	<p>En ciertos aspectos sí, pero a veces me gustaría ayuda profesional.</p>
<p>Sí, porque tengo mucho apoyo de mi familia así que solo necesito hablar con alguien.</p>	<p>No. Todos tenemos problemas y aun me falta lidiar con los míos.</p>	<p>Probablemente</p>

<p>Generalmente sí me considero una persona sana.</p>	<p>No, porque yo padezco de un trastorno mental.</p>	<p>Masomenos No sé</p>
<p>Sí, como todos a veces tengo problemas pero siempre logro solucionarlos a través de Dios o alguna actividad.</p>	<p>No, creo que no existen las personas sanas mentalmente, todos tenemos traumas, problemas, fobias, etc. Pues son parte normal del crecimiento, son esas cosas las que forman nuestras inseguridades, disgustos, gustos y no negociables, y creo que es importante que se deje de estigmatizar las enfermedades mentales como algo malo o algo solo para personas locas, pues es algo normal.</p>	<p>Porque no tengo nada que me haga sentir fuera de lo normal creo.</p>
<p>La mayor parte del tiempo sí, pero muchas veces la presión de las personas me aturde.</p>	<p>No, no siento que sea estable en cuanto a mis emociones y me siento exhausta mentalmente.</p>	<p>Me gusta pensar que si pero hay ocasiones donde parece que solo aparento estar bien.</p>

<p>Sí, ya que no sufro ningún trastorno.</p>	<p>No, a lo largo de mi vida he descubierto que tengo algunos trastornos mentales inofensivos.</p>	<p>A veces, porque el cansancio mental que uno llega a sentir se nota mucho en los cambios de ánimo, y me pasa muy seguido.</p>
<p>Sí, he aprendido a cómo ser feliz y no preocuparme por cosas que no tienen importancia.</p>	<p>No, la ansiedad es algo que se que sufro a veces.</p>	<p>Considero que el estar sano mentalmente, es variable, ya que como humanos siempre estamos expuestos a nuevas experiencias que pueden afectar positiva o negativamente al área mental.</p>
<p>Sí, porque no padezco de algún síntoma.</p>	<p>No, creo que aun no me conozco profundamente ni las cosas que en realidad necesito. Debo sanar heridas que se han quedado abiertas porque considero que no estoy mentalmente sana, ya que necesito mejorar y trabajar en estas cosas.</p>	<p>Yo considero que ser sano mentalmente requiere de un esfuerzo continuo y chequeos constantes.</p>

<p>Sí, ya que cada vez que lo necesito hablar con alguien y trato de organizar mis sentimientos e ideas para estar más tranquila.</p>	<p>No, creo que no he tratado mis problemas de la manera correcta y todo me lo reservo.</p>	<p>Tengo mi manera de lidiar con mis problemas y no suelo tener muchos problemas.</p>
<p>Sí, porque me siento bien conmigo mismo.</p>	<p>No, porque suceden muchas cosas en la vida cotidiana.</p>	<p>Sí pero hay veces que no porque puedo estar bien pero hay momentos me siento muy mal.</p>
<p>Sí, me siento feliz y agradecida con la vida y cuando no, considero que se manejar bien mis emociones.</p>	<p>No, porque aún me falta sanar traumas.</p>	
<p>Sí, estoy bien conmigo misma.</p>	<p>No, me considero una persona con trastorno mental.</p>	
<p>Sí, porque puedo saber cuando necesito ayuda, pedirla y superar los malos momentos de mi vida.</p>	<p>No, estrés postraumático No, muchos problemas No, no siempre estoy bien No No, colegio :(</p>	

	<p>No, no siempre estoy bien</p> <p>No, la verdad no</p>	
<p>Sí porque hablo con mi mamá sobre mis problemas y emociones y los soluciono.</p>	<p>No estoy segura, creo que para estar mentalmente sana necesito estar bien en todos los sentidos y creo que no cumplo con ello.</p>	
<p>Sí, porque considero que he podido llevar una vida emocional y mentalmente estable que me ha permitido conservar la tranquilidad y La Paz en todo momento.</p>	<p>No realmente, porque no tengo una manera saludable de afrontar mis problemas y a veces sufro de comportamientos auto dañinos.</p>	
<p>Sí, porque no soy una persona que se lleva por sus emociones.</p>	<p>No, tengo muchos problemas que tengo que resolver.</p>	
<p>Sí, trato de ser lo más positivo posible, he logrado que las adversidades no me afecten tanto como lo</p>	<p>No, porque necesito ayuda de algún profesional para mejorar mi vida.</p>	

<p>deberían. Aparte que recibo terapia cada semana.</p>		
<p>Sí, no siento ningún problema que me lleve a sentirme mal.</p>	<p>Mmm no al 100 porque hay cosas que no comprendo por qué reacciono de esa manera o me gustaría comprender las razones detrás de ciertas acciones.</p>	
<p>Sí, me siento bien conmigo misma y no siento que tenga algún problema grave, si bien es cierto que tengo problemas creo que he podido resolverlos hasta ahora con ayuda.</p>	<p>No al 100%, pero intento hacer actividades que me ayuden a llevar cierta paz mental.</p>	
<p>Sí, porque sé que puedo manejar mis problemas.</p>	<p>No aún, considero que hay muchos factores que me siguen desestabilizando mentalmente. Aunque esté trabajando en ello, no me considero bien mentalmente por el momento.</p>	

<p>Sí porque me siento bien conmigo misma, tranquila y no creo tener ningún síntoma de tener algún problema mentalmente.</p>	<p>No, ya que estoy sometido a mucha presión y estrés lo cual causa alteraciones a nivel cognitivo.</p>	
<p>Sí me considero una persona sana porque sabemos que en la vida hay dificultades y debemos de mejorar como personas para tener una vida sana.</p>	<p>No realmente, creo que todos tenemos más de algún problema.</p>	
<p>Si, porque no pongo atención a las opiniones ni a situaciones negativas y siempre soy feliz aunque no pueda confiar en nadie.</p>	<p>No, he considerado que muchas veces la ansiedad me consume.</p>	
<p>Si, pero estoy trabajando en eso con un profesional.</p>	<p>Realmente no, no sabría decir con certeza por qué, pero hay momentos donde no me reconozco y me</p>	

	gustaría exteriorizar mi sentir sin sentirme incomoda.	
Sí porque siempre pienso y actúo de buena manera y si en dado caso me siento mal o confundida, me avoco a alguien para que tal vez esa persona logre ayudarme.	No del todo, previos análisis y situaciones me han demostrado que no del todo pero sí en un buen estado.	
Sí, ya que puedo llegar a controlar mis acciones y sé cuando debo reflexionar sobre lo que me está pasando.		
Sí, por llevar un vida sana física y psicológicamente.		
Sí, no me siento con problemas graves como los que suelen resonar en las noticias.		
Me considero una persona sana ya que estoy		

satisfecho conmigo mismo y me siento bien.		
Siento que no tengo problema con mi vida por el momento.		
Trato de pasar tiempo conmigo misma para entenderme y ponerme al día con mis sentimientos.		
Sí, estoy en una etapa en la cual estoy trabajando en mí así que eso me ayuda bastante.		
Sí, porque he construido una vida llena de paz en donde no dejo que mi mente me gane.		
Sí, siempre trato de no reprimir mis sentimientos.		

Sí, tengo a personas que me ayudan a estar bien.		
Considero que sí, porque soy agradecido con lo que tengo y soy feliz.		
Sí, no lidio con problemas y cuando los tengo los resuelvo hablando.		

Fuente: Elaboración propia

Análisis 1:

Con los resultados de esta tabla se puede evidenciar tres puntos de vista totalmente diferentes sobre la salud mental de los jóvenes guatemaltecos, en la actualidad. En su mayoría el resultado fue positivo indicando como a su perspectiva se encuentran ‘sanos’ mentalmente, pero muchos lo definen así por el hecho de que no padecen de ningún ‘trastorno mental’, diagnosticado. Pero también se encuentra un porcentaje que indican no tener trastornos diagnosticados, pero por lo que conocen de los mismos han llegado a observar que pueden contar con distintos síntomas. muestra que el porcentaje de personas que se encuentran mal es bastante elevado y anteriormente. Y por otro lado, se encuentra ese porcentaje que no sabrían definir su salud mental como buena o mala, pero que les gustaría acudir con un profesional para poder ser guiados en ese camino. Con estos datos se logra evidenciar cómo los jóvenes a pesar de creer o

saber que padecen de algún síntoma de trastornos mentales prefieren no buscar ayuda profesional.

Tabla 2

¿Piensas que alguien puede padecer de un trastorno mental y no saberlo?

¿Por qué?

Sí	No	Neutro
<p>Sí</p> <p>De hecho sí</p> <p>Porque es como es el.</p> <p>Sí, porque piensa que es normal.</p> <p>Sí</p> <p>Sisi, porque no aceptan sus errores.</p> <p>Sí, tal vez no sabe lo que es.</p> <p>Sí, porque pueden pensar que es algo normal.</p> <p>Puede ser que sí.</p> <p>Sí, no sé.</p>	<p>No estoy seguro, pero el creer que todo este mal es lo correcto es un buen ejemplo.</p>	<p>Claro, es muy sencillo padecer un trastorno mental.</p> <p>Pero es igual de sencillo no saberlo ya que los efectos de estos no llevan directamente a la conclusión de tener un trastorno.</p>
<p>Si considero que sí, a veces estos trastornos no son tan visibles y con el tiempo se pueden descubrir.</p>	<p>No, porque siempre actúan de forma diferente.</p>	<p>Creo que si, de cierta manera algunas personas pueden saberlo pero no lo admiten, o tratan de esconderse ese</p>

		<p>trastorno de ellos mismos porque es algo que no quieren tener o aceptar. Por esta manera considero que sí y no, ya que pueden saberlo pero ocultándose de sí mismo al mismo tiempo.</p>
<p>Sí, puede ser que esté pasando por muchas cosas y no se de cuenta que le está afectando.</p>	<p>No todos saben reconocerlos, a veces se cree que es normal cuando no se tiene con qué compararlos.</p>	<p>Puede ser, si no se conoce del tema es posible que esto nos pase.</p>
<p>Sí, porque puede creer que es algo normal o pensar que sus reacciones ante las situaciones lo son.</p>	<p>No, tiene que ver de alguna manera que se de cuenta que está mal, pero en algunos casos sí que puede haber personas.</p>	<p>Por el momento no lo sé.</p>

<p>Por qué se puede acostumbrar a vivir de esa forma que a su parecer no está mal, pero es un problema que debe tratarse.</p>		
<p>Totalmente, yo padecía de trastornos mentales y no lo supe hasta años después, creo que tal vez es porque nunca nos enseñaron nada acerca de ellos</p>		
<p>Sí, porque pueden creer que es algo normal.</p>		
<p>Sí, cada persona es distinta y todos los trastornos pueden presentarse de diversas maneras.</p>		
<p>Sí. Un trastorno mental el paciente muchas veces no lo nota, pero el resto de personas sí. Es bueno ir con un experto por ello.</p>		
<p>Sí. porque no siempre acudimos con un profesional que es la única persona que puede diagnosticar, o ignoramos los síntomas o los asociamos a algo más.</p>		

<p>Sí, el Alzheimer es un buen ejemplo, o el TID, son trastornos en los que la memoria del individuo se ve alterada, aunque la mayoría de enfermedades mentales son difíciles de detectar, pues si fuéramos capaces de detectarlos por nuestra cuenta, los trataremos, lo cual la gran mayoría no hace.</p>		
<p>Por varios factores ya sea sociales o ambientales.</p>		
<p>Sí, mucha gente no está muy informada de este tema por lo cual piensa que es normal.</p>		
<p>Sí, ya que muchos piensan que así es la vida normal.</p>		
<p>Y si no le afecta directamente o no le duele puede que sí.</p>		
<p>Sí, porque actúan sin pensar o saber qué les pasa.</p>		

<p>Sí, es algo muy común. Como la depresión, la persona puede tener los síntomas y no saberlo.</p>		
<p>Sí, cree que lo que le pasa es normal y es su forma de manejar y llevar las cosas.</p>		
<p>Sí. Normalmente el comportamiento causado por un trastorno mental es considerado normal desde el punto de vista de la persona que lo tiene. No se dan cuenta de lo que están experimentando.</p>		
<p>Sí, porque cuando es la persona misma, no puede ver tan claro que algo está mal en ella..</p>		
<p>Sí, cuando empiezan a sufrir de ansiedad, cuando uno menos espera, sucede.</p>		
<p>Sí, porque a veces no nos damos cuenta de lo que nos pasa o lo normalizamos.</p>		

<p>Sí, con el tiempo se irá dando cuenta y sus comportamientos hablarán mucho de sí por eso es necesario comunicarse.</p>		
<p>Sí, porque debe ser diagnosticado para saberlo, pues los síntomas siempre son diferentes.</p>		
<p>Sí. A veces es difícil porque tu misma cabeza juega con todo lo que crees que es normal o no así que, ya alguien con un trastorno mental claro que es posible.</p>		
<p>Sí porque muchas veces las personas pueden llegar a pensar que ellas son de esa manera sin cuestionarlo nunca o incluso pueden llegar a pensar que es un cambio en la búsqueda de su identidad/personalidad en la que todos los jóvenes nos vemos inmersos durante estas etapas; por lo cual, a falta de un diagnóstico realizado por algún experto, una persona puede ignorar totalmente</p>		

<p>que ha vivido atrapado en un trastorno mental desde hace tiempo.</p>		
<p>Sí, porque no todos somos perfectos posiblemente algunos tenga un trastorno y no se dan cuenta y posiblemente no les afecta en su vida.</p>		
<p>Sí, muchas veces normalizamos ciertas actitudes, y según la sociedad es "normal". Podemos estar padeciendo algún trastorno, pero al normalizar lo creemos que es algo leve. Ningún trastorno mental es algo pequeño.</p>		
<p>Sí, es posible ya que puede ser que veamos una situación anormal que callemos o no le tomemos la importancia que deba.</p>		
<p>Sí, porque hay muchas veces que los trastornos mentales no son notorios, pero eso no quiere decir que una persona no los tenga.</p>		

<p>Sí, si no están lo suficiente conscientes de ciertos síntomas o señales que significan que tenga algún trastorno mental específico.</p>		
<p>Sí, porque puede pensar que lo que hace es normal.</p>		
<p>Puede que sí pero eso depende de la persona que lo tenga y eso puede afectar ya que uno no lo expresa.</p>		
<p>Yo creo que sí ya que a veces lo negamos tantas veces que nos creemos la mentira que decimos.</p>		
<p>Sí, porque hay gente que no está lista para admitirlo entonces hasta que alguien se lo diga se empieza a dar cuenta la persona.</p>		
<p>Sí, por distintos factores uno puede ser que no sepan cuales son los trastornos mentales y la otra puede ser que no se quieren dar cuenta de lo que está pasando.</p>		

<p>Sí, algunas personas no aceptan que tienen un problema.</p>		
<p>Sí, porque esas personas pueden pensar que eso es normal ya que no conocen otra forma por lo cual creen que están bien pero en realidad no lo están y hay algo mejor que ellos no conocen.</p>		
<p>Sí, ya que los trastornos son algo que pasa en cuestión de segundos por lo que puede que esté pasando uno y no me doy cuenta por lo rápido que actúo en vez de pensar en lo que hago.</p>		
<p>Es posible. Creo que tienden a confundirlo con algún tipo de problema personal y no mental; tal vez como producto del estrés o algo por el estilo.</p>		
<p>Sí, porque el trastorno mental es difícil de identificar, más si la persona tiene la negación en tenerlo.</p>		
<p>Sí, porque pueden considerar que sus diferentes comportamientos que son</p>		

causados por el trastorno son normales. Esto se debe especialmente por la falta de información que hay acerca de la salud mental en el país.		
Sí, alguien lo puede padecer pero conforme el tiempo se da cuenta.		
Sí, ya que no todas las personas están informadas acerca de estos.		
Sí, muchas veces se puede pensar que es algo que les sucede a todos. Eso lleva a no preguntar a profesionales que puedan dar una respuesta más concreta.		
Sí, usualmente creen que es parte de su personalidad.		
Sí, a veces no lo sientes porque están acostumbrados a sentir esas emociones.		
Puede llegar a pasar que las personas no saben sobre su trastorno mental ya que		

pueden creer que están pasando por situaciones comunes cuando no es así.		
Sí, porque los trastornos mentales se consideran un tema tabú y no todas las personas están al tanto de sus "síntomas" o acciones que los caracterizan		
Sí, porque para esa persona es "normal" llevar ese problema con ella y sin saber.		
Sí, porque no hablan de ello y muchas personas no creen en este tipo de enfermedades.		
Sí, muchas veces no aceptamos un trastorno o simplemente no le ponemos atención.		
Sí, porque aceptar un trastorno mental es lo más difícil.		
Pues tal vez sí, puede que alguien esté sufriendo, pero no sepa cual es la razón.		

<p>Sí, hay muchas veces que no conocen los trastornos mentales y no pueden poner título a lo que sienten o lo que hacen.</p>		
<p>Sí, la mayoría de las veces la persona trata de ignorar su realidad y supone estar bien.</p>		
<p>Sí, porque es muy impulsiva y siempre explota con todos.</p>		
<p>Sí, ya que no conocemos al 100% a las personas y no sabemos lo que están pasando y/o padecen.</p>		
<p>Sí, porque muchas veces entre la familia se normalizan ciertas actitudes o comentarios que pueden dar pie a desarrollar un trastorno de este tipo y al ser normalizado pues la persona no es capaz de percibirlo hasta que alguien se lo hace notar.</p>		
<p>Si, por no estar bien informados y no saber reconocerlos.</p>		

Sí, pensaría que es un comportamiento normal.		
Puede ser que si, las personas no se dan cuenta de los traumas que pueden tener.		
Sí, se debe de tener un informe médico para comprobarlo.		
Sí, a veces parece que las cosas son "normales".		
Sí, porque puede pensar que lo que hace o piensa está bien.		
Sí, mucha gente vive así y no se da cuenta, porque nadie se lo dice o no van al médico o psicólogo.		
Sí, muchas veces las personas están deprimidas, sin embargo ellas no lo notan.		
Sí, ya que no todos podemos ver lo malo pero las personas sí y por más que nos dicen no lo creemos.		

Sí, porque no estamos educados para saberlo, hay veces que lo normalizan.		
---	--	--

Fuente: Elaboración propia

Análisis:

Con los resultados de esta tabla se puede observar como la mayoría están de acuerdo que es muy común el hecho de poder padecer un trastorno mental y no saberlo porque se puede llegar a creer que ciertos comportamientos son normales por el simple hecho de no conocer nada más o que lo tengan muy normalizado. Por otro lado, se encuentran quienes opinan que no es posible no saberlo ya que siempre existen actitudes y comportamientos fuera de lo normal. Y están los jóvenes que se encuentran en un punto neutro ya que creen que sí se puede padecer un trastorno y no saberlo por el hecho de no tener el conocimiento suficiente o simplemente negarlo.

Esto muestra lo que los jóvenes piensan sobre lo que es padecer un trastorno mental y como el ignorarlos puede perjudicar a la persona que lo vive y a quienes lo rodean. Siendo la falta de información un factor relevante en la deficiencia de la salud mental.

4.2 Resultados y Análisis de instrumento 2

De estos resultados se obtuvieron respuestas de 4 especialistas en la salud mental, tres psicólogos y un estudiante de cuarto año de la carrera de psicología. Siendo el equivalente al 100% de la muestra establecida. Donde brindan información sobre su conocimiento y experiencia tratando trastornos mentales, específicamente en los jóvenes.

Pregunta 1: ¿Se puede nacer con un trastorno mental?

Psicóloga María Pepio:

Sí, sí se puede ya que estamos expuestos a trastornos mentales como lo que es el autismo que puede venir de nacimiento.

Psicóloga Ana Sylvia Parrila:

Es difícil determinarlo pero lo que se sabe es que, un trastorno mental, puede desarrollarse dependiendo de factores genéticos y de las condiciones familiares o ambientales donde el niño se desenvuelva.

Psicóloga Ana Paula Möller:

Creo que si existe un factor hereditario en algunos trastornos por lo que en algunos casos considero que si, pero si considero muy importante historizar que pasó antes de sólo concluir que lo heredó.

Estudiante de Psicología Stephanie Rodríguez.:

Sí, se puede nacer con un trastorno mental ya que son resultados de factores genéticos y ambientales. Sin embargo, no en todas las ocasiones se va a desarrollar el trastorno debido a que la persona no se enfrente o esté expuesta a factores ambientales que las desencadena.

Pregunta 2: ¿Desde qué edad se pueden padecer trastornos mentales?

Psicóloga María Pepio:

Desde que se nace, los trastornos mentales como ya mencioné, se pueden evidenciar en ciertos comportamientos desde los primeros meses de vida.

Psicóloga Ana Sylvia Parrila:

No es fácil hacerlo debido a los cambios emocionales, conductuales y cognitivos que naturalmente se van dando en los niños durante la infancia. Sin embargo, durante la niñez los padres o maestros generalmente, van observando rasgos no esperados para la edad y es entonces donde es importante consultar al médico o psicólogo infantil.

Psicóloga Ana Paula Möller:

Según lo teórico, especialmente en trastornos diagnosticados con el DSM, la regla es que no se puede diagnosticar a una persona con un trastorno mental hasta que son mayores de edad o sea a partir de los 18. Pero eso no significa que no puedan empezar a ser notorios desde la infancia, aunque existan estas 'normas' de no poder diagnosticar hasta la mayoría de edad a mi me consta que estas afecciones a la salud mental son notorias desde muy temprana edad.

Estudiante de Psicología Stephanie Rodríguez:

Depende del tipo de trastorno mental, ya que los que son del neurodesarrollo se pueden diagnosticar a una corta edad, pero por lo general el diagnóstico se hace a partir de los 15 años en adelante.

Pregunta 3: ¿Cómo puede afectar el ignorar un trastorno mental? Ya sea personal o ajeno

Psicóloga María Pepio:

El problema es que al ignorarlos estos pueden seguir avanzando y desarrollándose a un punto dañino para la persona, en este caso para los jóvenes.

Psicóloga Ana Sylvia Parrila:

Ignorar cambios en la conducta, pensamiento o emociones de los niños o adolescentes puede ser perjudicial ya que al no darle la atención o tratamiento adecuado podrían acentuarse a ser más difícil de tratar.

Psicóloga Ana Paula Möller:

Cualquier cosa en torno a nuestras emociones o situaciones que vivamos en la mayoría que lo callemos o tratemos de ignorarlo y reprimir lo, muchas veces con la intención de no darle energía creyendo que en el momento que las hablamos estas se hacen reales. El no decir las cosas y reprimirlas siendo una peor forma de manejar las cosas, creando soledad y aislamiento en la persona.

También es desesperante no recibir el tipo de ayuda que necesitan, y para las personas que lo rodean es difícil y se sienten impotentes de ver sufrir a alguien que aman y sentir que no pueden hacer nada. Ignorarlos empieza a afectar en lo académico, social, personal; todo recibe el impacto.

Estudiante de Psicología Stephanie Rodríguez:

El ignorar puede afectar negativamente el bienestar emocional, físico y en el comportamiento de una persona ya sea personal o ajeno. Puede haber repercusiones de autoestima lo cual lleva a problemas más graves o agrave los síntomas que se están presentando.

Pregunta 4: Según su experiencia, ¿qué tan comunes son los trastornos mentales en jóvenes?

Psicóloga María Pepio:

Son bastante comunes ya que la adolescencia es una etapa de muchos cambios y viene a causar mucha confusión que se pueda ver reflejada en trastornos como ansiedad, depresión y trastornos alimentarios.

Psicóloga Ana Sylvia Parrila:

Mi experiencia como psicóloga en práctica privada me dice que de los jóvenes que, personalmente he atendido, un 30% de ellos son diagnosticados con algún trastorno como ansiedad, trastorno de la conducta alimentaria o trastornos en el estado de ánimo.

Psicóloga Ana Paula Möller:

Considero que la adolescencia es un periodo de la vida donde a nivel mental y social hay muchos cambios, retos que son muy diferentes a la adultez. Si siento que es un punto en la vida bastante arriesgado para padecer un tipo de trastorno o afección a la salud mental.

Estudiante de Psicología Stephanie Rodríguez:

Los trastornos en jóvenes son bastante comunes, por lo general, son casos de depresión, ansiedad y trastornos de la alimentación.

Pregunta 5: Cuando un joven de entre 13-18 años la visita, ¿suele ser de manera voluntaria? De no ser así, ¿es más complicado tratar al paciente?

Psicóloga María Pepio:

Un 90% del tiempo no es de manera voluntaria, ya que no siempre tienen la mejor percepción de los psicólogos y también que ignoran lo que están viviendo. Casi todos los casos que he tratado, por no decir todos, los padres y/o encargados han sido los que han traído a los jóvenes y me ha tocado explicarles desde un principio que si ellos no quieren la ayuda o se resisten a esta va a ser muy difícil poder avanzar.

Psicóloga Ana Sylvia Parrila:

La mayoría de las veces los jóvenes van a consulta porque un adulto se los ha sugerido y suele ocurrir que aunque no fueron ellos quienes lo solicitaron, si están conscientes de acuerdo en que la ayuda les puede beneficiar. La dificultad en el tratamiento va a disminuir siempre y cuando se trabaje en tener, desde el principio, una buena alianza terapéutica.

Psicóloga Ana Paula Möller:

Las personas de este rango de edades en su mayoría llegaban porque el colegio lo recomendó o porque la familia así lo decidió, que buscaran apoyo. Es muy raro que a esta edad por voluntad busquen ayuda, no digo que es imposible, pero si me he topado con muy pocos casos. Por esto mismo, al no ser voluntario si existe un tipo de resistencia de parte del paciente.

Estudiante de Psicología Stephanie Rodríguez:

Por lo general, siempre son referidos por el colegio o por los padres. Cuando no van de manera voluntaria la alianza terapéutica es más complicada ya que sino se llega a tener esa alianza el proceso psicoterapéutico no va a tener un buen pronóstico o bien se ve comprometido.

Pregunta 6: ¿Hay algún trastorno mental que pueda durar toda la vida? ¿O todos son tratables?

Psicóloga María Pepio:

Si, hay varios trastornos que no pueden curarse, pero siempre de la mano de un profesional, en este caso psiquiatras; se pueden tratar para que así estos se puedan llevar de la mejor manera posible.

Psicóloga Ana Sylvia Parrila:

Todos son tratables ,pero también puede acompañar a la persona durante toda su vida. Tratable no quiere decir que desaparezcan, pero sí que la persona puede aprender a vivir con ellos aunque a lo largo de su vida situaciones específicas les provoquen algunas exacerbaciones.

Psicóloga Ana Paula Möller:

Yo percibo que no es que duren toda la vida, el nivel de intensidad que un trastorno en específico tiene, no va a estar toda la vida, puede variar su intensidad, sus momentos picos por así decirse. Pero si hay unos que duran mucho tiempo, como lo que es la esquizofrenia por ejemplo, hay puntos donde este surge y uno donde se controla y otro donde se puede descontrolar.

Estudiante de Psicología Stephanie Rodríguez:

La mayoría de los trastornos duran toda la vida, pero algunas ocasiones con fármacos pueden ser tratables y se pueden disminuir los síntomas.

Pregunta 7: ¿Todos estamos propensos a desarrollar trastornos mentales? ¿Por qué?

Psicóloga María Pepio:

Si todos, ya que muchas veces sin nosotros estar conscientes estos trastornos pueden originarse desde la niñez e incluso algo tan simple como una película que nuestro subconsciente no sabe diferenciar si lo estamos viviendo o no.

Psicóloga Ana Sylvia Parrila:

Propensos en el sentido que no tenemos el control de muchas situaciones traumáticas que vivimos y que pueden afectar nuestra estabilidad mental. En la mayoría de los casos dependerá de nuestra condición genética, antecedentes familiares y ambiente en el que nos desarrollemos.

Psicóloga Ana Paula Möller:

Por ser personas y por el simple hecho de que sentimos y tenemos sentimientos si existe en nosotros ese riesgo de en algún momento de la vida llegar a padecer un trastorno o simplemente una afección a la salud mental.

Estudiante de Psicología Stephanie Rodríguez:

Todos estamos propensos a desarrollar un trastorno mental ya que el ambiente en el cual nos encontramos incluye mucho.

Pregunta 8: ¿Qué tan limitante se puede volver un trastorno mental en el día a día?

Psicóloga María Pepio:

Considero que depende mucho de la persona ya que, por ejemplo, la depresión se ve muy diferente en todos los casos; a veces permite que la persona lleve una vida “normal” y en otros casos no le permite a la persona salir de cama. Por lo que considero que depende del caso pero si puede llegar a afectar y a volverse una limitante muy grande.

Psicóloga Ana Sylvia Parrila:

Sin un tratamiento psiquiátrico y/o acompañamiento psicológico adecuado puede ser muy limitante por supuesto, dependiendo el trastorno.

Psicóloga Ana Paula Möller:

Siento que si no se busca ayuda si puede ser algo que te limite a un punto donde no puedes hacer nada, por ejemplo una depresión cuando llega a ese punto de gravedad te afecta en lo familiar, social e incluso te llega a aislar. Esto afecta en lo académico y tu desempeño cambia por completo. Yo pienso que en un punto no buscar ayuda todos los aspectos de tu vida se pueden ver afectados ya que hay algo en tu cabeza que está quitando todas las capacidades para relacionarse o de alguna manera funcionar en esos aspectos.

Estudiante de Psicología Stephanie Rodríguez:

Se puede volver bastante limitante ya que afectan los pensamientos, sentimientos, estados de ánimos, comportamientos, etc. lo cual repercute en las actividades del día a día y en la forma como se relacionan con otras personas.

Pregunta 9: ¿Cuáles son los trastornos mentales que más se frecuentan en jóvenes?

Psicóloga María Pepio:

En la mayoría de casos que he atendido de este rango de edades, suele verse mucho lo que es la depresión, la ansiedad y los trastornos alimentarios.

Psicóloga Ana Sylvia Parrila:

Ansiedad, trastorno del ánimo y trastornos de la conducta alimentaria.

Psicóloga Ana Paula Möller:

Ansiedad, autoestima, relaciones familiares y el bullying.

Estudiante de Psicología Stephanie Rodríguez:

Los trastornos más comunes son depresión, trastorno de ansiedad generalizada, TDAH y los trastornos alimenticios.

Pregunta 10: ¿Considera que estos han aumentado por todo lo relacionado con la pandemia?

¿Cuáles se han visto más presentes?

Psicóloga María Pepio:

Si bastante, creo que tanto los jóvenes como adultos nos enfrentamos a una situación fuera de nuestras manos y definitivamente expuso muchos casos de ansiedad y depresión por no saber qué va a pasar e incluso por pérdidas provocadas por la enfermedad, y me atrevo a decir que al acabar todo esto que estamos viviendo, se pondrán en evidencia aún más trastornos.

Psicóloga Ana Sylvia Parrila:

Al inicio de la pandemia y durante el primer año, fueron más notorios los síntomas de ansiedad y cambios evidentes en el estado de ánimo.

Psicóloga Ana Paula Möller:

La necesidad de servicios de salud ha sido algo que siempre ha existido, pero el aislamiento y toda la pérdida que generó la pandemia, no solo de personas sino de relaciones, de trabajos, de rutinas, de planes, de sueños, etc. Toda esa pérdida exacerbó esa necesidad de servicios de salud mental, no creo que haya surgido a partir de la pandemia ,pero si muchas personas empezaron a darle más atención a cosas que habían estado ignorando por el hecho de

que se aislaron y fue de manera involuntaria e inesperada. Sólo lo hizo más relevante, no necesariamente lo aumentó.

Estudiante de Psicología Stephanie Rodríguez:

Si, considero que han aumentado y van a seguir. Se han visto investigaciones las cuales apuntan que en unos 5 o 10 años los casos de depresión y ansiedad aumenten debido al aislamiento que se ha dado a partir de la pandemia.

Análisis Pregunta 1 y 2

Al tomar en cuenta las respuestas de las preguntas 1 y 2, es importante saber si los trastornos se pueden dar desde el nacimiento y desde que edad se pueden identificar, se indica que esto puede ser un factor hereditario por lo que sí se puede nacer con dichas afecciones y si se pueden identificar desde temprana edad por diversos comportamientos que se tengan, pero no pueden diagnosticarse como tal hasta la mayoría de edad, o sea 18 años. Esto demuestra que si desde una temprana edad no se le da importancia a estas enfermedades y trastornos pueden llegar a perjudicar en un futuro su desarrollo como personas.

Análisis Pregunta 3 y 8

Al tomar en cuenta las respuestas de las preguntas 3 y 8, el ignorar un trastorno mental puede llegar a afectar a una persona de gran manera ya que este puede seguir avanzando y deja de ser un limitante solo mental, sino que para muchas personas pueden llegar a volverse un limitante físico; perjudicando la vida que llevan y comprometiendo sus actividades cotidianas a que fracasen. Lo que evidencia que puede suceder si no se tratan estas enfermedades con la importancia que merecen.

Análisis Pregunta 4 y 9

Al tomar en cuenta las respuestas de las preguntas 4 y 9, la adolescencia es una etapa de la vida que trae muchos cambios por lo que puede generar mucha confusión y esto vuelve muy probable el hecho de que los jóvenes puedan padecer trastornos mentales especialmente lo que son la ansiedad, depresión y trastornos alimenticios. No es que sea algo normal pero si se vuelven más propensos por todo lo que atraviesan durante esa etapa. Estas pueden llegar a ser causas de la deficiencia en la salud mental, específicamente de los jóvenes. Mostrando cómo la falta de importancia hacia estos cambios pueden generar consecuencias negativas.

Análisis Pregunta 5

Al tomar en cuenta las respuestas de las pregunta 5, se evidencia como la mayoría de jóvenes en este rango de edad suelen ir por recomendación, ya sea de sus padres o del colegio. El porcentaje que pide ayuda de manera voluntaria es muy bajo y se les aclara desde un principio que si se quiere tener una respuesta positiva del tratamiento es necesario poner de su parte ya que si no el proceso llega a verse comprometido. Lo que deja en claro el pensamiento de los jóvenes hacia lo que es pedir ayuda profesional cuando sienten que algo no está bien, y es que usualmente están cerrados a esta idea por pensamientos erróneos sobre lo que son los tratamientos psicológicos.

Análisis Pregunta 6

Según las respuestas a la pregunta 6, todos los trastornos mentales son tratables, sin embargo, esto no significa que desaparezcan. A lo largo de la vida hay picos donde estos

trastornos se hagan más evidentes, pero así mismo con el tratamiento y ayuda adecuada pueden llegar a disminuir y a ser controlados por la persona que los padece.

Esto ejemplifica el porqué de la deficiencia en la salud mental, ya que al no tratarse de la manera correcta estos pueden seguir avanzando y afectando la vida de quien lo padece.

Análisis Pregunta 7

Según la respuesta de la pregunta 7, todos los seres humanos están propensos a padecer trastornos mentales ya que muchas veces se viven situaciones de las que no se tienen control e inconscientemente pueden llegar a afectar a largo plazo. Es importante tomar en cuenta que hay muchos factores externos a considerar, entre ellos la genética, el ambiente y los antecedentes. Deja en claro que si no se cuenta con la información necesaria estos trastornos pueden llegar a ser tratados de la manera errónea o simplemente ser ignorados por no conocer de ellos.

Análisis Pregunta 10

Según las respuestas de la pregunta 10, debido a toda la situación que se ha vivido, no necesariamente aumentaron los casos de trastornos mentales, pero sí se hicieron más evidentes ya que fue un tema más hablado por que la sociedad se vio obligada a buscar ayuda ya que estaban pasando mucho tiempo solos y esto sacó a relucir problemas que ya existían, pero se ignoraban. La ansiedad y la depresión han sido de los trastornos más presentes a raíz de todo lo que ha traído el COVID-19. Deja en evidencia como el acudir a un profesional por problemas mentales sigue siendo poco común y que buscan manejarlo por su cuenta hasta no poder más, lo que podría generar consecuencias muy graves. Todo esto por la falta de información e importancia hacia los trastornos y enfermedades mentales.

4.3 Resultados y Análisis de instrumento 3

De estos resultados se obtuvieron respuestas de 2 docentes de colegios dentro de la Ciudad de Guatemala que dan clases a jóvenes entre los 13-18 años. Esto con la finalidad de conocer su opinión sobre los trastornos mentales y la presencia de estos en la juventud guatemalteca.

Pregunta 1: ¿Sabe qué son los trastornos mentales? ¿Cómo los definiría?

Maestra Patricia Barahona:

Sí, sí conozco lo que son. Considero que son problemas fuera de nuestro control que pueden afectar a una persona de manera emocional e incluso física.

Maestra Evelin López

Si lo sé, es un déficit emocional o una afección que irrumpe en el pensamiento, estado de ánimo, comportamiento, etc.

Pregunta 2: ¿Conoces los síntomas de un trastorno mental y cómo pueden llegar a afectar?

Maestra Patricia Barahona:

Sí, llegan a ser bastante evidentes en cómo la persona llega a relacionarse y comportarse con los demás.

Maestra Evelin López

Sí, sí es acumulativo o periodigo hay un colapso y se manifiesta el trastorno y estos son notorios ya que afecta al alumno en la forma de relacionarse con las demás personas o compañeros.

Pregunta 3: ¿Les enseña a sus alumnos sobre lo que son los trastornos mentales? ¿Por qué sí o por qué no?

Maestra Patricia Barahona:

Sí les enseño ya que considero que es necesario que ellos sepan que todos estamos propensos a este tipo de situaciones y cómo nos pueden afectar.

Maestra Evelin López

Sí, dependiendo del contexto. Ya que es un tema bastante amplio y también dependiendo mucho del nivel de madurez que tengan los alumnos.

Pregunta 4: ¿Cree que por la situación actual que se vive actualmente, estas han incrementado?

Maestra Patricia Barahona:

Sí han aumentado ya que la incertidumbre y el encierro las han disparado.

Maestra Evelin López

Si, debido a la cuarentena, consumo de drogas, redes sociales y el cambio de rutinas abruptamente.

Pregunta 5: ¿Con qué frecuencia se le han presentado casos de ansiedad o depresión en alumnos, a comparación de años pasados?

Maestra Patricia Barahona:

Por darte un número usualmente en mis clases en años anteriores se presentaban trastornos como la ansiedad y depresión y eran de 2-3 casos y por todo lo ocurrido te puedo decir que ha subido a 7 casos por salón aproximadamente.

Maestra Evelin López

Ha habido un incremento considerable y ha sido evidente en el ciclo escolar, los alumnos han presentado ansiedad y depresión.

Pregunta 6: ¿Sus alumnos acuden a usted al no saber manejar situaciones o emociones? Ya sean laborales o personales.

Maestra Patricia Barahona:

Sí suelen acudir a mi cuando sienten que no pueden manejar sus emociones o cuando se ven limitados en cómo manejar las situaciones que ha traído esta pandemia.

Maestra Evelin López

Si, en muchas ocasiones los alumnos han acudido a mi, ya sea para recibir o simplemente para que los escuche.

Pregunta 7: ¿Crees que cuentas con el conocimiento y/o herramientas para ayudar a tus alumnos en caso de que se acerquen a ti con algún tipo de síntoma?

Maestra Patricia Barahona:

Sí, me creo bastante capaz ya que llevo casi 25 años trabajando con jóvenes en esta área y siempre busco seguir aprendiendo para así poder ayudarlos.

Maestra Evelin López

Si tengo noción y conozco un poco de la situación, sin embargo, no soy una profesional en el tema el cual es delicado de tocar sin ser una profesional en la rama.

Pregunta 8: ¿Por qué consideras que este es un tema que necesita ser más hablado y tratado?

Maestra Patricia Barahona:

Porque cada vez se escuchan más casos y saber de ellos te permite accionar.

Maestra Evelin López

Porque está afectando la parte emocional de mis alumnos y es un área importante para que el aprendizaje sea significativo.

Análisis Pregunta 1, 2, 3 y 7

Al tomar en cuenta las respuestas de las preguntas 1, 2, 3 y 7, es evidente que se tiene el conocimiento básico de los que son los trastornos mentales sin embargo, no al nivel necesario para ayudar a los jóvenes. Pero si se cuenta con la información suficiente para que ellos sepan

que es un trastorno mental y todo lo que conlleva. Todo esto desde un nivel bastante básico, pero que cumple con la misión principal, que es enseñar sobre el tema.

El no brindar la información necesaria sobre los trastornos y cómo deben ser tratados puede traer consecuencias graves para los jóvenes y su desarrollo.

Análisis Pregunta 4, 5 y 6

Al tomar en cuenta las respuestas de las preguntas 4, 5 y 6, es evidente como debido a la situación que se ha vivido a raíz del COVID-19 los casos de depresión y ansiedad han aumentado casi al doble de lo que se frecuentaban antes de la pandemia. Pero es importante recalcar que los jóvenes se están viendo en la necesidad de hablar lo que viven y/o sienten a raíz de todo este encierro. Por lo que deja en claro cómo los jóvenes están llegando a un punto donde ya no pueden manejar lo que piensan y/o sienten así que tienen que buscar ayuda, que desde un principio esto es lo que se debería de hacer para evitar que dichos síntomas empeoren.

Análisis Pregunta 8

Al tomar en cuenta las respuestas de la pregunta 8, está claro que los trastornos mentales son un tema que necesitan tratarse y hablarse más, a pesar de que se está normalizando no se cuenta con la información suficiente para poder accionar ante estas situaciones. Se tiene un concepto bastante básico sobre lo que son y cómo tratarlos. Lo que puede llegar a afectar de gran manera a todos aquellos que padezcan algún trastorno por el hecho de no saber cómo reaccionar ante estas situaciones.

Conclusiones

1. Después de realizar la investigación se pudo concluir que las causas registradas de la deficiencia en la salud mental de los jóvenes que sí han consultado un profesional; en su mayoría se deben a problemas dentro del hogar, ya sea por un padre ausente o una familia disfuncional, casos de bullying dentro del colegio y a todos los cambios que trae consigo la adolescencia, tanto físicos como mentales y emocionales.
2. Se pudo concluir que lo que piensan los jóvenes sobre padecer trastornos mentales es que todos están propensos a sufrirlos por el hecho de ser humanos que sienten y viven experiencias que los pueden generar. Así mismo opinan que pedir ayuda profesional ante la presencia de algún síntoma es algo necesario que todos deberían de hacer.
3. Basado en los hechos de la investigación se pudo concluir que al no darle importancia a las enfermedades y trastornos mentales pueden haber consecuencias como que estos sigan avanzado y puedan llegar a afectar, no sólo la salud mental y emocional, sino también llegar a algo físico que se vuelva limitante para quien lo vive.

Recomendaciones

1. Al tomar en cuenta que las causas registradas de la deficiencia de la salud mental apuntan a aspectos familiares, casos de bullying y cambios en la adolescencia se recomienda diseñar una campaña publicitaria que evidencie las situaciones que hay que atender para favorecer la salud mental de los jóvenes.
2. Considerando la opinión de los jóvenes sobre lo que es padecer un trastorno mental y pedir ayuda profesional se recomienda capturar los efectos de dichas enfermedades y de los resultados de su tratamiento por medio del área multimedia del diseño gráfico.
3. Al tomar en cuenta que las consecuencias de no darle importancia a las enfermedades y trastornos mentales es que estos sigan avanzado y puedan llegar afectar la salud en general, se recomienda hacer una campaña publicitaria que muestre gráficamente estas consecuencias.

5. Estrategia de Comunicación

5.1 Planteamiento del Problema

A partir de la investigación se sabe que la mayoría de causas registradas de la deficiencia en la salud mental en los jóvenes si se han consultado con un profesional. Ellos piensan que todos están propensos a sufrir trastornos mentales por el hecho de ser humanos que sienten y viven experiencias que los pueden generar. Así mismo, opinan que pedir ayuda profesional ante la presencia de algún síntoma es algo necesario que todos deberían de hacer, pero que no suelen hacer por vergüenza o por el hecho de querer resolver por su cuenta. Al no darle importancia a las enfermedades y trastornos mentales pueden haber consecuencias como que estos sigan avanzado y puedan llegar a afectar, no sólo la salud mental y emocional, sino también llegar a algo físico que se vuelva limitante para quien lo vive.

Por lo anterior, se establece como problema de diseño que los jóvenes no dimensionan los efectos negativos que conlleva ignorar o no tratar un trastorno mental.

5.2 Objetivos de diseño

Diseñar una campaña publicitaria web que informe sobre lo que son los trastornos y enfermedades mentales, los tipos, efectos y causas; con un fin informativo y de concientización.

5.3 Definición del Grupo Objetivo

Este proyecto está dirigido a los jóvenes guatemaltecos de entre 13-18 años, se encuestó a 70 personas por medio de un cuestionario en *Google Forms*, esto para poder definir mejor sus gustos, estilo de vida y su cultura visual. (ver instrumento y resultado en apéndice 6)

5.3.1. Descripción Geográfica

Los jóvenes de este grupo objetivo residen en el área urbana del departamento de Guatemala, especialmente en la Ciudad de Guatemala y la Ciudad de San Cristóbal, con las coordenadas 14.6407° N 90.5133° O y 15.3963° N 90.5651° O, (Geodatos, 2022). A lo largo de año se puede observar como la temporada de lluvia es nublada, la temporada seca es mayormente despejada y es caliente durante todo el año, la temperatura generalmente varía de 13°C a 27°C y rara vez baja a menos de 11°C o sube a más de 29°C. (Weather Spark, s.f.)

5.3.2. Descripción demográfica

Hombres y mujeres, jóvenes guatemaltecos de entre 13 y 18 años. En promedio estas familias tienen un ingreso promedio de Q3,000 a Q15,000 mensuales, niveles socioeconómico C3, D1 y D2, (Avila, 2018). Residen en el departamento de Guatemala, dentro de la Ciudad y en los alrededores como lo que es San Cristóbal. Son estudiantes de secundaria y primer año de la universidad en un horario matutino, que en su mayoría cuentan con vehículo propio dentro de su familia.

5.3.3. Descripción antropológica

Este grupo objetivo disfruta pasar su tiempo libre saliendo a centros comerciales y a restaurantes con sus familiares y/o amigos. Pasan mucho tiempo en el internet y en sus celulares por lo que la mayoría del tiempo están en redes sociales y viendo series o películas, pero también disfrutan leer libros y hacer deportes.

5.3.3.1 Cultura Visual

En cuanto a su cultura visual, suelen moverse mucho en el medio digital por lo que en su mayoría obtienen material informativo de las redes sociales. Prefieren que este sea un material con más imagen/ilustración que texto, así mismo, lo que más capta su atención son las ilustraciones antes que las fotografías y una tipografía *serif*. Relacionan el tema de los trastornos y la salud mental con lo que es un color azul, (figura 33).

Figura 18. *Azul*



Fuente: Propia

5.4 Posibles clientes

Este proyecto se decidió trabajar con posibles clientes porque las tres tienen como enfoque principal la salud y los trastornos mentales de los guatemaltecos, entiéndase con esto darle relevancia y valor al cómo puede verse afectada una persona que los padece.

5.4.1 Descripción del cliente

5.4.1.1 Tu consejería

Tu consejería es una herramienta tecnológica que le permite a cualquier persona, con acceso a internet o un teléfono móvil, comunicarse vía chat con un profesional de la salud mental y así obtener el apoyo que necesitan en cualquier momento. Cuentan con un equipo de psicólogos(as) graduados(as) y colegiados que, junto a otros(as) profesionales de salud mental y temas afines, están en la disposición de prestar sus servicios con tarifas sociales, comprometidos(as) con hacer más accesible la salud mental y contribuir a que esta no sea un privilegio, y que un porcentaje alto de personas consiga la ayuda necesaria. (tuconsejeria, 2022).

Se caracteriza por la confidencialidad, manteniendo el secreto profesional en todos sus servicios. Cuentan con horarios extendidos, trabajando de 6 de la mañana a media noche los 7 días de la semana. Se enfocan en una población desatendida de toda Latinoamérica y buscan mantener transparencia en lo que ofrecen y en lo que cuesta. (tuconsejeria, 2022)

5.4.2.1 Identidad gráfica actual

Su identidad gráfica utilizada actualmente son diferentes tonos de azul, blanco y negro; y diferentes ilustraciones. Así mismo, se puede observar que no se tiene algo establecido ya que la línea gráfica que se utiliza es muy variada como se puede observar en sus redes sociales (Figura 35 y Figura 36). Siendo el turquesa y el azul los colores de su logotipo (Figura 33).

Logotipo Figura 19. Tu Consejería Screenshot de Página Web <https://tuconsejeria.com>



Fuente: Tu Consejería Screenshot de Página Web <https://tuconsejeria.com>

Instagram Figura 20. Screenshot de @tuconsejeria



Fuente: Screenshot de @tuconsejeria

Figura 21. Screenshot de Página Web <https://tuconsejeria.com>



Fuente: Screenshot de Página Web <https://tuconsejeria.com>

5.4.3.1 Posicionamiento

Tu Consejería es una plataforma que se enfoca principalmente en llegar a mujeres, jóvenes y adultos jóvenes, buscando dejar de ser un privilegio para las personas. Es una plataforma no muy reconocida, ya que cuenta con mil seguidores en instagram, alrededor de tres mil en facebook y sesenta en twitter. Por lo que cuentan con un posicionamiento medio bajo. (tuconsejeria, 2022)

5.4.4.1 Recursos financieros

Es una plataforma que funciona con los ingresos que reciben de los pacientes que atienden y con las tarifas sociales que ofrecen los profesionales en la salud mental.

5.4.5.1 Área de cobertura

Tu Consejería es una plataforma que se enfoca principalmente en la población Guatemalteca pero que a largo plazo busca posicionarse como el primer punto de apoyo emocional de los jóvenes y adultos jóvenes de Latinoamérica. (tuconsejeria, 2022)

5.4.1.2 Happhe

Happhe es una empresa de tecnologías de impacto que desarrolla un ecosistema de salud digital. Creen que la tecnología sirve para reducir brechas y así masificar el acceso a servicios y herramientas para mejorar el cuidado de la salud. Se enfocan en mejorar la salud física y mental de pacientes con enfermedades crónicas. Todo lo que hacen se basa en el uso de incentivos para promover la adopción orgánica de su tecnología y la interacción activa entre todas las partes. (HAPPHE, 2021)

5.4.2.2 Identidad gráfica actual

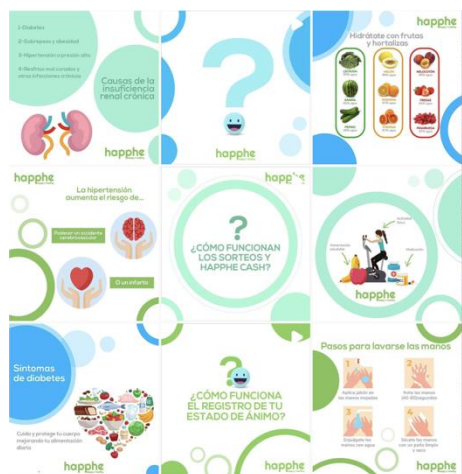
Su línea gráfica está conformada por tonos celestes y verdes, estos se ven aplicados, no sólo en su variación de su logotipo sino también en su página web e Instagram (Figura 37 y Figura 38). Utilizan diferentes elementos gráficos como lo son círculos e ilustraciones. Su logotipo actual tiene dos variaciones, la primera es la palabra ‘happhe’ en verde (Figura 39) y la segunda es un corazón con las letras ‘hh’ dentro, formando la silueta de los ojos de una carita feliz y abajo la forma simulando la sonrisa, todo en color celeste (Figura 40). Cuentan únicamente con un Instagram y página web.

Figura 22. Screenshot de Página Web <https://www.happhe.com>



Fuente: Screenshot de Página Web <https://www.happhe.com>

Figura 23. Screenshot de Instagram @happhe.gt



Fuente: Screenshot de Instagram @happhe.gt

Figura 24. Screenshot de Página Web <https://www.happhe.com>



Fuente: Screenshot de Página Web <https://www.happhe.com>

Figura 25. Screenshot de Página Web <https://www.happhe.com>



Fuente: Screenshot de Página Web <https://www.happhe.com>

5.4.3.2 Posicionamiento

Happhe es una plataforma tecnológica que desarrolla un ecosistema de salud digital. Buscan facilitar la comunicación e intercambio de información entre pacientes, médicos y proveedores de salud. Es una plataforma poco conocida, ya que cuenta con cuatrocientos treinta y ocho seguidores en instagram y no cuentan con facebook. Por lo que cuentan con un posicionamiento bajo. (HAPPHE, 2021)

5.4.4.2 Recursos financieros

Es una clínica lucrativa que funciona con los ingresos que reciben de los servicios que se le brindan a los diferentes pacientes, tanto en línea como presencial.

5.4.5.2 Área de cobertura

Happhe se enfoca principalmente en la población Guatemalteca, pero que a corto plazo busca expandirse a toda Centroamérica y México. (HAPPHE, 2021)

5.4.1.3 Serendi

Serendi es una clínica de atención psicológica a niños, adolescentes y adultos. Es un espacio de armonía liberación y plenitud creado para todo tipo de necesidad. Formado y respaldado por diversas áreas especializadas para brindar un servicio integral de calidad. Ya que cada ser humano es único, se busca personalizar el tratamiento y programa de atención. (Serendi, 2020)

5.4.2.3 Identidad gráfica actual

Actualmente su línea gráfica está conformada por los diferentes colores del arcoiris en tonos pastel, pero principalmente el celeste, amarillo y rosado. Utilizan diferentes elementos gráficos como lo son figuras geométricas e ilustraciones (Figura 41). Su logotipo actual es un círculo conformado por celeste, rosado, amarillo y a la par de forma horizontal la palabra ‘Serendi’ (Figura 42). Cuentan únicamente con un Instagram.

Figura 26. Screenshot de Instagram @serendclinic



Figura 27. Screenshot de Instagram @serendclinic



5.4.3.3 Posicionamiento

Serendi es una clínica que se enfoca principalmente en llegar a niños, adolescentes y adultos. Es una clínica poco conocida, ya que cuenta con alrededor de mil cuatrocientos seguidores en instagram. por lo que tiene un posicionamiento medio bajo. (Serendi, 2020)

5.4.4.3 Recursos financieros

Es una clínica lucrativa que funciona con los ingresos que reciben de los servicios que se le brindan a los diferentes pacientes.

5.4.5.3 Área de cobertura

Serendi se enfoca principalmente en la población Guatemalteca en un público que utilice redes sociales y medios digitales ya que únicamente cuentan con este medio. (Serendi, 2020)

5.5 Propuesta de diseño

5.5.1 Conceptualización

Se realizaron 3 técnicas distintas de conceptualización para generar un concepto de diseño que dirigirá la toma de decisiones al realizar el material gráfico. Las técnicas realizadas fueron: Creación de historia, lluvia de ideas y mapa conceptual. (Ver apéndice 4 las técnicas de conceptualización).

5.5.1.1 Técnica 1: Creación de historia

La primera técnica utilizada fue la *creación de historia*, la cual consiste en generar ideas a través de un conjunto de hechos inventados de manera gráfica. Se busca que sea algo espontáneo y que vaya más allá de lo cotidiano o bien que requiera de la imaginación para que estos existan.

Durante este proceso se realizó una historia a base de imágenes que se encontraron en diferentes revistas y periódicos. Está con un enfoque a lo que son los trastornos y la salud mental, dándole forma y sentido por medio de las imágenes encontradas y palabras claves. Al finalizar dicha historia se relacionó con el tema a tratar y se crearon frases que podrían funcionar como concepto, que serían las siguientes:

- **Hay que estar alerta**
- Hay que hablar
- **Hay que buscar ayuda**
- Hay que ponerle un alto
- **Está en nuestras manos**

De estas frases se escogieron tres, estas se encuentran en negrita y se buscó darles una razón por las cuales se seleccionaron. Se repite la palabra ‘hay’ dos veces con la finalidad de dar a conocer que es necesario tomar acciones. Así mismo, estas tres frases dejan en claro cómo esto tiene solución y está en sus manos tomar acciones, por eso mismo se relacionan y recalcan que *hay* que hacer algo ante estos trastornos y enfermedades mentales.

La frase conceptual que se eligió para análisis final en la primera ronda de conceptos es '*está en nuestras manos*' ya que este engloba lo que se quería expresar con los otros dos.

5.5.1.2 Técnica 2: Mapa Mental

La segunda técnica que se implementó fue el *mapa mental*, tratando como tema central los "Trastornos y Salud mental en los jóvenes". Este se desarrolló en torno a los factores que pueden llegar a desatar este tipo de problemas en la juventud, escribiendo un conjunto de conceptos e ideas que se relacionan con el tema central. Para la realización de esta técnica se colocaron las siguientes palabras que sobresalen de las demás: relaciones, país, colegio, vida social, familia, amistades, redes sociales, autoestima. De las cuales surgieron las siguientes palabras: falso, inestabilidad, engaños, Guatemala, deficiente, irrelevante, virtual, abrumador, no hay contacto, limitada, encierro, irreal, traumas, cercanía, ideales, abandono, actividades, relaciones, actividades, influencias, idealizado, comparación, influencer, dependiente; de las cuales surgieron las siguientes frases: salud sin engaños, mentalidad abrumadora, salud idealizada, abandono de la salud, traumas no visibles, idealización irreal, influencias idealizadas, traumas encerrados, inestabilidad cercana y abandono abrumador.

Con estas frases armadas se eligió la frase conceptual '*traumas no visibles*' para el análisis final en la primera ronda de conceptos, ya que este busca hacer visibles estos problemas.

5.5.1.3 Técnica 3: Lluvia de ideas

La última técnica utilizada fue *lluvia de ideas*, la cual consiste en escribir la mayor cantidad de palabras relacionadas con el tema central en un tiempo de 5 minutos. Se crearon frases a partir de estas palabras elegidas al azar y ya después se procedió a redactar una frase

conceptual. Las frases son: desorden mental, gente fuerte, voluntad dolorosa, miedo estancado, soledad forzada, ayuda ideal, perder dolor, sanar heridas, gente herida, dolor invisible, dolor relevante, salud abandonada, perder ideas, gente fuerte, perder fuerzas, emociones impotentes.

Con estas frases armadas se llegó al concepto '*heridas abandonadas*' para el análisis final en la primera ronda de conceptos, ya que este le da relevancia al dolor y a las heridas que están detrás de estos trastornos y enfermedades mentales.

Concepto final

El concepto que se seleccionó es: "*heridas abandonadas*" ya que es un concepto que logra englobar y expresar lo que se quiere lograr transmitir con el material a crear. Este busca crear conciencia al grupo objetivo de cómo el dejar de un lado o ignorar esas heridas o eso que les hace daño, se puede volver algo tan grande y dañino en la vida de ellos y de quienes los rodean.

5.5.2 Descripción de la Propuesta Gráfica

5.5.2.1 Tipo de Material gráfico

Al continuar con el objetivo que se estableció para este proyecto, se realizará una campaña publicitaria en redes sociales, ya que de esta manera se llegará al grupo objetivo con mayor facilidad y se logrará poder informar sobre las consecuencias de estos trastornos y enfermedades mentales.

Una campaña publicitaria es una estrategia de comunicación que se lleva a cabo para posicionar una idea, producto o servicio en la mente del grupo objetivo. Al dirigir esta campaña a redes sociales consiste en mostrar la publicidad de manera pagada a los distintos usuarios que las

conforman, dentro del grupo objetivo establecido. Al hablar de publicidad informativa se refiere a aquella que se dirige a dar a conocer datos o hechos relevantes o considerados como necesarios, detallados de manera clara y en su mayoría de casos suele ser comprobable y medible. (Galán, 2022)

Dicha campaña a diferencia de otro tipo, es sin fines de lucro, por lo que no tienen como meta conseguir beneficios u objetivos económicos, sino que en este caso busca la promoción de información relevante sobre las consecuencias negativas que puede llevar el minimizar los trastornos y las enfermedades mentales; enfocado principalmente al grupo objetivos. (IONOS, 2022)

A diferencia de los medios impresos las redes sociales cuenta con muchas ventajas, entre ellas:

- Incrementar visibilidad de manera rápida
- Llegar a una audiencia potencial
- Las posibilidades de segmentar son infinitas
- Existe una gran cantidad de formatos
- Ofrecen una analítica detallada

5.5.2.2 Descripción e implementación de piezas

Estrategia

Se realizará una campaña publicitaria en redes sociales que informe cómo una persona se puede ver afectada negativamente al minimizar los trastornos y las enfermedades mentales. Esta campaña irá acompañada de texto e imágenes, representadas como vectores, para así poder

captar la atención de los jóvenes y lograr transmitirles el mensaje de una manera que a ellos les interese.

Campaña publicitaria para redes sociales

La campaña publicitaria busca informar a los jóvenes sobre las consecuencias negativas que conlleva minimizar los trastornos mentales. Se busca que este material genere un impacto en ellos para que empiecen a darle la importancia que merece y tomen acción ante estos síntomas o estos alertas que presenten su cuerpo y/o mente. Para esto se realizarán distintas piezas para redes sociales, especialmente para Instagram ya que es la red social que más utiliza el grupo objetivo. Estos serían:

1. Instagram posts: siendo los más importantes de la campaña, ya que son los que estarán diseñados con la información más completa y son lo primero que se alcanzaría al meterse al feed. Se publicarán 12 posts en total, siendo 3 por semana para que la campaña sea de un mes.
2. Instagram stories: estas duran únicamente 24 horas y que una vez las miran es muy poco probable que las vuelva a ver por lo que el mensaje debe ser más corto y conciso para que motive a leer la campaña en los posts, siendo 9 stories un total; una por post.

Tabla 3. Descripción e implementación de piezas

5.5.2.2 Tabla de descripción e implementación de piezas

Pieza	Propósito	Implementación	Relación
Instagram Posts/Carrouseles	Brindar información de una manera que capte la atención de los jóvenes, esto siendo con texto e imágenes; predominando las imágenes..	Se les pagará pauta para que así estos tengan un mejor alcance en la red social, publicando los de acuerdo a un cronograma en redes sociales .	Ambas van dirigidas al mismo medio y buscan transmitir la misma información, con la diferencia que los posts llevan la información más completa; mientras que las stories llevan la misma información de manera breve redireccionando al usuario a que amplíe esta en los posts.
Instagram Stories	Se utilizarán para llamar la atención del grupo objetivo de manera corta y concisa y que así puedan ver y redirigir a los posts que son los que llevarán la información completa.	Así mismo, se publicarán de acuerdo a un cronograma en las redes sociales.	

Fuente: Elaboración propia

Tabla 4. Cronograma semanal para campaña en redes sociales

Cronograma mensual para campaña en redes sociales

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Semana 1	Story 1	Post 1	Story 2	Post 2		Story 3	Post 3
Semana 2	Story 4	Post 4	Story 5	Post 5		Story 6	Post 6
Semana 3	Story 7	Post 7		Story 8	Post 8	Story 9	Post 9
Semana 4		Story 10	Post 10	Story 11	Post 11	Story 12	Post 12

Fuente: Elaboración propia

5.5.3 Descripción del mensaje

Frase conceptual: *heridas abandonadas*

5.5.3.1 Contenido del texto

Campaña publicitaria en redes sociales

1. Posts:

- a. Slogan de la campaña.
- b. Definiciones concretas sobre lo que son los trastornos y las enfermedades mentales.
- c. Principales causas.
- d. Consecuencias que conlleva minimizarlos.

2. Stories:

- a. Slogan de la campaña.
- b. Trastornos y enfermedades mentales.
- c. Existencia de causas.
- d. Información que redirecciona a los posts.

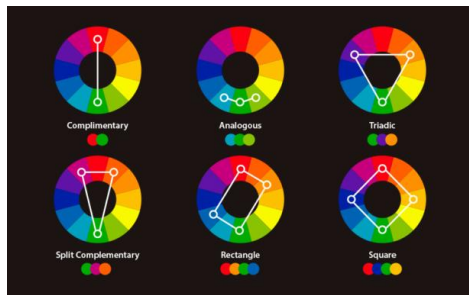
5.5.3.2 Contenido gráfico

A continuación, se estarán describiendo los elementos que se utilizarán para la creación de las piezas a desarrollar. Se tomarán en cuenta elementos de comunicación, composición y aspectos funcionales, tecnológicos y/o expresivos.

Color

El color tiene como función representar la transición de una situación tormentosa a la sanidad y la calma. A nivel tecnológico se busca utilizar degradados y transparencias, representando esa transición que se vive. El sistema a utilizarse será RGB, ya que se trabajará en medios digitales. Para la paleta de color se estarán usando una gama de colores fríos y calidos, utilizándose complementarios y análogos dentro de la rueda cromática. A nivel expresivo se busca que los usuarios experimenten la sensación de cambio.

Figura 28. Muestra de color por separación complementaria y analoga



Fuente: How to Choose Color that Complement Each Other, 2019

Figura 29. Muestra de colores cálidos, fríos y degradados.



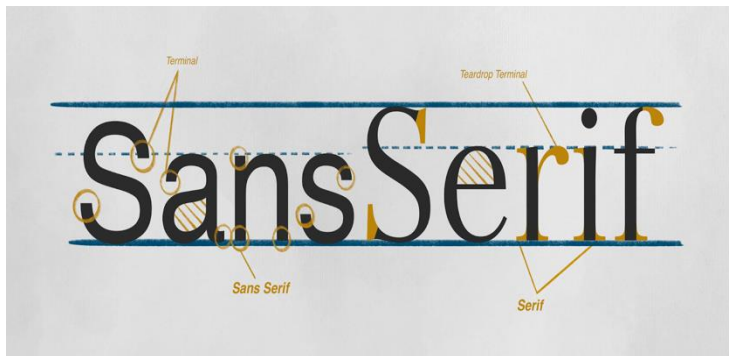
Fuente: Descubre tu paleta de colores, 2021

Tipografía

La función de la tipografía será reflejar cambio. A nivel tecnológico, la tipografía será una mezcla de Serif y Sans Serif ya que ambas se adaptan muy bien a los medios digitales, tanto la legibilidad como la anatomía de estas. Es necesario que ambas fuentes elegidas cuenten con una familia tipográfica amplia para que se pueda establecer diferentes jerarquías visuales. Se buscará que ambas tipografías ocupen como mínimo un 30% del espacio y como máximo un 80%.

A nivel expresivo, se busca que el mensaje genere impacto y se quede en la mente del usuario.

Figura 30. *Muestra de tipografías*



Fuente: GCS Malta, 2020

Figura 31. *Muestra de familias tipográficas*

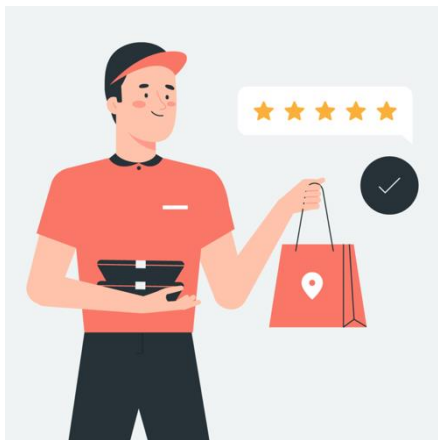


Fuente: Imborrable, 2021

Imágenes

Se busca que la función de las imágenes sea llamar la atención de los usuarios. A nivel tecnológico se estarán usando ilustraciones no realistas en 2D, las cuales se realizarán en programas como Adobe Photoshop, Adobe Illustrator y Procreate. Su resolución debe estar entre 72 y 150 DPI, utilizándose en formatos JPG, PNG y/o GIF. A nivel expresivo, busca que genere interés en lo que se está transmitiendo.

Figura 32. *Muestra de ilustración*



Fuente: ind, 2021

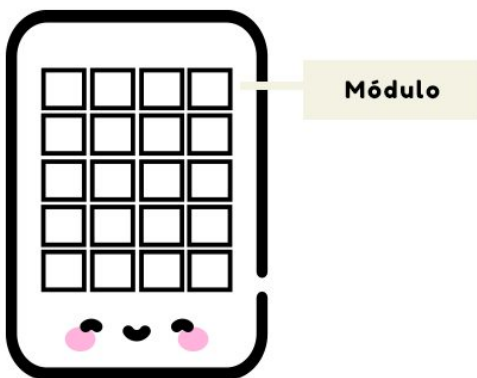
Elementos de apoyo

La función de los elementos de apoyo es generar unidad y dinamismo entre los distintos posts e historias. A nivel tecnológico se estarán utilizando figuras geométricas y líneas en diferentes tamaños y grosores. Siendo sólo complemento del contenido. A nivel expresivo se busca que generen interés.

Composición

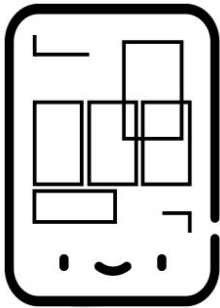
Tiene como función generar interés en los usuarios y así quieran saber más del tema. A nivel tecnológico esto se busca lograr con una estructura curva y diagonal que representa movimiento y cambio. Se estarán usando retículas modulares y jerárquicas dependiendo de la necesidad que se tenga según la información. A nivel expresivo, se busca que dé sensación de dinamismo.

Figura 33. *Muestra de retícula modular*



Fuente: Anxela, 2019

Figura 34. *Muestra de retícula jerárquica*



Fuente: Anxela, 2019

Formato

La función de este es utilizar los medios de la manera correcta. Mostrando de manera gráfica cómo el abandono a la salud mental tiene sus consecuencias. A nivel tecnológico, las imágenes para posts y stories deben tener un tamaño en específico. Para post idealmente se utiliza una resolución de 1080 x 1080 píxeles, de una proporción cuadrada. Y para los stories de 1080 x 1920 con una proporción rectangular de forma vertical. A nivel expresivo busca generar comodidad.

Figura 35. *Muestra de tamaños para Instagram*



Fuente: Onlypult, 2021

Soporte

La función del soporte es crear piezas que estén próximas al grupo objetivo. A nivel tecnológico se estarán utilizando medios como lo que son redes sociales, específicamente Instagram. A nivel expresivo se busca generar un sentimiento de cercanía al acceder al material.

5.5.3.3 Tono de comunicación

Se estará utilizando un tono de comunicación informal pero racional, buscando generar confianza y cercanía con el grupo objetivo. Todo el material se estará redactando en segunda persona con los pronombres “tú” y “ustedes”. Esto debido a que la campaña va dirigida a un grupo juvenil por lo que es menos formal.

6. Desarrollo de la propuesta

6.1 Proceso de bocetaje

6.1.1 Paleta de colores

Para la selección de la paleta de colores, se busca provocar un sentimiento de transición de algo negativo a algo positivo. La campaña estará dividida en dos partes, la parte de concientización y la informativa. En ambas se utilizará la misma paleta de colores con diferentes combinaciones predominantes pero siempre presentando unidad entre ellas. Utilizando colores fríos y cálidos, siendo complementarios y análogos dentro del círculo cromático. Se usarán los colores planos y en degradé en RGB ya que la campaña únicamente está diseñada para redes sociales.

Paleta primaria

Se escogió como paleta primaria 3 colores análogos en tonalidades frías y 2 en tonalidades cálidas siendo complementarios entre ellos. Los tonos fríos brindan calma, paz, confianza y sanidad; representan los sentimientos positivos. Y los cálidos representan peligro, dolor y frustración; siendo estos los que representan las ‘heridas’ que generan los trastornos y las enfermedades mentales. Los degradados representan la transición de una situación tormentosa, como lo son los trastornos mentales, a la calma, que sería la sanidad de estos.

Figura 36. Color 1



Fuente: Elaboración propia

Figura 37. Color 2



Pantone 2935 C
0053b1
R 0
G 83
B 177

Fuente: Elaboración propia

Figura 38. Color 3



Pantone 290 C
bed7e9
R 190
G 215
B 233

Fuente: Elaboración propia

Figura 39. Color 4



Pantone 151 C
f68a30
R 246
G 138
B 48

Fuente: Elaboración propia

Figura 40. Color 5



Pantone Warm Red C
eb5444
R 235
G 84
B 68

Fuente: Elaboración propia

Figura 41. Color 6



Fuente: Elaboración propia

Figura 42. Color 7



Fuente: Elaboración propia

Figura 43. Color 8

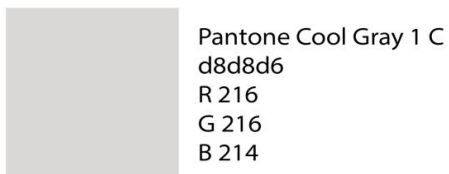


Fuente: Elaboración propia

Paleta secundaria

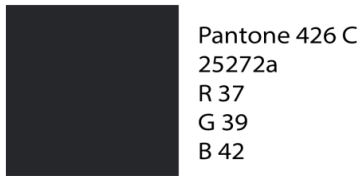
La paleta secundaria está conformada por negro, blanco y gris para poder utilizarse en diferentes textos, fondos y/o detalles en las ilustraciones y artes.

Figura 44. Color 9



Fuente: Elaboración propia

Figura 45. Color 10



Fuente: Elaboración propia

Figura 46. Color 11



Fuente: Elaboración propia

6.1.2 Tipografía

Para la selección de tipografías, se buscó evidenciar el cambio por lo que se estableció una jerarquía diferente que lo proyecte. Para los títulos y subtítulos se utilizó serif para que transmita la seriedad del tema a tratar pero en los textos se utilizó sanserif para facilitar la lectura y generar ese balance entre tipografías.

Depresión

Trastorno mental

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut laoreet dolore

Depresión

Trastorno mental

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut laoreet dolore

Depresión

Trastorno mental

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut laoreet dolore

Depresión

Trastorno mental

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut laoreet dolore

Depresión

Trastorno mental

Lorem ipsum dolor sit amet,
consectetur adipiscing elit, sed diam
nonummy nibh euismod tincidunt ut
laoreet dolore

La selección final de tipografías son las siguientes:

Para títulos:

MADE Mirage Bold

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hg Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm Nn Ñ
Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz
1234567890 ¡! ¿? . ,

Para subtítulos:

MADE Mirage Regular

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hg Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm Nn Ñ
Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz
1234567890 ¡! ¿? . ,

Para cuerpos:

Mukta Mahee

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hg Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm Nn Ñ
Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz
1234567890 ¡! ¿? . ,

Después se agregó la tipografía Pangram, en su versión bold y black, la cual se utilizó en el identificador. Creando un contraste con la tipografía que se utilizó en los títulos y subtítulos.

Buscando representar claridad, estabilidad y seguridad.

Pangram

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hg Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm Nn Ñ
 Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz
 1234567890 ¡;¿? . ,

6.1.3 Identificador de campaña

Se tomó la decisión de hacer un identificador de campaña para darle unidad a toda la propuesta.

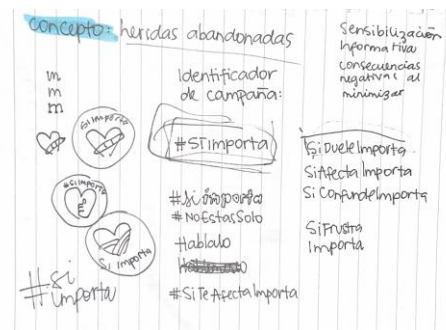
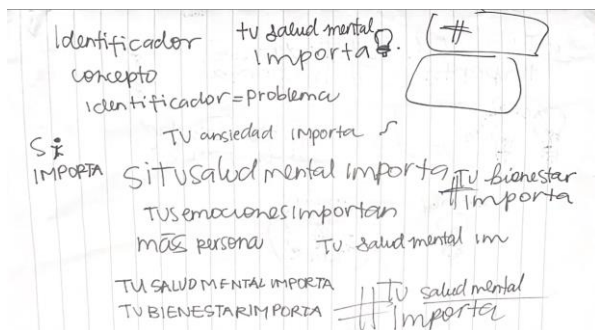
Se inició el proceso definiendo el copy de la campaña buscando reflejar el concepto que es

‘heridas abandonadas’ y así con este poder cubrir la problemática que es no dimensionar los


efectos negativos de los trastornos y las enfermedades mentales; aterrizando la idea a **tu salud**

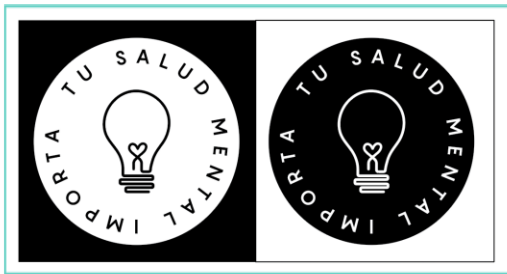
mental importa, sin importar el padecimiento que se tenga. A partir de este se realizaron bocetos

de diferentes ideas para el identificador. A continuación se presenta proceso de bocetaje a mano:



Después de esto se digitalizaron los bocetos a mano de manera digital y con pruebas de color:

tu <i>ansiedad</i> importa	<i>tu salud mental</i> importa.	<i>tu salud mental</i> importa.	<i>tu salud mental</i> importa.	<i>tu salud mental</i> importa.	
Tu <i>ansiedad</i> importa	<i>tu ansiedad</i> importa.	<i>tu ocd</i> importa.	<i>tu ocd</i> importa.	<i>tu ocd</i> importa.	
TU <i>ansiedad</i> IMPORTA	<i>tu depresión</i> importa.	<i>tu ansiedad</i> importa.	<i>tu ansiedad</i> importa.	<i>tu ansiedad</i> importa.	
	<i>tu ocd</i> importa.	<i>tu depresión</i> importa.	<i>tu depresión</i> importa.	<i>tu depresión</i> importa.	
	<i>tu dolor</i> importa.	<i>tu dolor</i> importa.	<i>tu dolor</i> importa.	<i>tu dolor</i> importa.	
	<i>tu bienestar</i> importa.	<i>tu bienestar</i> importa.	<i>tu bienestar</i> importa.	<i>tu bienestar</i> importa.	



Selección del identificador:

Para la realización del identificador de la campaña se utilizó un ícono de foco con los hilos conductores formando un corazón, este representa la salud mental y como el sobrecargarlo lo apaga. Se decidió utilizar el texto ‘*tu salud mental importa*’ para así poder conectar con el grupo objetivo y cumpliendo con el objetivo de la campaña que es concientizar e informar la importancia y gravedad de los trastornos y las enfermedades mentales. Usando una tipografía sans serif y en bold las palabras ‘salud mental’ para mostrar esa relevancia del tema. Asimismo, para la selección de colores del ícono se eligieron el azul y el blanco, representando la sanidad que conlleva hablar y tratar estos trastornos.

Y el corazón de color rosado que transmite sensibilidad. A continuación se presenta la propuesta final del identificador de campaña:



6.1.4 Bocetaje de personaje

Para la creación del personaje se buscó que fuera amigable para así poder crear un vínculo de cercanía con el grupo objetivo. A continuación, se presenta el proceso de bocetaje a mano donde se pueden ver las diferentes propuestas del personaje y la digitalización de los mismos.



Personaje #1

Personaje #2

Personaje #3



Se eligió el personaje dos con la finalidad de que proyectara una imagen amigable y real, pero buscando representar lo que son los trastornos y enfermedades mentales. Que son afecciones que dañan a los seres humanos sin ver género, edad, raza, estatus socioeconómico, etc. Siendo esto lo que la forma del personaje quiere transmitir. La forma del personaje es orgánica y en color blanco para poder representar ese punto neutral donde estos trastornos pueden afectar a

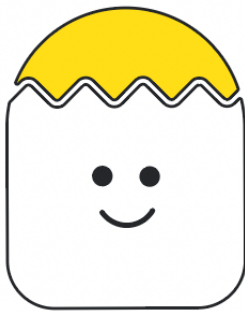


Fuente: Elaboración propia

Partiendo de esta idea se realizó el boceto final del personaje, el cuerpo se representa en dos partes. La parte superior es el cerebro donde se provocan los trastornos mentales cambiando el color según el que se quiera representar, y el cuerpo de color blanco donde estaría la expresión y esta también variaría según el trastorno. Se realizaron 6 variaciones del personaje, con colores y expresiones diferentes.

Personaje #1: Salud mental

Este tono de amarillo y su fación representan felicidad y fuerza. Siendo este un ejemplo de una persona que se encuentra con su salud mental en óptimas condiciones.



Fuente: Elaboración propia

Personaje #2: Trastornos de conducta alimentaria

La cabeza de color lila y su expresión representan tristeza y soledad. Siendo unos de los varios sentimientos que experimentan quienes padecen estos tipos de trastornos.



Fuente: Elaboración propia

Personaje #3: Trastornos del estado de ánimo

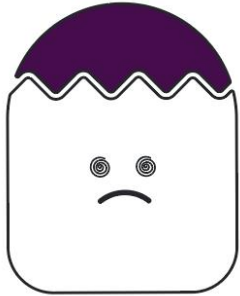
El color azul verdoso y su expresión representan la tristeza y soledad que atraviesan las personas que padecen este tipo de afecciones.



Fuente: Elaboración propia

Personaje #4: Trastornos psicóticos

Representando los trastornos psicóticos y la paranoia con el color morado .



Fuente: Elaboración propia

Personaje #5: Trastornos de ansiedad

El color naranja representa el nerviosismo y sentimiento de agitación que conllevan estos tipos de trastorno.



Fuente: Elaboración propia

Personaje #6: Trastornos de personalidad

Este tono de amarillo representa la inseguridad, locura y enojo que pueden generar estos trastornos en una persona.



Fuente: Elaboración propia

6.2 Propuesta preliminar

6.2.1 Posts para Instagram

Los posts de Instagram son parte de la campaña publicitaria que busca concientizar e informar al grupo objetivo al que va dirigida. Por eso llevan información de lo que son los trastornos y enfermedades mentales, los distintos tipos, las causas, los efectos, síntomas, entre otros.

La campaña está conformada por 24 posts donde 7 de ellos son carruseles con dos a cuatro imágenes. Una gran parte de la campaña incluye al personaje con el fin de generar esa cercanía con los jóvenes al presentarles temas tan duros y sensibles como lo son estas afecciones. Se utilizaron retículas modulares y jerárquicas dependiendo de la necesidad y la información que se buscará transmitir.

A continuación, se pueden ver los bocetos a mano para los posts de instagram.



Después del bocetaje a mano, se digitalizo generando las piezas finales donde se busco crear unidad con los colores e información utilizada, y este fue el resultado:

La Salud Mental
es aquella que incluye el bienestar, psicológico y social de una persona. Afectando la forma en que piensa, siente y actúa frente a la vida.
FUENTE: Medicine Plus

Para ti, ¿qué es la salud mental?
Escribe en los comentarios...

Toma conciencia...

Síntomas de los trastornos mentales.

- ✓ Sentimiento de tristeza o desánimo.
- ✓ Pensamientos confusos o capacidad reducida de concentración.
- ✓ Alejamiento de las amistades y de las actividades.
- ✓ Cansancio importante (baja energía) y problemas de sueño.

- ✓ Desconexión de la realidad (delirio, paranoia o alucinaciones).
- ✓ Cambios importantes en los hábitos alimentarios.
- ✓ Exceso de enojo, hostilidad o violencia.
- ✓ Pensamientos suicidas.

FUENTE: Mayo Clinic

¿Qué son los trastornos mentales?

Los Trastornos Mentales son alteraciones del pensamiento, la percepción, las emociones, la conducta y las relaciones con los demás.

FUENTE: Organización Mundial de la Salud



Causas de los trastornos mentales.




Atributos hereditarios

La enfermedad mental es más frecuente en las personas cuyos parientes consanguíneos también la padecen.

Ciertos genes pueden aumentar el riesgo de contraer una enfermedad mental.



Exposición ambiental anterior al nacimiento

La exposición a factores de estrés ambientales, enfermedades inflamatorias, toxinas, drogas o alcohol en el útero puede asociarse, en algunos casos, con la enfermedad mental.

FUENTE: Organización Mundial de la Salud




Química del cerebro

Los neurotransmisores son sustancias químicas en el cerebro que transmiten señales a otras partes del cerebro y del cuerpo.

Cuando las redes neurales con estas sustancias químicas se ven alteradas, la función de los receptores nerviosos y de los sistemas nerviosos cambia, lo que genera depresión y otros trastornos emocionales.

FUENTE: Mayo Clinic



Si como eso, voy a subir de peso. No puedo comer eso. ¿Cuántas calorías tiene? Si hay mucha comida prefiero no ir. ¿Es mejor me voy a llenar con agua pura?




Si tú estas bien, todo lo demás se acomodará.

-Claudia M. Sheppard



¿Dije algo malo? ¿Y si me da vergüenza? ¿Será que se reñe la puerta? ¿Está enojado conmigo? ¿Se están riendo de mí? ¿Es normal sentirme así? ¿Y si pierdo mi examen?




¿Cuáles son los trastornos mentales?

¡Averígualo! →




Trastornos de

1. Ansiedad
2. Estado de ánimo
3. Conducta alimentaria
4. Psicóticos
5. Personalidad

FUENTE: Top Doctors

trastornos

- trastornos de conducta alimentaria
- trastornos de ansiedad
- trastornos psicóticos
- trastornos de personalidad





Trastornos del estado de ánimo

Son aquellos que pueden afectar a cómo actúa una persona, piensa y se siente. Va más allá de los cambios de humor y afecta a muchos aspectos de la vida.

Tipos: ✓ Trastorno bipolar
✓ Trastorno depresivo

FUENTE: Top Doctors

La salud mental, no se ve en fotos.

Trastornos de → ansiedad

Se le considera así cuando los síntomas provocan demasiada angustia o un deterioro funcional grave en la vida del paciente, impidiéndole funcionar en su vida.

Tipos:

- ✓ Ataques de pánico
- ✓ Fobias
- ✓ Trastorno por Estrés Posttraumático
- ✓ Trastorno Obsesivo-Compulsivo
- ✓ Trastorno de ansiedad generalizada

FUENTE: Top Doctors

Recordatorio

Tu salud mental va primero

Okay

Opciones de diagnóstico

1. Una exploración física
2. Análisis de laboratorio
3. Evaluación psicológica

FUENTE: Mayo Clinic

Trastornos de conducta alimentaria

También conocidos como TCA, se pueden reconocer por un patrón persistente de comer no saludablemente o de hacer dietas no saludables. Estos patrones de conducta alimentaria están asociados con angustia emocional, física y social.

Tipos: ✓ Anorexia nerviosa
✓ Bulimia nerviosa
✓ Trastorno por atracón

FUENTE: Top Doctors

Trastornos psicóticos

Son graves y la persona pierde el contacto con la realidad, teniendo alucinaciones y delirios. Entre ellos están los trastornos delirantes o paranoias y la esquizofrenia.

FUENTE: Top Doctors

Efectos de los trastornos mentales.

¡Conócelos! →

- ✗ Disminución de la alegría de vivir
- ✗ Conflictos familiares
- ✗ Problemas de pareja
- ✗ Aislamiento social
- ✗ Problemas de vicios
- ✗ Infelicidad
- ✗ Pobreza

→

- ✗ Ausentismo
- ✗ Problemas financieros
- ✗ Daño a sí mismo
- ✗ Suicidio
- ✗ Homicidio
- ✗ Sistema inmune débil
- ✗ Enfermedad cardíaca

FUENTE: Mayo Clinic

FUENTE: Top Doctors

Trastornos de personalidad

Son aquellos en el comportamiento del paciente que le generan malestar y dificultades en sus relaciones.


Tipos:

- ✓ Trastorno Límite de la Personalidad (TLP)
- ✓ Trastorno Antisocial (TASP)





¡Lo estás haciendo bien!



Cosas por ~~NO~~ hacer

- ✓ Sobrepensar TODO
- ✓ Compararse ~~X~~
- ✓ Querer hacerlo todo
- ✓ Tener el control ~~X~~
- ✓ Preocuparse



Equipos de tratamientos para los trastornos mentales



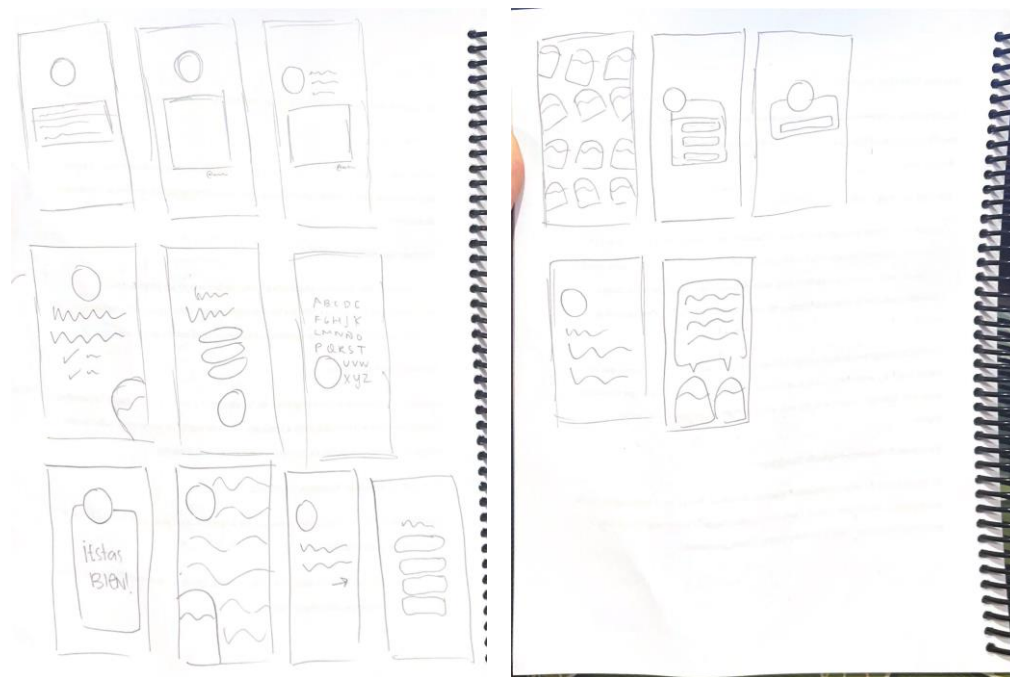
- ✓ Médico de atención primaria
- ✓ Asistente médico
- ✓ Psiquiatra
- ✓ Psicólogo
- ✓ Farmacéutico
- ✓ Asistente social
- ✓ Integrantes de la familia

FUENTE: Mayo Clinic

6.2.2 Historias para Instagram

Para las historias de Instagram, se sintetizó la información de los posts para que sea más concisa y así el usuario sea redireccionado a los posts donde pueda obtener la información completa. En las historias se busca interactuar con el grupo objetivo para así despertar interés y crear un vínculo. Siempre teniendo en cuenta los márgenes de seguridad de Instagram para que no se pierda la información.

A continuación se puede observar los bocetos a mano y el resultado de las historias digitalizadas, a color y como piezas finales:



¿CONOCES LOS TIPOS DE TRANSTORNOS MENTALES?

Si casi todos

Sólo algunos

No casi ninguno

A N O R E X I A J T A O Q R
 N U V I P T W X Z N E R Y P
 S X O T B C Q Ñ R S A W X Z
 I R W I I A I M I L U B Z Y
 E E R E G N J E O E Ñ R E A
 D D T D W D D P D D D D D D
 A A U M F A I A A Z X P T A
 D P I N S O M N I O K M D D
 K J S Ñ Q S E D G K K K K K
 U U Y R P H N X Z T O J Ñ U
 F D E P R E S I O N H L T V

Para ti, ¿qué es la salud mental?

Type something....

Síntomas de los trastornos mentales.

- ✓ Desconexión de la realidad (delirio), paranoia o alucinaciones.
- ✓ Cambios importantes en los hábitos alimentarios.
- ✓ Exceso de enojo, hostilidad o violencia.
- ✓ Pensamientos suicidas.

FUENTE: Mapas Cívica

FUENTE: Top Doctors

Tipos de trastornos de la conducta alimentaria

- ✓ Anorexia nerviosa
- ✓ Bulimia nerviosa
- ✓ Trastorno por atracón

La Salud Mental es aquella que incluye el bienestar, psicológico y social de una persona. Afectando la forma en que piensa, siente y actúa frente a la vida.

FUENTE: Medline Plus

Toma conciencia...

¿Dije algo malo? ¿Y luego tarde? ¿Se enojó que si cerré la puerta? ¿Está enojado conmigo? ¿Se están riendo de mí? ¿Es por sentirme...? ¿Y si pierdo mi examen?

Si como eso, voy a subir de peso. No puedo comer eso. ¿Cuántas calorías tiene? Si hay mucha comida pero no ir. ¿Me voy a ganar con una pura.

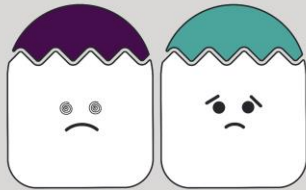


¿Qué son los trastornos mentales?

Los Trastornos Mentales

son alteraciones del pensamiento, la percepción, las emociones, la conducta y las relaciones con los demás.

FUENTE: Organización Mundial de la Salud



Si tú estas bien, todo lo demás se acomodará.

-Claudia M. Sheppard



La salud mental, no se ve en fotos.



- trastornos
- trastornos de conducta alimentaria
- trastornos de ansiedad
- trastornos psicóticos
- trastornos de personalidad



¿Cuáles son los trastornos mentales?

¡Averígualo! →

Trastornos de

1. Ansiedad

2. Estado de ánimo

3. Conducta alimentaria

4. Psicóticos

5. Personalidad

FUENTE: Top Doctors

FUENTE: Top Doctors



Tipos de trastornos de ansiedad

- ✓ Ataques de pánico
- ✓ Fobias
- ✓ Trastorno por estrés postraumático
- ✓ Trastorno obsesivo-compulsivo
- ✓ Trastorno de ansiedad generalizada




FUENTE: Top Doctors



Tipos de trastornos del estado de ánimo

- ✓ Trastorno bipolar
- ✓ Trastorno depresivo





Recordatorio
Tu salud mental va primero

Okay



Efectos de los trastornos mentales.
¡Conócelos! →



- ✗ Disminución de la alegría de vivir
- ✗ Conflictos familiares
- ✗ Problemas de pareja
- ✗ Aislamiento social
- ✗ Problemas de vicios
- ✗ Infelicidad
- ✗ Pobreza

→


Opciones de diagnóstico

1. Una exploración física
2. Análisis de laboratorio
3. Evaluación psicológica

FUENTE: Top Doctors




FUENTE: Top Doctors




Tipos de trastornos de la conducta alimentaria

- ✓ Anorexia nerviosa
- ✓ Bulimia nerviosa
- ✓ Trastorno por atracón




FUENTE: Top Doctors




Tipos de trastornos psicóticos

- ✓ Trastornos delirantes
- ✓ Esquizofrenia




FUENTE: Top Doctors



Tipos de trastornos de la personalidad

- ✓ Trastorno Límite de la Personalidad (TLP)
- ✓ Trastorno Antisocial (TASP)




¡Lo estás haciendo bien!



Equipos de tratamientos para los **trastornos mentales**



- ✓ Médico de atención primaria
- ✓ Asistente médico
- ✓ Psiquiatra
- ✓ Psicólogo
- ✓ Farmacéutico
- ✓ Asistente social
- ✓ Integrantes de la familia

FUENTE: Mayo Clinic



Causas de los **trastornos mentales.**



Atributos hereditarios

La enfermedad mental es más frecuente en las personas cuyos parientes consanguíneos también la padecen.
Ciertos genes pueden aumentar el riesgo de contraer una enfermedad mental.



Tabla 8. Implementación de medios



Implementación de medios


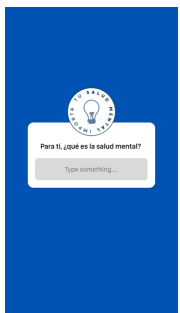

Piezas	Sistema de Producción	Técnicas de producción	Cantidad	Involucrados en el proceso	Implementación
Posts para Instagram	Digital	-	24	Community manager	Se publicarán de 2 -3 posts semanales, simultáneos con las historias. De lunes a viernes en el lapso de dos meses.
Historias para Instagram	Digital	-	25	Community manager	Se publicarán de 2 -3 historias semanales, simultáneas con los posts. De lunes a viernes en el lapso de dos meses.

Fuente: Elaboración propia

Tabla 9. Semana 1



Calendarización de piezas

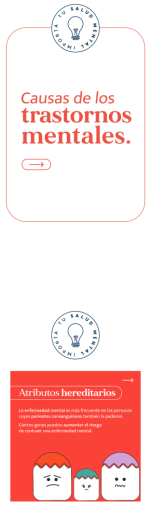

Semana 1	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Conciencia	Lanzar la campaña y dar una primera visualización a lo que esta será.	Tu salud mental no es un juego. No lo tomes a la ligera... #TuSaludMental #importancia #saludmental #tomaconciencia #jovenes	Post instagram (1080x1080)	
Martes	Conciencia	Lanzar la campaña y dar una primera visualización a lo que esta será.	-	Historia instagram (1920x1080)	

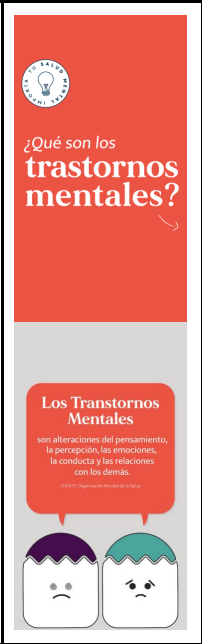
Miércoles	Conciencia	Generar interacción con el grupo objetivo y que despierte curiosidad en el tema.	<p>¡Queremos saber que piensas! Cuéntanos en los comentarios para ti, ¿qué es la salud mental?</p> <p>#TuSaludMental #importante #conocer #importancia #saludmental #tomaconciencia</p>	Post instagram (1080x1080)	
Jueves	Conciencia	Generar interacción con el grupo objetivo y que despierte curiosidad en el tema.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Viernes	Informativo	Poder brindar una definición concreta de que es la salud mental y su importancia	<p>Ahora que ya sabes que es, cuestionate ¿cómo está tu salud mental?</p> <p>#TuSaludMental #importante #bienestar #psicologia #saludmental #jovenes</p>	Post instagram (1080x1080)	

Fuente: Elaboración propia

Tabla 10. Semana 2

Semana 2	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Informativo	Poder brindar una definición concreta de que es la salud mental y su importancia	-	Historia instagram (1920x1080)	 <p>La Salud Mental es aquella que incluye el bienestar, psicológico y social de una persona. Afectando la forma en que piensa, siente y actúa frente a la vida.</p>
Martes	Informativo	Dar a conocer las diferentes causas por las que se generan los trastornos mentales.	<p>Las causas de los trastornos mentales dependen mucho más que sólo de tus emociones.</p> <p>¡Dale swipe y descubre algunas de esas causas!</p> <p>Te presentamos algunos factores a considerar:</p> <p>Ciertos genes pueden aumentar el riesgo de contraer una enfermedad mental.</p> <p>Exponerse ante factores de estrés ambiental, enfermedades inflamatorias, toxinas, drogas o alcohol pueden asociarse a las enfermedades mentales.</p> <p>Los neurotransmisores son sustancias químicas en el cerebro que transmiten señales a otras partes del cerebro y del cuerpo.</p>	Post instagram (1080x1080) Carrusel de 4 imágenes	 <p>Causas de los trastornos mentales.</p>



			#TuSaludMental #mporta #causas #heridatarias #quimicas #ambientales		
Miércoles	Informativo	Dar a conocer las diferentes causas por las que se generan los trastornos mentales de una manera muy general para redireccionar a los usuarios al post con la información completa.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Jueves	Informativo	Presentar lo que son los trastornos mentales con una definición concreta.	<p>¡Aprendamos juntos!</p> <p>No hay peor enemigo que el que no se conoce.</p> <p>#TuSaludMental #mporta #trastornosmentales #quesonlostrastornosmentales #saludmental #informate</p>	Post instagram (1080x1080) Carrusel de 2 imágenes	

<p>Viernes</p>	<p>Informativo</p>	<p>Presentar lo que son los trastornos mentales con una definición concreta.</p>	<p>-</p>	<p>Historia instagram (1920x1080)</p>	
-----------------------	--------------------	--	----------	---	---

Fuente: Elaboración propia





Tabla 11. Semana 3

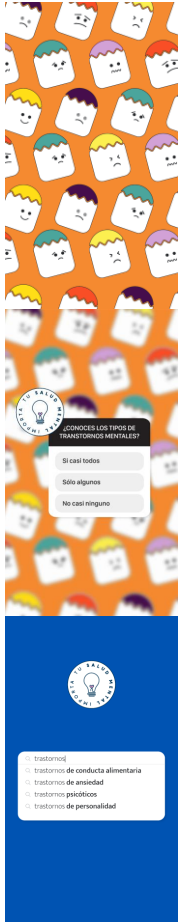
Semana 3	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Informativo	Presentar algunos de los síntomas que se pueden presentar al padecer alguna de estas afecciones.	<p>¿Has presentado alguno de estos síntomas? ¡No es normal!</p> <p>Pide ayuda a tus cercanos o escríbenos por DM, ¡Queremos ayudarte!</p> <p>#TuSaludMental #importa #síntomas #trastornosmentales #soledad #tristeza</p>	Post instagram (1080x1080) Carrusel de 2 imágenes	
Martes	Informativo	Presentar algunos de los síntomas que se pueden presentar al padecer alguna de estas afecciones de una manera sintetizada para así redireccionar a los usuarios al post con la información completa.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Miércoles	Conciencia	Dar a conocer ideas y/o pensamientos que pasan por la cabeza de una persona padeciendo trastornos de ansiedad.	<p>¡No tienes por qué sentirte así! Existen soluciones.</p> <p>Pide ayuda a tus cercanos o escríbenos por DM, ¡Queremos ayudarte!</p> <p>#TuSaludMental #importa #ansiedad #saludmental #trastornosmentales #buscaayuda</p>	Post instagram (1080x1080)	

Jueves	Conciencia	Dar a conocer ideas y/o pensamientos que pasan por la cabeza de una persona padeciendo trastornos de ansiedad.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Viernes	Conciencia	Concientizar y generar interés en el bienestar propio antes que en cualquier persona.	<p>¡Si tú estas bien, todo lo demás también lo estará!</p> <p>Tu salud mental va primero.</p> <p>#TuSaludMental #mporta #bienestar #tuimportas #saludmental #noestassolo #trastornosmentales</p>	Post instagram (1080x1080)	

Fuente: Elaboración propia


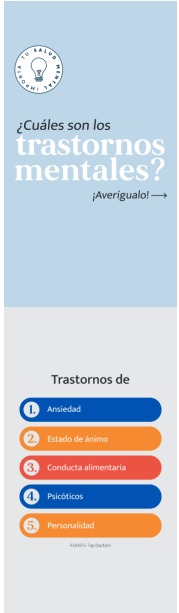

Tabla 12. Semana 4

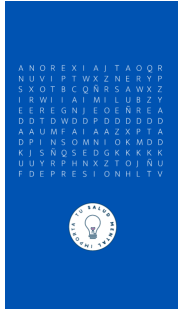

Semana 4	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Conciencia	Concientizar y generar interés en el bienestar propio antes que en cualquier persona.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Martes	Conciencia	Dar a conocer ideas y/o pensamientos que pasan por la cabeza de una persona padeciendo trastornos de conducta alimentaria.	<p>“Ya va a pasar” No es la solución.</p> <p>Pide ayuda a tus cercanos o escríbenos por DM, ¡Queremos ayudarte!</p> <p>#TuSaludMental #mporta #tca #trastornosalimentos #bulimia #anorexia #saludmental</p>	Post instagram (1080x1080)	
Miércoles	Conciencia	Dar a conocer ideas y/o pensamientos que pasan por la cabeza de una persona padeciendo trastornos de conducta alimentaria.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Jueves	Conciencia	Presentar los diferentes trastornos mentales de una manera general con la finalidad de plantear la idea en la mente del grupo objetivo.	<p>¿Conoces alguno de estos trastornos?</p> <p>¡Déjanos saber en los comentarios!</p> <p>#TuSaludMental #mporta #tca #ansiedad #psicoticos #personalidad #trastornosmental</p>	Post instagram (1080x1080)	

			es		
Viernes	Conciencia	<p>Historias 1: Interactuar con el usuario para saber qué tan informado del tema.</p> <p>Historias 2: Presentar los diferentes trastornos mentales de una manera general con la finalidad de plantear la idea en la mente del grupo objetivo.</p>	-	Historia instagram (1920x1080)	 <p>¿CONOCES LOS TIPOS DE TRASTORNOS MENTALES?</p> <p>Si casi todos</p> <p>Sólo algunos</p> <p>No casi ninguno</p> <p>trastornos trastornos de conducta alimentaria trastornos de ansiedad trastornos psicóticos trastornos de personalidad</p>

Fuente: Elaboración propia





Tabla 13. Semana 5


Semana 5	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Informativo	Presentar los diferentes trastornos mentales que puede padecer una persona.	No es solo sentirse 'triste' y ya... ¡Dale swipe y conoce cuales son los diferentes trastornos mentales! #TuSaludMental #mporta #ansiedad #tca #psicoticos #personalidad #estadodeanimo	Post instagram (1080x1080) Carrusel de 2 imágenes	
Martes	Informativo	Presentar los diferentes trastornos mentales que puede padecer una persona.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Miércoles	Conciencia	Despertar interés en conocer qué otros trastornos mentales squexisten de una manera interactiva.	¡Escribe en los comentarios que trastornos mentales encuentras! #TuSaludMental #mporta #trastornosmentales #saludmental #informate	Post instagram (1080x1080)	

			#participa		
Jueves	Conciencia	Despertar interés en conocer qué otros trastornos mentales squexisten de una manera interactiva.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Viernes	Informativo	Presentar los trastornos de estado de ánimo con un significado concreto y los tipos que existen.	No es: estar triste y ya... Los trastornos del estado de ánimo van más allá de los cambios de humor y afectan a muchos aspectos de la vida. #TuSaludMentalI mporta #estadodeanimo #trastornosmental es #bipolaridad #depresion	Post instagram (1080x1080)	

Fuente: Elaboración propia

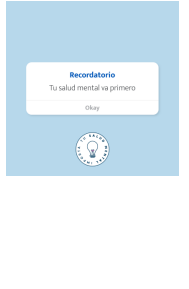
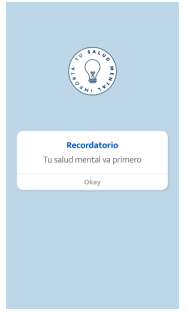

Tabla 14. Semana 6

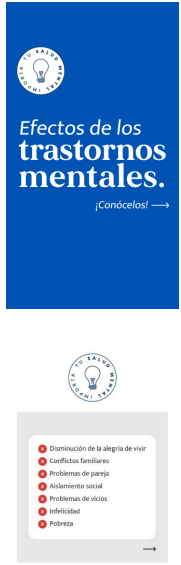

Semana 6	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Informativo	Presentar los tipos de trastornos de estado de ánimo.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Martes	Conciencia	Crear conciencia que los trastornos no son algo que se ve, que hay que estar atentos.	Tu salud mental va más allá de una foto bonita en tu instagram... #TuSaludMentalImporta #realidad #trastornosmentales #saludmental #buscaayuda	Post instagram (1080x1080)	
Miércoles	Conciencia	Crear conciencia que los trastornos no son algo que se ve, que hay que estar atentos.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Jueves	Informativo	Presentar los trastornos de ansiedad con un significado concreto y los tipos que existen.	No es: estar preocupado y ya... Los trastornos de ansiedad pueden impedirte funcionalidad en tu vida. #TuSaludMentalImporta #ansiedad #trastornosmentales #fobias #panico	Post instagram (1080x1080) Carrusel de 2 imágenes	

Viernes	Informativo	Presentar los tipos de trastornos de ansiedad.	-	Historia instagram (1920x1080)	
----------------	-------------	--	---	--------------------------------	---

Fuente: Elaboración propia

Tabla 15. Semana 7

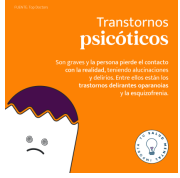
Semana 7	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Conciencia	Darle a conocer al grupo objetivo que su salud mental es prioridad y no sólo para ellos.	Haz una pausa y respira, tu primero y el mundo después. #TuSaludMental #mporta #bienestar #saludmental #tuimportas #buscaayuda	Post instagram (1080x1080)	
Martes	Conciencia	Darle a conocer al grupo objetivo que su salud mental es prioridad y no sólo para ellos.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Miércoles	Informativo	Dar a conocer algunos de los efectos negativos que se pueden presentar al padecer alguno de estos trastornos mentales.	Tu vida puede depender de ello, ¡No los ignores! #TuSaludMental #mporta #efectos #trastornosmental es #saludmental	Post instagram (1080x1080) Carrusel de 3 imágenes	

			#noestassolol #buscaayuda		
Jueves	Informativo	Dar a conocer algunos de los efectos negativos que se pueden presentar al padecer alguno de estos trastornos mentales de una manera resumida para así redireccionar al usuario al post con la información completa.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Viernes	Informativo	Dar a conocer las diferentes opciones de diagnóstico para los trastornos mentales.	<p>¡Si tiene solución!</p> <p>Pide ayuda a tus cercanos o escríbenos por DM, ¡Queremos ayudarte!</p> <p>#TuSaludMental #mporta #diagnostico #solucion #saludmental #trastornosmental es #psicologia</p>	Post instagram (1080x1080)	

Fuente: Elaboración propia

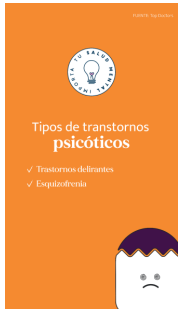

Tabla 16. Semana 8



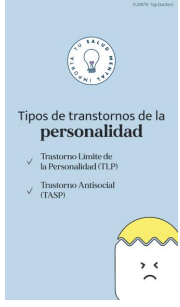

Semana 8	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Informativo	Dar a conocer las diferentes opciones de diagnóstico para los trastornos mentales.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Martes	Informativo	Presentar los trastornos de conducta alimentaria con un significado concreto y los tipos que existen.	No es: come y ya... Los trastornos de conducta alimentaria también conocidos como TCA. Son patrones asociados con la angustia emocional, física y social. #TuSaludMentalI mporta #tca #anorexia #bulimia #atracones #trastornosmental es	Post instagram (1080x1080)	
Miércoles	Informativo	Presentar los tipos de trastornos de conducta alimentaria.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Jueves	Conciencia	Presentarle al grupo objetivo cosas que afectan su salud mental y no deberían de hacer.	Por tu salud mental... ¡No hagas esto! #TuSaludMentalI	Post instagram (1080x1080)	

			<p>mporta #sobrepensar #comparacion #preocupacion #estres</p>		
Viernes	Conciencia	Presentar los trastornos psicóticos con un significado concreto y los tipos que existen.	<p>No es: estás loco...</p> <p>Los trastornos psicóticos te pueden llevar a perder el contacto con la realidad a tal nivel que te pueden generar alucinaciones y delirios.</p> <p>#TuSaludMental mporta #psicoticos #esquizofrenia #paranoia #trastornosmentales</p>	Post instagram (1080x1080)	

Fuente: Elaboración propia

Tabla 17. Semana 9

Semana 9	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Informativo	Presentar los tipos de trastornos psicóticos.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Martes	Informativo	Dar a conocer el equipo de tratamientos que existen para los trastornos mentales.	<p>¡No tienes por qué hacerlo solo!</p> <p>Pide ayuda a tus cercanos o escríbenos por DM, ¡Queremos ayudarte!</p> <p>#TuSaludMental mporta</p>	Post instagram (1080x1080) Carrusel de 2 imágenes. Historia instagram (1920x1080)	

			<p>#psicologo #psiquiatra #medico #buscaayuda #haysolucion</p>		
Miércoles	Informativo	Presentar los trastornos de personalidad con un significado concreto y los tipos que existen.	<p>No es: sólo hace amigos y ya...</p> <p>#TuSaludMental #mporta #personalidad #dificultades #relacionarse #antisocial</p>	Post instagram (1080x1080)	
Jueves	Informativo	Presentar los tipos de trastornos de personalidad.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Viernes	Conciencia	Dar ánimo al grupo objetivo, haciéndoles saber que con lo que hacen, por pequeño que parezca, tiene valor.	<p>Incluso si todo lo que hiciste hoy fue levantarte de tu cama.</p> <p>#TuSaludMental #mporta #noestassolo #haysoluciones #saludmental #tuimportas</p>	Post instagram (1080x1080) e historia instagram (1920x1080)	

Fuente: Elaboración propia

6.3 Validación

A continuación, se estarán presentando los resultados obtenidos del proceso de validación de las piezas realizadas del proyecto. Se inició con una asesoría con un especialista en publicidad en medios digitales. Los comentarios recibidos de la campaña fueron bastantes concretos y específicos. Como primer punto recomendó que la campaña no fuera únicamente para Instagram, ya que aunque un gran porcentaje del grupo objetivo se encuentra en esa red social también hay en otras donde se puede tener el mismo o mayor impacto. También mencionó que se podían realizar google ads, vídeo ads para las aplicaciones que utiliza el grupo objetivo y vídeos. A pesar de sus recomendaciones de mejora para el proyecto, comentó que le parecía bastante bien el uso de la información, colores, tipografías, ilustraciones y concepto en toda la campaña.

Para la validación del proyecto se realizaron encuestas a 3 grupos diferentes: 21 diseñadores gráficos, 10 adolescentes del grupo objetivo y 5 expertos en la salud mental, en este caso psicólogos. A cada uno de ellos se les pasó un instrumento con preguntas acerca del diseño, contenido o estrategia de la campaña para así poder evaluar la funcionalidad y efectividad de la misma (ver apéndice).

A continuación se presentan los resultados.

6.3.1 Color

De acuerdo a los resultados de las diferentes encuestas, la propuesta de paleta de color se considera de acuerdo al tema y al grupo objetivo. Sin embargo, se hicieron algunas observaciones relacionadas a la saturación y a los degradados. Pero en general se considera una paleta de color que logra reflejar lo que se buscaba.

6.3.2 Diagramación

En cuanto a la diagramación no hubieron comentarios de mejora, los tres grupos objetivos lo encuentran con bastante claridad y con una organización óptima que permite percibir la información de manera adecuada.

6.3.3 Identificador de campaña.

El identificador realizado logra representar ese balance entre la seriedad del tema y la empatía que se busca alcanzar con el grupo objetivo. En general se concuerda que transmite paz y tranquilidad pero que a la vez se podría usar con líneas más gruesas y con colores que generen más fuerza.

6.3.4 Tipografías

La selección de ambas tipografías en conjunto se considera que generan jerarquía y orden visual. Ambas son fáciles de leer y bastante claras para los usuarios. Sin embargo, se recomienda poder usar sólo una familia tipográfica con sus diferentes grosores.

6.3.5 Ilustraciones

Las ilustraciones se consideran llamativas para el grupo objetivo, generando empatía con el mismo donde se pueden sentir identificados. Se recomienda hacer menos pronunciados los picos de la cabeza y ponerle nombre para darle más protagonismo.

6.3.6 Contenido

En cuanto al contenido del material, los expertos en la salud mental consideran que es información concreta, corta y profesional pero que es comprensible para el usuario; además de que el texto y las ilustraciones logran que estos se complementen entre ellos.

El grupo objetivo opina que concientiza sobre el tema ya que presenta lo necesario para lograrlo pero que en algunas piezas reducirían el texto. Los diseñadores gráficos recomiendan reducir un poco los textos en los artes y trasladar algunos a los copys, sin embargo les parece que es información muy bien sintetizada y distribuida de una manera que no haga que se pierda la atención.

6.3.7 Medios

El grupo objetivo respondió de manera positiva a los medios propuestos (Instagram, Facebook, Google ads y vídeo ads) ya que consideran que es donde se encuentra el mayor flujo de usuarios y donde más pasan su tiempo. En cuanto a los expertos y diseñadores también consideran que estos son los medios correctos a utilizarse por las edades del grupo objetivo. Sin embargo los tres grupos están de acuerdo con que podrían trasladarse los vídeos existentes a reels y/o a Tik Tok.

6.3.8 Concepto

De acuerdo a la respuesta de los diseñadores con relación al concepto de la campaña, la mayoría está de acuerdo que tanto la información como el diseño y sus colores logran reflejarlo. También opinan que los personajes logran generar esa empatía con los usuarios incluso antes de leerla. Sin embargo se hizo el comentario de que se ven muchas expresiones tristes.

6.3.9 Grupo objetivo

Respecto al grupo objetivo, los expertos opinan que la información es la necesaria para despertar interés en los jóvenes y que ellos aprendan qué es esto y ante que se están enfrentando. También encuentran la campaña atractiva ya que por las edades son muy visuales y este es el enfoque de la misma. En cuanto al grupo objetivo les parece llamativa por la manera en que se comunica el mensaje; refiriéndose a los colores, ilustraciones, diagramación, etc.

6.3.10 Objetivos de campaña

Al analizar la campaña los diseñadores concluyeron que los objetivos si se cumplen ya que transmiten la información de una manera amigable y completa. También mencionaron que está tiene un buen equilibrio entre lo visual y lo informativo.

6.3.11 Cambios a realizar

Después de analizar los comentarios de cada una de las personas que validaron el proyecto, se tomaron en cuenta los siguientes cambios que mejoraban de manera positiva las piezas gráficas y la campaña en general.

1. Posts de Instagram: reducir los textos y ampliar la información de los copys y agrandar el tamaño.
2. Realizar piezas para utilizarse como Google Ads.
3. Realizar vídeos que se puedan usar en diferentes plataformas (TikTok, Instagram, Ads.)

6.3.12 Cambios finales

Posts de Instagram:

Antes



Después



Fuente: Elaboración propia

Google Ads

Logo: **¡TU SALUD MENTAL IMPORTA!**

Search results for "trastornos":

- trastornos de conducta alimentaria
- trastornos de ansiedad
- trastornos psicóticos
- trastornos de personalidad

¡Infórmate!

@tusaludmentalimporta

Logo: **¡TU SALUD MENTAL IMPORTA!**

La salud mental, no se ve en fotos.

@tusaludmentalimporta

¡Infórmate!

Logo: **¡TU SALUD MENTAL IMPORTA!**

Los trastornos mentales tienen efectos graves.

¡Infórmate!

@tusaludmentalimporta

Logo: **¡TU SALUD MENTAL IMPORTA!**

¡No es solo tristeza!

#TuSaludMentalImporta

¡Infórmate!

@tusaludmentalimporta

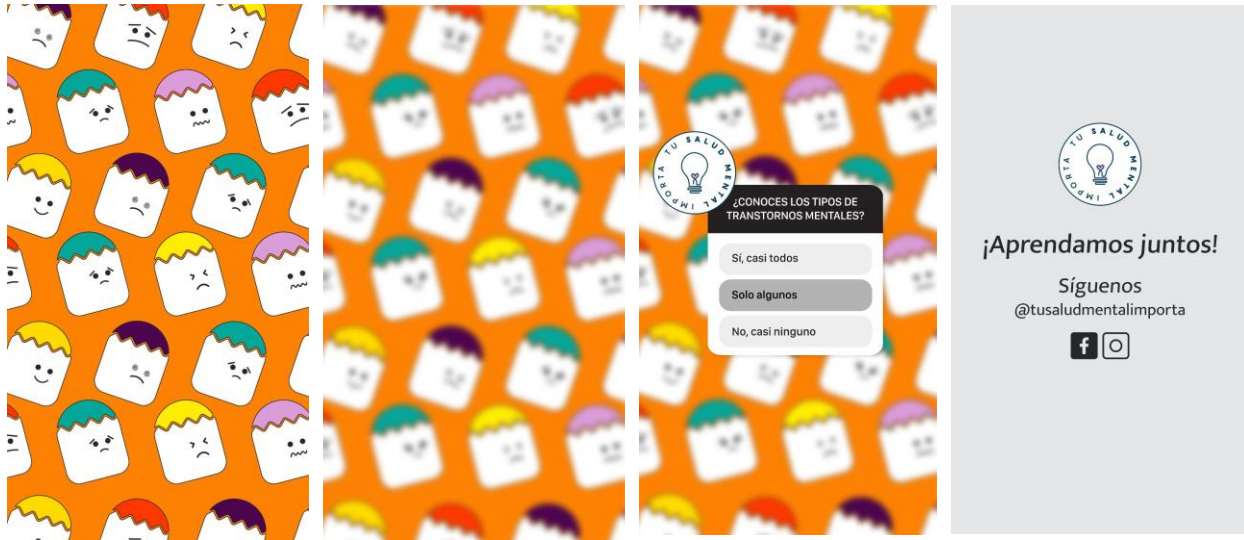
Storyboard Vídeos

Vídeo #1

Storyboard for Video #1:

- Slide 1:** Logo **¡TU SALUD MENTAL IMPORTA!**, text: **¿Conoces cuáles son los trastornos mentales?**, **¡Averígualo! →**
- Slide 2:** Logo **¡TU SALUD MENTAL IMPORTA!**, a grid of letters with a white circle above it.
- Slide 3:** Logo **¡TU SALUD MENTAL IMPORTA!**, a grid of letters with words highlighted in yellow: ANOREXIA, DEPRESION, and TCA.
- Slide 4:** Logo **¡TU SALUD MENTAL IMPORTA!**, text: **¡Aprendamos juntos!**, **Síguenos @tusaludmentalimporta**, and social media icons for Facebook and Instagram.

Vídeo #2



6.4 Propuesta Final

6.4.1 Paleta de color

La paleta de colores utilizada busca representar de manera conceptual la transición de vivir algo negativo a algo positivo, siendo estos colores fríos y cálidos, siendo complementarios y análogos dentro del círculo cromático.

Los tonos fríos brindan calma, paz, confianza y sanidad; representan los sentimientos positivos. Por otro lado los cálidos representan peligro, dolor y frustración; siendo estos los que representan las 'heridas' que generan los trastornos y las enfermedades mentales. Los degradados representan la transición de una situación tormentosa, como lo son los trastornos mentales, a la calma, que sería la sanidad de estos. Se utilizaron colores como el negro, blanco y gris para poder utilizarse en diferentes textos, fondos y/o detalles en las ilustraciones y artes. Esto para que sean fáciles y claras de diferenciar y entender.

Los colores resultan siendo atractivos para el grupo objetivo por la manera en que se utilizan y porque logran reflejar el tema a tratar de la campaña.



Pantone 2965 C
04253c
R 0
G 38
B 62



Pantone 151 C
f68a30
R 246
G 138
B 48



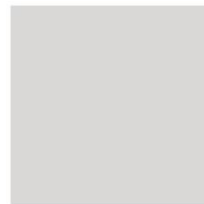
Pantone 2935 C
0053b1
R 0
G 83
B 177



Pantone Warm Red C
eb5444
R 235
G 84
B 68



Pantone 290 C
bed7e9
R 190
G 215
B 233



Pantone Cool Gray 1 C
d8d8d6
R 216
G 216
B 214



Pantone 426 C
25272a
R 37
G 39
B 42



ffffff
R 255
G 255
B 255



6.4.2 Tipografía

Las tipografías elegidas buscan apoyar la seriedad y la comprensión del tema a tratar en la campaña sin perder la cercanía con el grupo objetivo. Manteniendo una jerarquía visual que represente el cambio. Para esto se creó una combinación de tipografías serif en títulos y subtítulos y en los textos sanserif para facilitar la lectura y generar ese balance entre tipografías.

Utilizando todas en sus diferentes versiones (bold, regular, itálica) enfatizar los cambios.

MADE Mirage Bold

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm Nn Ñ
Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz
1234567890 ¡ ! ¿ ? . ,

MADE Mirage Regular

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm Nn Ñ
Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz
1234567890 ¡ ! ¿ ? . ,

Mukta Mahee

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm Nn Ñ
Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz
1234567890 ¡ ! ¿ ? . ,

Pangram

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm Nn Ñ
Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz
1234567890 ¡ ! ¿ ? . ,

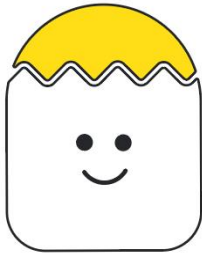


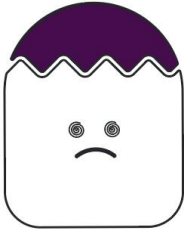


6.4.3 Identificador de campaña

El identificador de campaña consiste en la integración de un ícono de foco con los hilos conductores formando un corazón, este representa la salud mental y como el sobrecargarlo lo apaga. Utilizando el texto *'tu salud mental importa'* como parte de para poder conectar con el grupo objetivo y cumpliendo con el objetivo de la campaña que es concientizar e informar la importancia y gravedad de los trastornos y las enfermedades mentales. Los colores elegidos fueron el azul y el blanco, representando la sanidad que conlleva hablar y tratar estos trastornos. Y el corazón de color rosado que transmite sensibilidad. Usando una tipografía san serif y en bold las palabras *'salud mental'* para mostrar esa relevancia del tema.



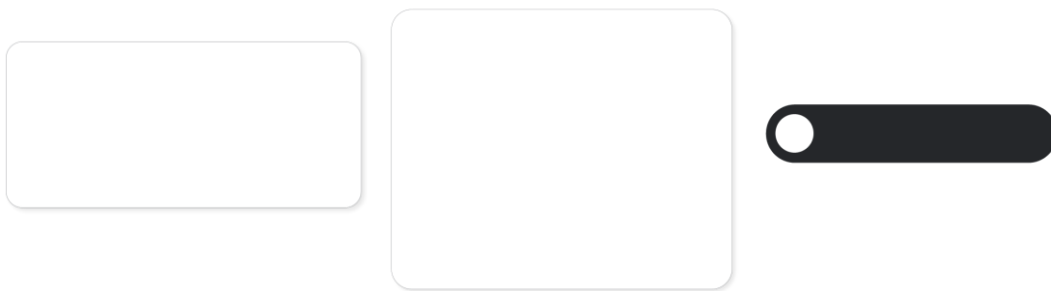
6.4.4 Personaje

El personaje y sus variaciones se buscó que fuera amigable para así poder crear un vínculo de cercanía con el grupo objetivo. La forma del personaje es orgánica y en color blanco para poder representar ese punto neutral donde estos trastornos pueden afectar a cualquiera. La parte superior del mismo representa lo que es el cerebro, donde se provocan los trastornos mentales cambiando el color según el que se quiera representar, y el cuerpo de color blanco donde se encuentra la expresión de su rostro que de igual manera cambiaría según la afección a trata. Se realizaron 6 variaciones del personaje.

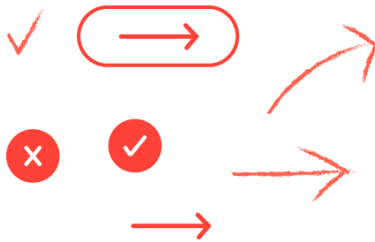
<p><i>Personaje #1: Salud mental</i></p> 	<p><i>Personaje #2: Trastornos de conducta alimentaria</i></p> 	<p><i>Personaje #3: Trastornos del estado de ánimo</i></p> 
<p><i>Personaje #4: Trastornos psicóticos</i></p> 	<p><i>Personaje #5: Trastornos de ansiedad</i></p> 	<p><i>Personaje #6: Trastornos de personalidad</i></p> 

6.4.5 Elementos gráficos de apoyo

Se utilizaron diferentes elementos gráficos de apoyo a lo largo de la campaña con el fin de poder reflejar mejor el concepto y el mensaje en las diferentes piezas. Se utilizaron diferentes cajas de texto para darle dinamismo y así poder conectar con el grupo objetivo. Y no sólo esto sino también hacer los textos más legibles y unificar el diseño de la campaña.



También se utilizaron flechas y bullets para apoyar el flujo de los textos.

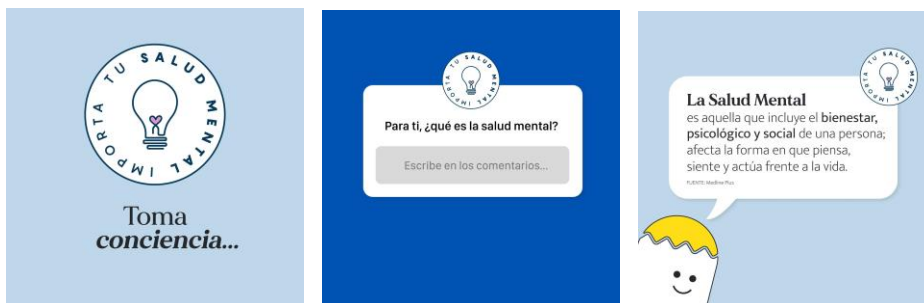


6.4.6 Piezas finales

6.4.6.1 Posts de Instagram

Estas piezas cumplen con dos propósitos: concientizar e informar al grupo objetivo sobre lo que son los trastornos mentales y las consecuencias negativas de los mismos. Todo esto a través de información concreta de qué son estas afecciones, los distintos tipos, las causas, los efectos, síntomas, entre otros. Se incluye al personaje en un gran porcentaje de las artes con el fin de generar cercanía con los jóvenes al presentarles temas tan duros y sensibles como lo son estas afecciones. También se utiliza el identificador en todas las artes realizadas para que esta sea reconocida no importa el medio.

Primero se empieza con un post de expectativa sobre la campaña, seguido de eso un post donde se invita al usuario a interactuar y que comparta su conocimiento sobre la ‘salud mental’. Luego se tienen 16 posts donde se dan conceptos concretos de los trastornos mentales, las causas, síntomas, tipos, efectos, opciones de diagnóstico y tratamientos. También se tienen 8 posts donde buscan empatizar con el usuario y así generar conciencia sobre la importancia de estas afecciones.



¿Qué son los trastornos mentales?

Los Trastornos Mentales son alteraciones del pensamiento, la percepción, las emociones, la conducta y las relaciones con los demás.

Síntomas de los trastornos mentales.

- ✓ Sentimiento de ~~tristeza~~ o desánimo.
- ✓ Pensamientos confusos o capacidad reducida de concentración.
- ✓ Alejamiento de las amistades y de las actividades.
- ✓ Cansancio importante (~~baja energía~~) y problemas de sueño.

- ✓ Desconexión de la realidad (delirio), paranoia o alucinaciones.
- ✓ Cambios importantes en los hábitos alimentarios.
- ✓ Exceso de ~~enojo~~, hostilidad o violencia.
- ✓ Pensamientos ~~suicidas~~.

¿Dije algo malo? ¿Y si...
¿Te parece raro? ¿Será que...
¿Está enojado conmigo? ¿Se...
¿Están riendo de mí? ¿Es normal...
¿Me siento así? ¿Y si pierdo...
¿Me exameno?

Si tú estas bien, todo lo demás se acomodará.

Si como eso, voy a subir de peso. No puedo comer eso. ¿Cuántas calorías tiene? Si hay mucha comida prefiero no ir. Mejor me voy a llenar con agua pura.

- trastornos
- trastornos de conducta alimentaria
- trastornos de ansiedad
- trastornos psicóticos
- trastornos de personalidad

¿Cuáles son los trastornos mentales?

¡Averígualo! →

- ### Trastornos de
1. Ansiedad
 2. Estado de ánimo
 3. Conducta alimentaria
 4. Psicóticos
 5. Personalidad

TRANSTORNOHLWN
UKITWPQVFRRI FT
ANOREXIAJTAORD
NUVIPTWXZNEANH
SXOTBCQÑRSLWXZ
IRWIIAIMIOUBZY
EEREGNJEPEÑREA
DDTDWDDIDDDDD
AUMFABAAXPTA
DPI NSOMNIOKMDD
LPI NSOMNIOKMDD
RPHNXZTOJÑU
DEPRESIONTV

Trastornos del estado de ánimo

Son aquellos que pueden afectar cómo actúa una persona, piensa y se siente.

Tipos: ✓ Trastorno bipolar
✓ Trastorno depresivo

Efectos de los trastornos mentales.

¡Conócelos! →

- ✗ Disminución de la alegría de vivir
- ✗ Conflictos familiares
- ✗ Problemas de pareja
- ✗ Aislamiento social
- ✗ Problemas de vicios
- ✗ Infelicidad
- ✗ Pobreza

- ✗ Ausentismo
- ✗ Problemas financieros
- ✗ Daño a sí mismo
- ✗ Suicidio
- ✗ Homicidio
- ✗ Sistme inmune débil
- ✗ Enfermedad cardíaca

- ### Opciones de diagnóstico
1. Una exploración física
 2. Análisis de laboratorio
 3. Evaluación psicológica

Trastornos de conducta alimentaria

Se reconocen por un patrón persistente de comer no saludablemente o de hacer dietas no saludables.

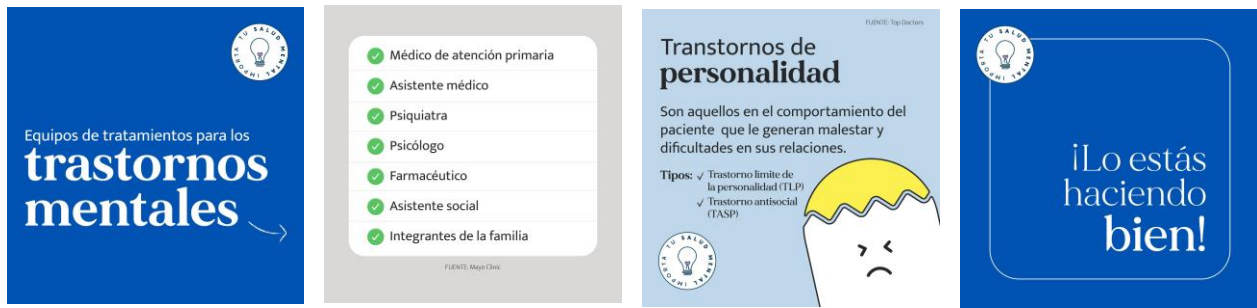
Tipos: ✓ Anorexia nerviosa
✓ Bulimia nerviosa
✓ Trastorno por atracón

Qué NO hacer

- ✓ Sobrepensar TODO
- ✓ Compararse ✗
- ✓ Querer hacerlo todo
- ✓ Tener el control ✓
- ✓ Preocuparse

Trastornos psicóticos

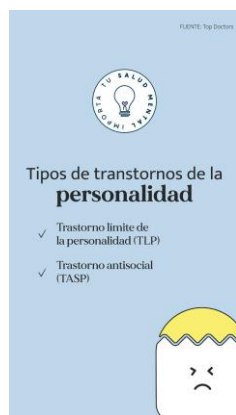
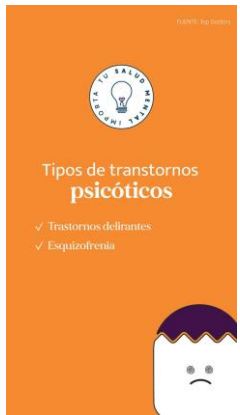
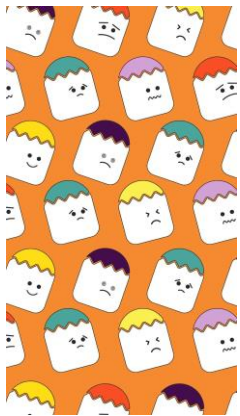
Son graves y la persona pierde el contacto con la realidad. Entre ellos están los trastornos delirantes o paranoias y la esquizofrenia.



6.4.6.2 Stories Instagram

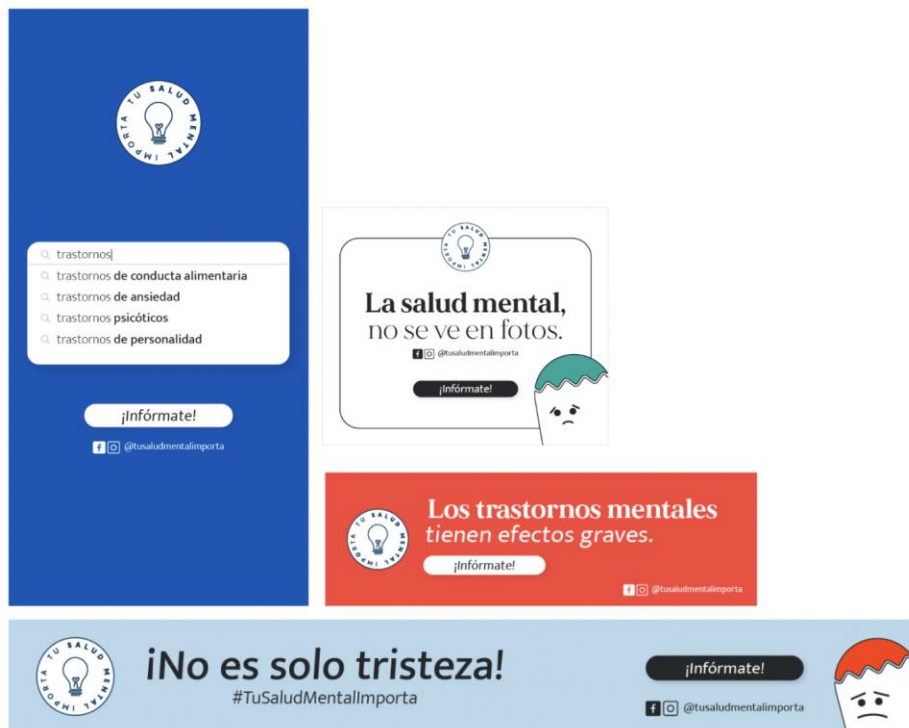
Las stories cumplen con el propósito de presentar la información de los posts de una manera sintetizada con el fin de que sea más concisa y así el usuario sea redireccionado a los posts donde puede obtener la información completa. También en algunas de ellas se busca interactuar con el grupo objetivo para así despertar su interés.





6.4.6.3 Google Ads

Las Google Ads ayudan a tener un mayor alcance en la campaña ya que estos se podrán encontrar en páginas que frecuenta el grupo objetivo. Transmitiendo el tema y el objetivo de la campaña de una manera concisa pero llamativa para que despierte su interés por conocer más. Estos tienen como fin redireccionar a los usuarios a las redes sociales donde se encuentra la campaña completa.

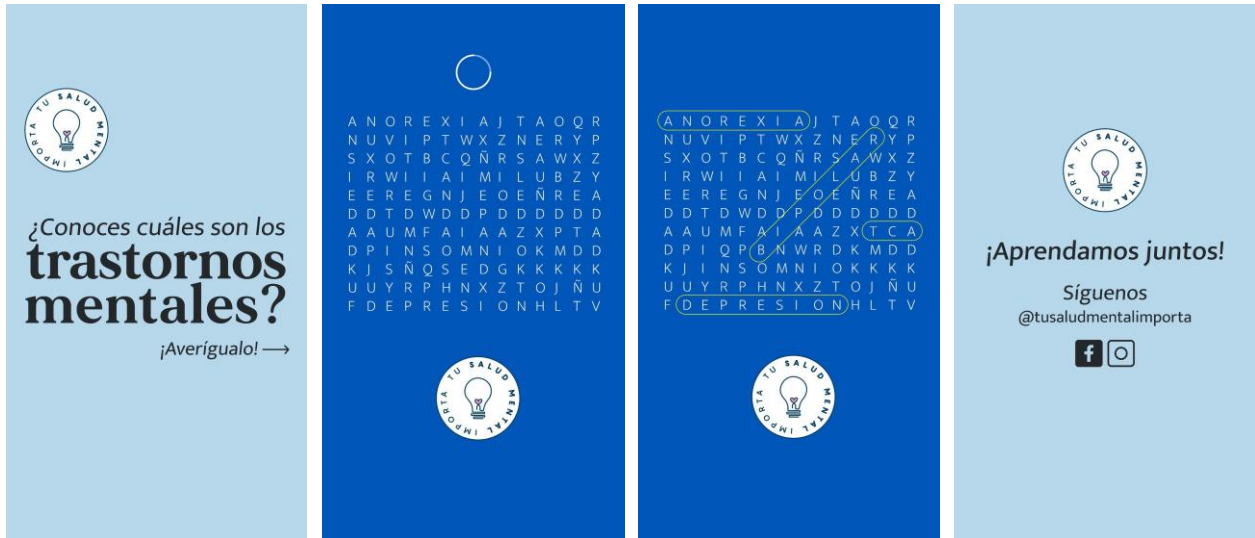


6.4.6.4 Vídeos

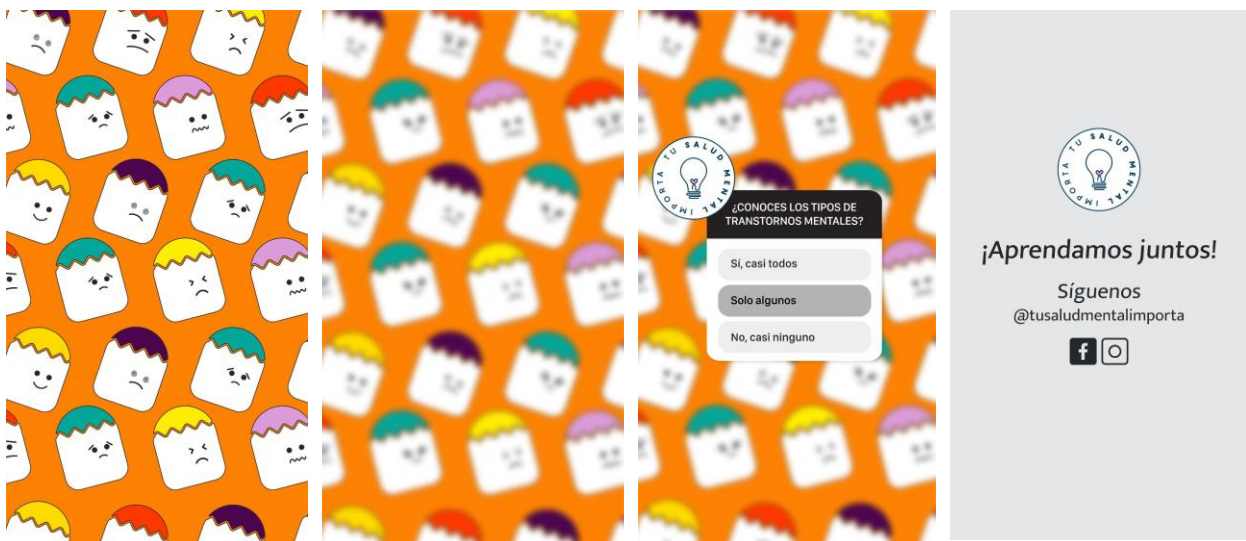
Las vídeos ayudan a tener un mayor alcance para la campaña debido al impacto que está teniendo este formato en los medios. También porque estos se están compartiendo en diferentes plataformas como instagram (reels), TikTok y aplicaciones que frecuentan el grupo objetivo. El primer vídeo busca informar de una manera interactiva al usuario redireccionando lo al final a las

redes sociales donde se encuentra la campaña. Y el segundo vídeo busca generar interés en el grupo objetivo para que aprendan más sobre los trastornos mentales.

Storyboard vídeo #1




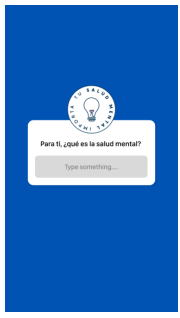



Storyboard vídeo #2



6.4.6.5 Calendarización para posts y stories



Tabla 18. Semana 1 actualizada




Semana 1	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Conciencia	Lanzar la campaña y dar una primera visualización a lo que esta será.	Tu salud mental no es un juego. No lo tomes a la ligera... #TuSaludMental #importancia #saludmental #tomaconciencia #importancia #jovenes	Post instagram (1080x1080)	
Martes	Conciencia	Lanzar la campaña y dar una primera visualización a lo que esta será.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Miércoles	Conciencia	Generar interacción con el grupo objetivo y que despierte curiosidad en el tema.	¡Queremos saber que piensas! Cuéntanos en los comentarios para ti, ¿qué es la salud mental? #TuSaludMental #importancia #conocer #importancia #saludmental #tomaconciencia	Post instagram (1080x1080)	
Jueves	Conciencia	Generar interacción con el grupo objetivo y que despierte curiosidad en el tema.	-	Historia instagram (1920x1080)	

Viernes	Informativo	Poder brindar una definición concreta de que es la salud mental y su importancia	Ahora que ya sabes que es, cuestionate ¿cómo está tu salud mental? #TuSaludMental #bienestar #psicologia #saludmental #jovenes	Post instagram (1080x1080)	
----------------	-------------	--	---	----------------------------	---

Fuente: Elaboración propia

Tabla 19. Semana 2 actualizada

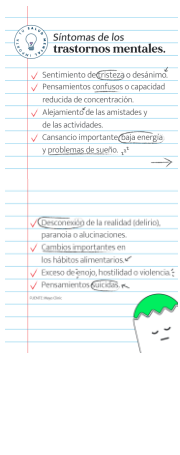
Semana 2	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Informativo	Poder brindar una definición concreta de que es la salud mental y su importancia	-	Historia instagram (1920x1080)	
Martes	Informativo	Dar a conocer las diferentes causas por las que se generan los trastornos mentales.	Las causas de los trastornos mentales dependen mucho más que sólo de tus emociones. ¡Dale swipe y descubre algunas de esas causas! Te presentamos algunos factores a considerar: Ciertos genes pueden aumentar el riesgo de contraer una enfermedad mental. Exponerse ante factores de estrés ambiental,	Post instagram (1080x1080) Carrusel de 4 imágenes	

			<p>enfermedades inflamatorias, toxinas, drogas o alcohol pueden asociarse a las enfermedades mentales.</p> <p>Los neurotransmisores son sustancias químicas en el cerebro que transmiten señales a otras partes del cerebro y del cuerpo.</p> <p>#TuSaludMental #causas #hereditarias #quimicas #ambientales</p>		
Miércoles	Informativo	Dar a conocer las diferentes causas por las que se generan los trastornos mentales de una manera muy general para redireccionar a los usuarios al post con la información completa.	-	Historia instagram (1920x1080)	 
Jueves	Informativo	Presentar lo que son los trastornos mentales con una definición concreta.	<p>¡Aprendamos juntos!</p> <p>No hay peor enemigo que el que no se conoce.</p> <p>#TuSaludMental #causas</p>	Post instagram (1080x1080) Carrusel de 2 imágenes	

			#trastornosmentales #quesonlostrastornosmentales #saludmental #informate		
Viernes	Informativo	Presentar lo que son los trastornos mentales con una definición concreta.	-	Historia instagram (1920x1080)	

Fuente: Elaboración propia

Tabla 20. Semana 3 actualizada

Semana 3	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Informativo	Presentar algunos de los síntomas que se pueden presentar al padecer alguna de estas afecciones.	¿Has presentado alguno de estos síntomas? ¡No es normal! Pide ayuda a tus cercanos o escríbenos por DM, ¡Queremos ayudarte! #TuSaludMental importa #síntomas #trastornosmentales #soledad #tristeza	Post instagram (1080x1080) Carrusel de 2 imágenes	

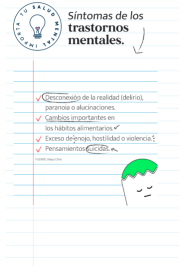
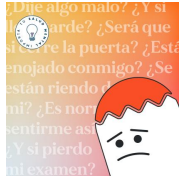







<p>Martes</p>	<p>Informativo</p>	<p>Presentar algunos de los síntomas que se pueden presentar al padecer alguna de estas afecciones de una manera sintetizada para así redireccionar a los usuarios al post con la información completa.</p>	<p>-</p>	<p>Historia instagram (1920x1080)</p>	
<p>Miércoles</p>	<p>Conciencia</p>	<p>Dar a conocer ideas y/o pensamientos que pasan por la cabeza de una persona padeciendo trastornos de ansiedad.</p>	<p>¡No tienes porqué sentirte así! Existen soluciones. Pide ayuda a tus cercanos o escríbenos por DM, ¡Queremos ayudarte! #TuSaludMental #importa #ansiedad #saludmental #trastornosmentales #buscaayuda</p>	<p>Post instagram (1080x1080)</p>	
<p>Jueves</p>	<p>Conciencia</p>	<p>Dar a conocer ideas y/o pensamientos que pasan por la cabeza de una persona padeciendo trastornos de ansiedad.</p>	<p>-</p>	<p>Historia instagram (1920x1080)</p>	
<p>Viernes</p>	<p>Conciencia</p>	<p>Concientizar y generar interés en el bienestar propio antes que en cualquier persona.</p>	<p>¡Si tú estas bien, todo lo demás también lo estará! Tu salud mental va primero. #TuSaludMental #importa #bienestar #tuimporta #saludmental #noestassolo #trastornosmentales</p>	<p>Post instagram (1080x1080)</p>	


Tabla 21. Semana 4 actualizada

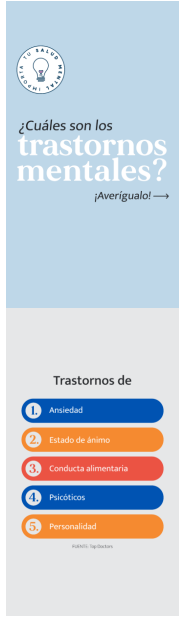



Semana 4	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Conciencia	Concientizar y generar interés en el bienestar propio antes que en cualquier persona.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Martes	Conciencia	Dar a conocer ideas y/o pensamientos que pasan por la cabeza de una persona padeciendo trastornos de conducta alimentaria.	<p>“Ya va a pasar” No es la solución.</p> <p>Pide ayuda a tus cercanos o escríbenos por DM, ¡Queremos ayudarte!</p> <p>#TuSaludMental #mporta #tca #trastornosalimen #ticios #bulimia #anorexia</p>	Post instagram (1080x1080)	
Miércoles	Conciencia	Dar a conocer ideas y/o pensamientos que pasan por la cabeza de una persona padeciendo trastornos de conducta alimentaria.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Jueves	Conciencia	Presentar los diferentes trastornos mentales de una manera general con la finalidad de plantear la idea en la mente del grupo objetivo.	<p>¿Conoces alguno de estos trastornos?</p> <p>¡Déjanos saber en los comentarios!</p> <p>#TuSaludMental #mporta #tca #ansiedad #psicoticos #personalidad #trastornosmental #es</p>	Post instagram (1080x1080)	

Viernes	Conciencia	<p>Historias 1: Interactuar con el usuario para saber qué tan informado del tema.</p> <p>Historias 2: Presentar los diferentes trastornos mentales de una manera general con la finalidad de plantear la idea en la mente del grupo objetivo.</p>	-	Historia instagram (1920x1080)	

Fuente: Elaboración propia

Tabla 22. Semana 5 actualizada




Semana 5	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Informativo	Presentar los diferentes trastornos mentales que puede padecer una persona.	<p>No es solo sentirse ‘triste’ y ya...</p> <p>¡Dale swipe y conoce cuales son los diferentes trastornos mentales!</p> <p>#TuSaludMental #mporta #ansiedad #tca #psicoticos #personalidad #estadodeanimo</p>	Post instagram (1080x1080) Carrusel de 2 imágenes	

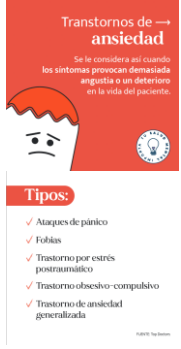

<p>Martes</p>	<p>Informativo</p>	<p>Presentar los diferentes trastornos mentales que puede padecer una persona.</p>	<p>-</p>	<p>Historia instagram (1920x1080)</p>	
<p>Miércoles</p>	<p>Conciencia</p>	<p>Despertar interés en conocer qué otros trastornos mentales squexisten de una manera interactiva.</p>	<p>¡Escribe en los comentarios que trastornos mentales encontraste! #TuSaludMentalI mporta #trastornosmental es #saludmental #informate #participa</p>	<p>Post instagram (1080x1080)</p>	
<p>Jueves</p>	<p>Conciencia</p>	<p>Despertar interés en conocer qué otros trastornos mentales squexisten de una manera interactiva.</p>	<p>-</p>	<p>Historia instagram (1920x1080)</p>	
<p>Viernes</p>	<p>Informativo</p>	<p>Presentar los trastornos de estado de ánimo con un significado concreto y los tipos que existen.</p>	<p>No es: estar triste y ya... Los trastornos del estado de ánimo van más allá de los cambios de humor y afectan a muchos aspectos</p>	<p>Post instagram (1080x1080)</p>	

			de la vida. #TuSaludMental #mporta #estadodeanimo #trastornosmental es #bipolaridad #depresion		
--	--	--	--	--	--

Fuente: Elaboración propia

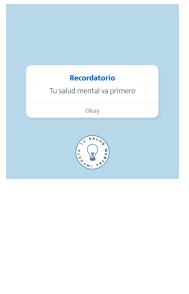
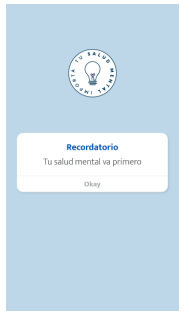
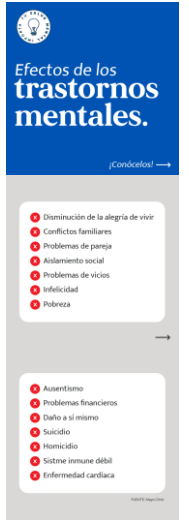
Tabla 23. Semana 6 actualizada



Semana 6	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Informativo	Presentar los tipos de trastornos de estado de ánimo.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Martes	Conciencia	Crear conciencia que los trastornos no son algo que se ve, que hay que estar atentos.	Tu salud mental va más allá de una foto bonita en tu instagram... #TuSaludMental #mporta #realidad #trastornosmental es #saludmental #buscaayuda	Post instagram (1080x1080)	
Miércoles	Conciencia	Crear conciencia que los trastornos no son algo que se ve, que hay que estar atentos.	-	Historia instagram (1920x1080)	

<p>Jueves</p>	<p>Informativo</p>	<p>Presentar los trastornos de ansiedad con un significado concreto y los tipos que existen.</p>	<p>No es: estar preocupado y ya... Los trastornos de ansiedad pueden impedirte funcionalidad en tu vida. #TuSaludMental importa #ansiedad #trastornosmentales #fobias #panico</p>	<p>Post instagram (1080x1080) Carrusel de 2 imágenes</p>	 <p>Trastornos de → ansiedad Se le considera así cuando los síntomas provocan demasiada angustia o un deterioro en la vida del paciente.</p> <p>Tipos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ataques de pánico ✓ Fobias ✓ Trastorno por estrés posttraumático ✓ Trastorno obsesivo-compulsivo ✓ Trastorno de ansiedad generalizada
<p>Viernes</p>	<p>Informativo</p>	<p>Presentar los tipos de trastornos de ansiedad.</p>	<p>-</p>	<p>Historia instagram (1920x1080)</p>	 <p>Tipos de trastornos de ansiedad</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ataques de pánico ✓ Fobias ✓ Trastorno por estrés posttraumático ✓ Trastorno obsesivo-compulsivo ✓ Trastorno de ansiedad generalizada

Fuente: Elaboración propia



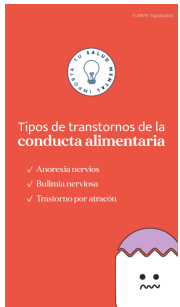
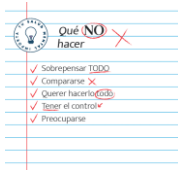
Tabla 24. Semana 7 actualizada

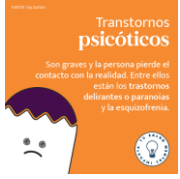
Semana 7	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Conciencia	Darle a conocer al grupo objetivo que su salud mental es prioridad y no sólo para ellos.	Haz una pausa y respira, tu primero y el mundo después. #TuSaludMentalImporta #bienestar #saludmental #tuinterimporta #buscaayuda	Post instagram (1080x1080)	
Martes	Conciencia	Darle a conocer al grupo objetivo que su salud mental es prioridad y no sólo para ellos.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Miércoles	Informativo	Dar a conocer algunos de los efectos negativos que se pueden presentar al padecer alguno de estos trastornos mentales.	Tu vida puede depender de ello, ¡No los ignores! #TuSaludMentalImporta #efectos #trastornosmentales #saludmental #noestassolol #buscaayuda	Post instagram (1080x1080) Carrusel de 3 imágenes	

<p>Jueves</p>	<p>Informativo</p>	<p>Dar a conocer algunos de los efectos negativos que se pueden presentar al padecer alguno de estos trastornos mentales de una manera resumida para así redireccionar al usuario al post con la información completa.</p>	<p>-</p>	<p>Historia instagram (1920x1080)</p>	
<p>Viernes</p>	<p>Informativo</p>	<p>Dar a conocer las diferentes opciones de diagnóstico para los trastornos mentales.</p>	<p>¡Si tiene solución! Pide ayuda a tus cercanos o escríbenos por DM, ¡Queremos ayudarte! #TuSaludMentalImporta #diagnostico #solucion #saludmental #trastornosmentales #psicologia</p>	<p>Post instagram (1080x1080)</p>	

Fuente: Elaboración propia

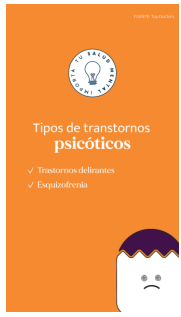


Tabla 25. Semana 8 actualizada

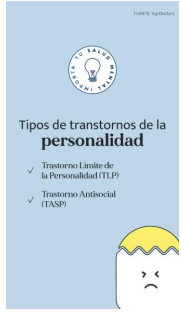

Semana 8	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Informativo	Dar a conocer las diferentes opciones de diagnóstico para los trastornos mentales.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Martes	Informativo	Presentar los trastornos de conducta alimentaria con un significado concreto y los tipos que existen.	No es: come y ya... Los trastornos de conducta alimentaria también conocidos como TCA. Son patrones asociados con la angustia emocional, física y social. #TuSaludMental #tca #anorexia #bulimia #atracones #trastornosmentales	Post instagram (1080x1080)	
Miércoles	Informativo	Presentar los tipos de trastornos de conducta alimentaria.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Jueves	Conciencia	Presentarle al grupo objetivo cosas que afectan su salud mental y no deberían de hacer.	Por tu salud mental... ¡No hagas esto! #TuSaludMental	Post instagram (1080x1080)	

			<p>mporta #sobrepensar #comparacion #preocupacion #estres</p>		
Viernes	Conciencia	<p>Presentar los trastornos psicóticos con un significado concreto y los tipos que existen.</p>	<p>No es: estás loco...</p> <p>Los trastornos psicóticos te pueden llevar a perder el contacto con la realidad a tal nivel que te pueden generar alucinaciones y delirios.</p> <p>#TuSaludMental mporta #psicoticos #esquizofrenia #paranoia #trastornosmentales</p>	<p>Post instagram (1080x1080)</p>	 <p>Trastornos psicóticos</p> <p>Son graves y la persona pierde el contacto con la realidad. Entre ellos están los trastornos delirantes o paranoias y la esquizofrenia.</p>

Fuente: Elaboración propia

Tabla 26. Semana 9 actualizada


Semana 9	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Informativo	Presentar los tipos de trastornos psicóticos.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Martes	Informativo	Dar a conocer el equipo de tratamientos que existen para los trastornos mentales.	<p>¡No tienes por qué hacerlo solo!</p> <p>Pide ayuda a tus cercanos o escríbenos por DM, ¡Queremos ayudarte!</p> <p>#TuSaludMental #importante #psicologo #psiquiatra #medico #buscaayuda #haysolucion</p>	<p>Post instagram (1080x1080) Carrusel de 2 imágenes. Historia instagram (1920x1080)</p>	
Miércoles	Informativo	Presentar los trastornos de personalidad con un significado concreto y los tipos que existen.	<p>No es: sólo hace amigos y ya...</p> <p>#TuSaludMental #importante #personalidad #dificultades</p>	Post instagram (1080x1080)	

			#relacionarse #antisocial		
Jueves	Informativo	Presentar los tipos de trastornos de personalidad.	-	Historia instagram (1920x1080)	
Viernes	Conciencia	Dar ánimo al grupo objetivo, haciéndoles saber que con lo que hacen, por pequeño que parezca, tiene valor.	Incluso si todo lo que hiciste hoy fue levantarte de tu cama. #TuSaludMental #mporta #noestassolo #haysoluciones #saludmental #tuimportas	Post instagram (1080x1080) e historia instagram (1920x1080)	

Fuente: Elaboración propia

6.4.6.6 Calendarización Google Ads

Tabla 27. Calendarización piezas

Semana 1	Tipo	Objetivo	Copys	Formato	Arte
Lunes	Conciencia / Informativo	Presentar el tema de la campaña de una manera concisa y breve para así redireccionarlos a las redes sociales.	-	Google Ads (Png)	

--	--	--	--	--	--

Fuente: Elaboración propia

6.4.6.7 Calendarización de vídeos

Tabla 28. Calendarización vídeos semana 1

Semana 1	Objetivo	Plataforma	Formato	Arte
Lunes	Busca informar del tema de una manera interactiva al usuario redireccionando lo al final a las redes sociales donde se encuentra la campaña.	Aplicaciones móviles	MP4	


Fuente: Elaboración propia

Tabla 29. Calendarización vídeos semana 2

Semana 3	Objetivo	Plataforma	Formato	Arte
Lunes	Busca informar del tema de una manera interactiva al usuario redireccionando lo al final a las redes sociales donde se encuentra la campaña.	Reels (Instagram)	MP4	


Fuente: Elaboración propia

Tabla 30. Calendarización vídeos semana 3

Semana 4	Objetivo	Plataforma	Formato	Arte
Lunes	Busca informar del tema de una manera interactiva al usuario redireccionando lo al final a las redes sociales donde se encuentra la campaña.	TikTok	MP4	


Fuente: Elaboración propia

Tabla 31. Calendarización vídeos semana 4

Semana 5	Objetivo	Plataforma	Formato	Arte
Lunes	Generar interés en el grupo objetivo para que aprendan más sobre los trastornos mentales.	Aplicaciones móviles	MP4	


Fuente: Elaboración propia

Tabla 32. Calendarización vídeos semana 5

Semana 6	Objetivo	Plataforma	Formato	Arte
Lunes	Generar interés en el grupo objetivo para que aprendan más sobre los trastornos mentales.	Reels (Instagram)	MP4	

Fuente: Elaboración propia

Tabla 33. Calendarización vídeos semana 6

Semana 7	Objetivo	Plataforma	Formato	Arte
Lunes	Generar interés en el grupo objetivo para que aprendan más sobre los trastornos mentales.	TikTok	MP4	

Fuente: Elaboración propia

7. Producción y Reproducción

7.1 Estrategia de implementación de medios

Tabla 34. Estrategia de implementación de medios

Pieza	Cantidad	Responsable	Donde	Cuando	Duración
Posts/Carruseles Instagram y Facebook	24	Community manager	Instagram y Facebook @tusaludmentalimporta	Enero a marzo	9 semanas
Stories Instagram y Facebook	30	Community manager	Instagram y Facebook @tusaludmentalimporta	Enero a marzo	9 semanas
Tik Tok	2	Community manager	TikTok @tusaludmentalimporta	Enero	2 semanas
Reels	2	Community manager	Instagram y Facebook @tusaludmentalimporta	Febrero	2 semanas
Google Ads	4	Community manager o persona	Google	Enero a marzo	9 semanas

		encargada del proyecto			
Vídeo Ads	2	Community manager	Aplicaciones móviles	Enero a marzo	9 semanas

Fuente: Elaboración propia

7.2 Presupuesto de diseño e implementación

Tabla 35. Presupuesto de diseño e implementación

Investigación y conceptualización	Q3,800
Identificador de campaña y línea gráfica	Q4,500
Ilustración y variaciones	Q700
Posts de Instagram / Facebook	Q2,800
Stories de Instagram / Facebook	Q2,800
Vídeos	Q4,500
Google Ads	Q1,000
Total	Q20,100

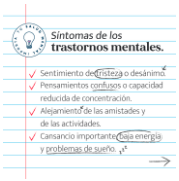



Fuente: Elaboración propia

7.2.1 Cotización de redes

7.2.1.1 Posts pautados

A continuación se presentan los posts que se estarán pautando para generar un mayor alcance en la cuenta durante las 9 semanas de duración de la campaña, considerando los costos que estándares de la aplicación de instagram.

Tabla 39. Posts pautados

Pieza	Cantidad	Costo por día	Duración	Alcance de personas	Total
	2 imágenes (carrusel)	Q35.00	7 días	20K-54K	Q245.00
	2 imágenes (carrusel)	Q35.00	7 días	20K-54K	Q245.00
	1 imagen	Q35.00	7 días	20K-54K	Q245.00
	2 imágenes (carrusel)	Q35.00	7 días	20K-54K	Q245.00
TOTAL					Q980.00

Fuente: Elaboración propia

7.2.1.2 Manejo de redes y posteo

Para el manejo de redes y posteo de artes en los diferentes medios se solicitaron cotizaciones a diferentes personas y empresas que cuenten con el servicio de Community Manager. A continuación se presentan los precios.

Tabla 40. Manejo de redes y posteo

Especificaciones	Empresa	Costo	Costo total
Gestión y manejo de redes mensuales por un fee mensual.	Gravity Studio	Q3,500.00	Q7,875.00
	ML	Q3,250.00 +IVA	Q7,312.50 +IVA

Fuente: Elaboración propia

El costo total entre el manejo de redes, posteo y pauta publicitaria para la campaña quedaría de la siguiente manera:

Tabla 41. Costo total de posteo y pautas





Pauta	Q980.00
Community Manager	Q7,875.00
Total	Q8,855.00

Fuente: Elaboración propia

7.2.1.3 Google Ads

A continuación se presentan los posts que se estarán pautando para generar un mayor alcance en la cuenta durante las 9 semanas de duración de la campaña, considerando los costos que estándares de la aplicación de instagram.

Tabla 42. Calendarización de anuncios

Pieza	Costo por día	Duración	Alcance	Total
	Q22.95	9 semanas	450-890 clicks	Q1,445.85
	Q22.95	9 semanas	450-890 clicks	Q1,445.85
	Q22.95	9 semanas	450-890 clicks	Q1,445.85
	Q22.95	9 semanas	450-890 clicks	Q1,445.85
TOTAL				Q5,783.40

Fuente: Elaboración propia

7.3 Artes finales

Los artes finales de las diferentes piezas de la campaña se entregarán en una carpeta de Google Drive, con acceso para el cliente y todo aquel que solicite, con la función de descarga o edición habilitada. Dentro de este Google Drive, habrán 5 carpetas:

1. Posts:

- Archivo editable de Illustrator con el nombre 'feed_final'
- Subcarpeta llamada 'feed PNG' con 24 posts de un tamaño de 1080x1080 pixeles, formato png, colores RGB. Numerados del 1-24 siendo .01, .02, etc. Cuando se trate de las imágenes de los carruseles.
- La foto de perfil para redes en un tamaño de 500x500 pixeles, formato png, a 72 PPI en RGB. Con el nombre 'foto_de_perfil'

2. Stories:

- Archivos editable de Illustrator con el nombre 'stories_final'
- Subcarpeta llamada 'stories PNG' con 30 stories de un tamaño de 1080x1920 pixeles, formato png, a 72 PPI en RGB.
- Numerados del 1-23 siendo .01, .02, etc. Cuando se trate de las stories que se deben postear en secuencia.

3. Vídeos:

- 2 archivos editables de Illustrator para el storyboard con los nombres 'storyboard_1' y 'storyboard_2'
- 2 archivos editables de After Effects de los vídeos con los nombres 'vídeo_1' y 'vídeo_2'.

- 2 vídeos de un tamaño de 1080x1920 píxeles, formato MP4, a 72 PPI en RGB.
- Nombrados como 'vídeo_1' y 'vídeo_2'.

4. Google Ads:

- Archivo editable de Illustrator con el nombre 'googleads_finales'
- 4 Google ads de un tamaño de 300x600px, 300x250px, 320x100px, 728x90px, formato png, a 72 PPI en RGB.
- Nombrados como 'ad_300x600', 'ad_300x250', 'ad_320x100' y 'ad_728x90'.

5. Recursos:

- Archivo editable de Illustrator de la ilustración y sus variaciones con el nombre 'personaje_final'
- Archivo editable de Illustrator de su identificador de campaña con el nombre 'identificador_final'
- Subcarpeta de las tipografías utilizadas:
 - Pangram
 - MADE Mirage
 - Mukta Mahee

8. Conclusiones

1. Se creó material digital para informar y concientizar a los jóvenes sobre lo que son los trastornos mentales y las consecuencias negativas de los mismos. Esto para que ellos sepan a lo que están expuestos y lo que puede llegar a pasar si solo se ignora.
2. En diferentes plataformas digitales se presentó la campaña web para así lograr tener un mayor alcance y tráfico de usuarios del grupo objetivo. A través de información concreta de qué son estas afecciones, los distintos tipos, las causas, los efectos, síntomas, entre otros.
3. Debido al objetivo planteado y el grupo objetivo se seleccionaron las redes sociales, esto debido a que es donde más tiempo pasan los jóvenes. Y así se puedan tener acceso directo y rápido a esta información y medio de apoyo.

9. Recomendaciones

1. Se recomienda a la institución, continuar con la publicación de la campaña el tiempo que ellos crean conveniente. Con el fin de seguir atrayendo nuevos usuarios y crear conciencia de estas afecciones y sus consecuencias si estas no son tratadas o, bien, ignoradas.
2. Se recomienda al community manager encargado de publicar el contenido y manejar la campaña, que la implemente exactamente como se planteó.
3. Se recomienda que a largo plazo esta campaña se presente a centros educativos con el fin de que más jóvenes estén informados y así puedan accionar en caso estén viviendo bajo estas circunstancias o conozcan a alguien que lo esté atravesando.

Referencias

- AGN. (2021, enero 12). Agencia Guatemalteca de Noticias. Conozca la población por edad y sexo que habita en Guatemala: <https://agn.gt/conozca-la-poblacion-por-edad-y-sexo-que-habita-en-guatemala/>
- Alonzo, Y., & Dalmasso, S. (2020, 04 12). ¿Conocemos los guatemaltecos la salud mental? Plaza Pública: <https://www.plazapublica.com.gt/content/conocemos-los-guatemaltecos-la-salud-mental>
- Aroche, K. (2021, agosto 9). Cómo se distribuyeron las zonas de la Ciudad de Guatemala. Guatemala.com: <https://aprende.guatemala.com/cultura-guatemalteca/general/como-se-distribuyeron-las-zonas-de-la-ciudad-de-guatemala/>
- Avila, J. G. (2018). Tesis. Retrieved from http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/05/05_10834.pdf
- Borrella, G. P. (s.f.). Aspectos que configuran la salud mental. MEDWAVE: <https://www.medwave.cl/link.cgi/Medwave/Enfermeria/Sept2003/2774>
- Camargo, C. F. (2021, 05 19). En Guatemala tres de cada cuatro personas han tenido trastornos de ansiedad durante la pandemia. ANADOLU AGENCY: <https://www.aa.com.tr/es/mundo/en-guatemala-tres-de-cada-cuatro-personas-han-tenido-trastornos-de-ansiedad-durante-la-pandemia/2246480>
- Carril, M. (s.f.). Costumbres de Guatemala. ActualidadViajes: <https://www.actualidadviajes.com/costumbres-de-guatemala/>

Central California TMS Guatemala. (s.f.). Central California TMS Guatemala:

<https://depresionclinica.com/nosotros/#nosotros>

Centro Manuel Escudero Psicología clínica y Psiquiatría. (s.f.). ¿Cuál es la diferencia entre un psiquiatra y un psicólogo clínico? Centro Manuel Escudero Psicología clínica y Psiquiatría:

<https://www.manuelescudero.com/preguntas-frecuentes/diferencia-entre-un-psiquiatra-y-un-psicologo-clinico/>

Crehana. (2022). ¿Qué es el diseño gráfico? Descubre por qué es una de las profesiones más versátiles de 2022. crehana: <https://www.crehana.com/blog/disenio-grafico/que-es-el-disenio-grafico/>

Cyberclick. (2021). Campaña publicitaria. Cyberclick:

<https://www.cyberclick.es/publicidad/campana-publicitaria>

Cyberclick. (2021). La Publicidad. Cyberclick: <https://www.cyberclick.es/publicidad>

Dirección General de Caminos. (s.f.). Mapas de la Red Vial. Dirección General de Caminos:

<https://caminos.gob.gt/mapas-de-la-red-vial.html>

Elías, D. (2020, junio 30). Salud mental: la gran ausente en la estrategia para enfrentar la pandemia y sus efectos. Nómada: <https://nomada.gt/blogs/salud-mental-la-gran-ausente-en-la-estrategia-para-enfrentar-la-pandemia-y-sus-efectos/>

Equipo de Responsabilidad Profesional Ciudadana. (2020, 12 11). El Estado de la Salud Mental en Guatemala y el Impacto del COVID-19. Albedrío:

<http://www.albedrio.org/htm/articulos/e/erpc-001.html>

First, M. B. (2020, marzo). Introducción a las enfermedades mentales. Manual MSD:

<https://www.msmanuals.com/es/hogar/trastornos-de-la-salud-mental/introducción-al-cuidado-de-la-salud-mental/introducción-a-las-enfermedades-mentales>

Grajeda, C. (2021, febrero 6). Climas de Guatemala. Guatemala.com:

<https://aprende.guatemala.com/cultura-guatemalteca/climas-de-guatemala/>

Guatemala.com. (s.f.). Centro de Atención Integral de Salud Mental del IGSS. Guatemala.com:

<https://directorio.guatemala.com/listado/centro-de-atencion-integral-de-salud-mental-del-igss.html>

Galán, J. S. (2022). Publicidad Informativa. Economipedia:

<https://economipedia.com/definiciones/publicidad-informativa.html#:~:text=La%20publicidad%20informativa%20es%20la,casos%20es%20comprobable%20y%20medible.>

GCS Malta. (2020). Sans Serif vs Serif Font: Which should you use and when? GCS Malta:

<https://gcsmalta.com/uncategorized/sans-serif-vs-serif-font-which-should-you-use-and-when/>

Geodatos. (2022). Coordenadas geográficas de Ciudad de Guatemala. geodatos:

<https://www.geodatos.net/coordenadas/guatemala/ciudad-de-guatemala>

Gilman, D. (2019). How to Choose Colors that Complement Each Other. Cognito:

<https://www.cognitocreative.com/color/how-to-choose-colors-that-complement-each-other/>

HAPPHE. (2021). happhe: <https://www.happhe.com>

Imborrable. (2021). Tipografías: Qué son, los diferentes tipos y sus variables tipográficas.

Imborrable: <https://imborrable.com/blog/tipografias-que-son/>

ind. (2021). Ilustraciones 2D. ind: <https://ind.mx/category/tienda/ilustraciones-2d/>

IONOS. (2022). El marketing no lucrativo: publicidad por una buena causa. Digital Guides

IONOS: <https://www.ionos.es/digitalguide/online-marketing/vender-en-internet/el-marketing-no-lucrativo-para-lograr-el-exito/>

Hospital Psiquiatría Santa Clara. (s.f.). Hospital Psiquiatría Santa Clara:

<https://www.santaclara.com.gt>

Infoiarna. (s.f.). Agricultura. Infoiarna: <http://www.infoiarna.org.gt/temas/agricultura/>

Inside Health. (s.f.). Inside Health: <https://insidehealthgt.com/servicios/>

Jervis, T. M. (2017, Marzo 29). ¿Cuáles son los Recursos Naturales de Guatemala? lifeder:

<https://www.lifeder.com/recursos-naturales-guatemala/>

Larios, B. (2021, marzo 7). INE destaca la cantidad de mujeres que habitan en Guatemala.

Agencia Guatemalteca de Noticias: <https://agn.gt/ine-destaca-la-cantidad-de-mujeres-que-habitan-en-guatemala/>

Liga de Higiene Mental. (s.f.). Liga de Higiene Mental: <https://www.ligadehigienemental.org>

Machado, G. (2021). Descubre tu paleta de colores. The Girl Writes:

<https://www.thegirlwrites.com/es/discover-your-color-palette/>

McGrane, A. (2021). Tamaño de foto en Instagram: Guía del tamaño de foto 2022. Onlypult:

<https://onlypult.com/es/blog/tamano-de-foto-en-instagram-guia-del-tamano-de-foto>

Mayo Clinic. (2021, julio 29). Enfermedad mental. Mayo Clinic: [https://www.mayoclinic.org/es-](https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/mental-illness/diagnosis-treatment/drc-20374974)

[es/diseases-conditions/mental-illness/diagnosis-treatment/drc-20374974](https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/mental-illness/diagnosis-treatment/drc-20374974)

Mayo Clinic. (2017, mayo 16). Proveedores de atención de la salud mental: consejos para

encontrar uno. Mayo Clinic: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/mental-illness/in-depth/mental-health-providers/art-20045530>

Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. (s.f.). Hospital Nacional de Salud Mental

Federico Mora. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social:

[https://establecimientosdesalud.mspas.gob.gt/establecimientos/listado-de-](https://establecimientosdesalud.mspas.gob.gt/establecimientos/listado-de-establecimientos/hospital/hospital-nacional-de-salud-mental-federico-mora.html)

[establecimientos/hospital/hospital-nacional-de-salud-mental-federico-mora.html](https://establecimientosdesalud.mspas.gob.gt/establecimientos/listado-de-establecimientos/hospital/hospital-nacional-de-salud-mental-federico-mora.html)

Naciones Unidas Guatemala. (2021). Acerca de Guatemala. Naciones Unidas Guatemala:

<https://onu.org.gt/acerca-de-guatemala/>

Newberry, C., & Contreras, N. (2021). Hootsuite. Publicidad en redes sociales 101: Cómo

aprovechar al máximo tu presupuesto publicitari: <https://blog.hootsuite.com/es/publicidad-en-redes-sociales/>

Noticias IGSS. (2020, 10 10). El IGSS recuerda que la salud mental es importante. Noticias

IGSS: <https://www.igssgt.org/noticias/2020/10/10/el-igss-recuerda-que-la-salud-mental-es-importante/>

Rubianes, A. (2019). Tipos de Campañas de Publicidad en Redes Sociales. elogia:

<https://blog.elogia.net/campanas-de-publicidad-en-redes-sociales/>

Salud, O. M. (2019, noviembre 28). Trastornos mentales. Organización Mundial de la Salud:

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>

Salud Mental Perfil del País - Guatemala. (2020, 09 16). Organización Panamericana de la

Salud: <https://www.paho.org/es/documentos/salud-mental-perfil-pais-guatemala>

Saber es práctico. (2018, marzo 14). Límites de Guatemala. Saber es práctico:

<https://www.saberespractico.com/geografia/limites-de-guatemala/>

Serendi. (2020). Retrieved from <https://www.instagram.com/serendiclinic/>

Valladares, L. (2017, Julio 31). Municipio de Guatemala, Guatemala. Guatemala.com:

<https://aprende.guatemala.com/historia/geografia/municipio-de-guatemala-guatemala/>

tuconsejeria. (2022). Nosotros. tuconsejeria: <https://tuconsejeria.com/nosotros/>

Weather Spark. (s.f.). El clima y el tiempo promedio en todo el año en Ciudad de Guatemala.

Weather Spark: <https://es.weatherspark.com/y/11693/Clima-promedio-en-Ciudad-de-Guatemala-Guatemala-durante-todo-el-a%C3%B1o>

Westreicher, G. (2021). Método deductivo. Economipedia:

<https://economipedia.com/definiciones/metodo-deductivo.html>

Apéndice

Apéndice 1: Evaluación del Tema

Convivencia: ¿Para qué sirve?

Relevancia social: ¿Quiénes y de qué modo se beneficiarán con los resultados?

Implicaciones prácticas: ¿Resuelve algún problema práctico?

Valor teórico: ¿Se cubre algún vacío de conocimiento? ¿Qué nivel de generalización tiene?

Utilidad metodológica: ¿Qué aportes ofrece a nivel de técnicas de investigación?

Viabilidad metodológica: ¿Se tienen los recursos necesarios (humanos y materiales) para llevar a cabo la investigación?

Viabilidad de los resultados: ¿Será factible implementar la solución planteada?

Consecuencias del estudio: ¿Qué efectos producirá en los sujetos relacionados con el estudio?

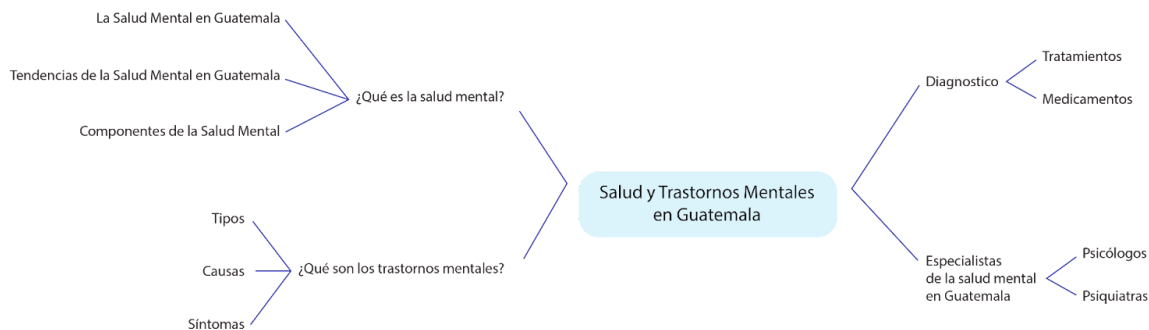
Preparación del investigador: ¿Con qué nivel de preparación o de apoyos se cuenta para realizar la investigación?

Tabla 5**EVALUACIÓN DE FACTIBILIDAD**

Tema 1	Enfrentando el Coronavirus: la realidad del sistema de salud en guatemalteco		
Tema 2	El consumo de drogas en Guatemala		
Tema 3	Salud Mental en Guatemala/ Trastornos mentales		
ASPECTOS	Tema 1	Tema 2	Tema 3
DESDE EL PROBLEMA			
• Conveniencia	3	4	4
• Importancia	4	4	4
• Viabilidad de solución	2	3	3
• Relevancia social	4	4	4
• Impacto	4	4	3
• Implicaciones prácticas	3	3	3
• Valor teórico	4	4	4
• Utilidad metodológica	2	3	3
• Novedad	4	3	4
DESDE EL MÉTODO			
• Acceso bibliográfico	4	2	3
• Acceso sujetos	3	2	2
• Instrumentos	3	2	2
• Costo, tiempo, disponibilidad	3	3	3
DESDE EL INVESTIGADOR			
• Interés	3	3	4
• Preparación	3	3	3
• Aspectos éticos	3	3	3
• Asesor	4	4	4
TOTAL	56	54	56

Puntuación: Excelente 4 puntos; Bueno 3 puntos; Regular 2 puntos; Deficiente 1 punto; pésimo 0 puntos.

Apéndice 2: Mapa Mental del Marco Teórico



Fuente: Elaboración propia

Apéndice 3: Cuestionario Población 1

Este cuestionario va dirigido a los jóvenes guatemaltecos de un rango de 13-18 años que están en secundaria y tienen una opinión relevante ante lo que son los trastornos mentales en la actualidad.

1. ¿Sabes qué son los trastornos mentales?
 - a. No
 - b. Si
2. Si te sientes mal emocionalmente por mucho tiempo, ¿con quién lo hablas?
 - a. Mamá y papá
 - b. Mis amigos/as
 - c. Otro:
3. ¿Sabes cuál es el origen de un trastorno mental?
 - a. No
 - b. Si

4. Para ti, ¿cómo se maneja un trastorno mental?
 - a. Se habla con un adulto o con alguien de confianza
 - b. Cada uno lo puede manejar sólo
 - c. Es necesario un experto (psicólogo o psiquiatra)
5. ¿Conoces cuáles son los trastornos mentales?
 - a. Sí
 - b. No
6. ¿Qué piensas de acudir con un psicólogo?
 - a. Me parece que todos lo necesitamos
 - b. Es para gente que está loca
 - c. Ya asisto a uno
 - d. Está bien si eso hace sentir bien a la persona
7. ¿Conoces a alguien que padece de un trastorno mental?
 - a. Sí
 - b. No
8. ¿Qué crees que pasa si no se trata un trastorno mental?
 - a. No pasa nada
 - b. La persona no puede llevar una vida normal
 - c. La persona puede atentar contra su vida
 - d. Otro:
9. ¿Te consideras una persona sana mentalmente? ¿Por qué?
10. ¿Piensas que alguien puede padecer de un trastorno mental y no saberlo? ¿Por qué?

Apéndice 4: Guía de Entrevista Población 2

La siguiente guía de entrevista se realizará a psicólogos de la Ciudad De Guatemala que puedan brindar información sobre los trastornos mentales y como se ve involucrada la juventud.

1. ¿Se puede nacer con un trastorno mental?
2. ¿Desde qué edad se pueden padecer trastornos mentales?
3. ¿Cómo puede afectar el ignorar un trastorno mental? Ya sea personal o ajeno
4. Según su experiencia, ¿qué tan comunes son los trastornos mentales en jóvenes?
5. Cuando un joven de entre 13-18 años la visita, ¿suele ser de manera voluntaria?
De no ser así, ¿es más complicado tratar al paciente?
6. ¿Hay algún trastorno mental que pueda durar toda la vida? ¿O todos son tratables?
7. ¿Todos estamos propensos a desarrollar trastornos mentales? ¿Por qué?
8. ¿Qué tan limitante se puede volver un trastorno mental en el día a día?
9. ¿Cuáles son los trastornos mentales que más se frecuentan en jóvenes?
10. ¿Considera que estos han aumentado por todo lo relacionado con la pandemia? ¿Cuáles se han visto más presentes?

Apéndice 5: Guía de Entrevista Población 3

La siguiente guía de entrevista se realizará a docentes de la Ciudad De Guatemala que enseñan a jóvenes de entre 13-18 años y puedan compartir información de sus conocimientos actuales y de los imparten.

1. ¿Sabe qué son los trastornos mentales? ¿Cómo los definiría?
2. ¿Conoces los síntomas de un trastorno mental y cómo pueden llegar a afectar?
3. ¿Les enseña a sus alumnos sobre lo que son los trastornos mentales? ¿Por qué sí o por qué no?
4. ¿Cree que por la situación actual que se vive actualmente, estas han incrementado?
5. ¿Con qué frecuencia se le han presentado casos de ansiedad o depresión en alumnos, a comparación de años pasados?
6. ¿Sus alumnos acuden a usted al no saber manejar situaciones o emociones? Ya sean laborales o personales.
7. ¿Crees que cuentas con el conocimiento y/o herramientas para ayudar a tus alumnos en caso de que se acerquen a ti con algún tipo de síntoma?
8. ¿Por qué consideras que este es un tema que necesita ser más hablado y tratado?

Apéndice 6. Instrumento Grupo Objetivo

La siguiente encuesta es para desarrollar una estrategia de comunicación enfocada en la salud mental de los jóvenes del país. Toda la información compartida se mantendrá de manera anónima.

1. ¿Qué grado estás cursando actualmente?
2. ¿En qué sector de la Ciudad de Guatemala vives?
 - a. Zona 14
 - b. Zona 10
 - c. Zona 15
 - d. Carretera a El Salvador
 - e. Zona 11
 - f. San Cristóbal
 - g. Otro.
3. ¿Cuál es tu horario escolar actualmente?
 - a. Matutina
 - b. Vespertina
 - c. Nocturna

4. ¿Qué transporte utilizas en tu día a día?

- a. Automóvil
- b. Transmetro
- c. Camioneta
- d. Motocicleta
- e. Uber
- f. Otro

5. ¿Qué rango salarial reciben tus papás?

- a. Q3,000 - Q8,000
- b. Q8,001 - Q15,000
- c. Más de Q15,000

6. ¿Qué sueles hacer en tu tiempo libre?

- a. Salir con mis amigos y/o familia
- b. Deporte
- c. Ver series y películas
- d. Leer
- e. Ver redes sociales

7. ¿Qué representación prefieres?

a.



b.



c.

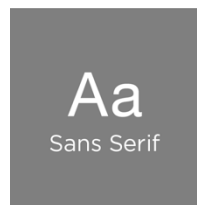


8. ¿Qué tipografía capta más tu atención usualmente?

a.



b.



c.



9. Al referirnos a los trastornos mentales, ¿Con qué color los identificas?

a. Azul



b. celeste



c. Rojo



d. Naranja



e. Amarillo



10. ¿Qué prefieres en un material informativo o multimedia?

- a. Más texto, menos imagen
- b. Más imagen, menos texto
- c. Solo imágenes
- d. Solo texto

11. ¿Dónde realizas tus compras usualmente?

- a. Paiz
- b. La Torre
- c. Walmart
- d. Mercado
- e. Otro.

12. En tu tiempo libre si sales, ¿A dónde vas usualmente?

- a. Centros Comerciales
- b. Restaurantes
- c. Supermercados
- d. Otro

13. ¿De dónde sueles recibir tu material informativo?

- a. Redes Sociales
- b. Vallas publicitarias
- c. Televisión
- d. Radio
- e. Periodico

Apéndice 7. Resultado Instrumento Grupo Objetivo.

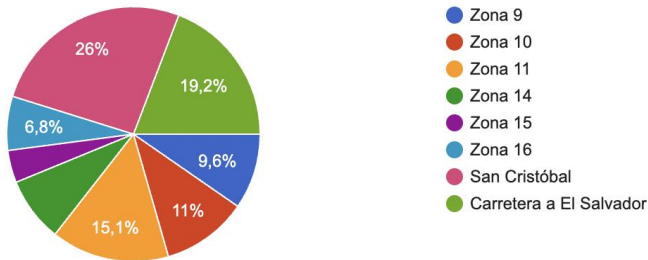
Tabla 6

Noveno	Décimo	Onceavo	Doceavo	1er año de la universidad	2do año de la universidad
5	21	18	11	14	4

Fuente: Elaboración propia

¿En qué sector de la Ciudad de Guatemala vives?

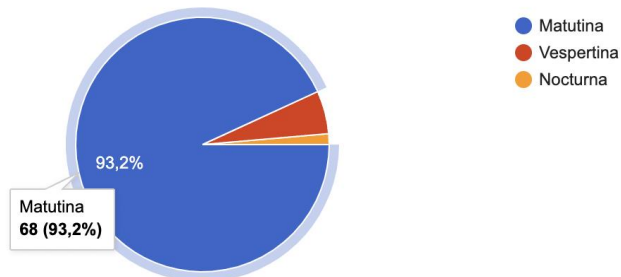
73 respuestas



Fuente: Elaboración propia

¿Cuál es tu horario escolar actualmente?

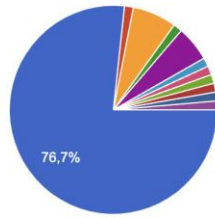
73 respuestas



Fuente: Elaboración propia

¿Qué transporte utilizas en tu día a día?

73 respuestas

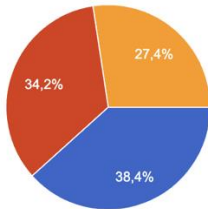


- Carro Propio
 - Transmetro
 - Camioneta
 - Motocicleta
 - Uber
 - Bus
 - Bus de parte de residencia
 - Mi mama
- ▲ 1/2 ▼

Fuente: Elaboración propia

¿Qué rango salarial reciben tus papás?

73 respuestas

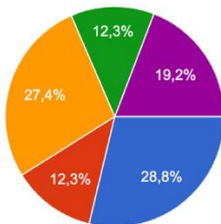


- Q3,000 - Q8,000
- Q8,001 - Q15,000
- Más de Q15,000

Fuente: Elaboración propia

¿Qué sueles hacer en tu tiempo libre?

73 respuestas

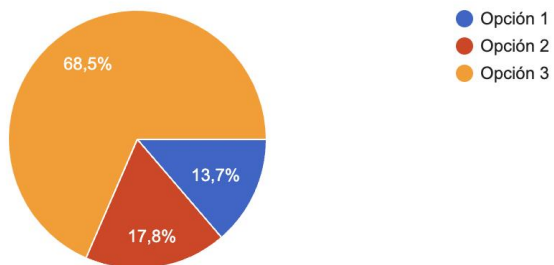


- Salir con mis amigos y/o familia
- Deporte
- Ver series y películas
- Leer
- Ver redes sociales

Fuente: Elaboración propia

¿Qué representación prefieres?

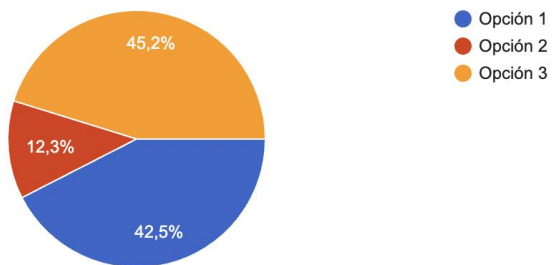
73 respuestas



Fuente: Elaboración propia

¿Qué tipografía capta más tu atención usualmente?

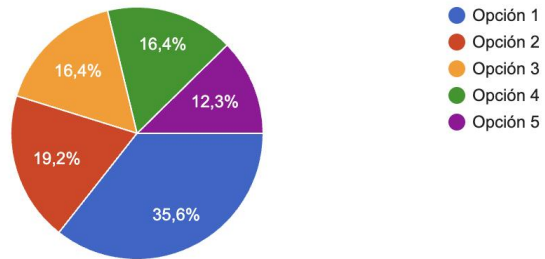
73 respuestas



Fuente: Elaboración propia

Al referirnos a los trastornos mentales, ¿Con qué color los identificas?

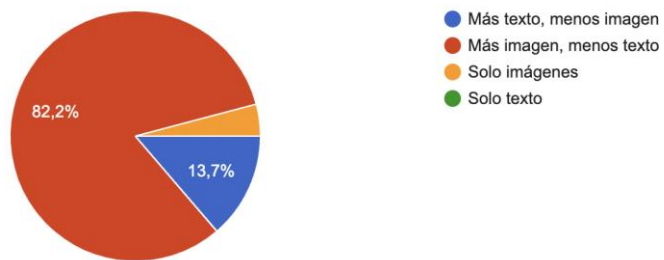
73 respuestas



Fuente: Elaboración propia

¿Qué prefieres en un material informativo o multimedia?

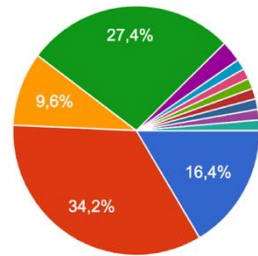
73 respuestas



Fuente: Elaboración propia

¿Dónde realizas tus compras usualmente?

73 respuestas



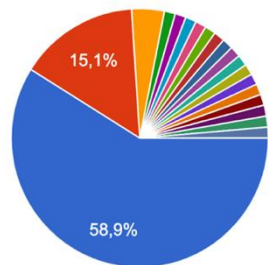
- Paiz
- La Torre
- Mercado
- Walmart
- PriceSmart
- Pricesmart
- Maxidespensa
- Sería dos de las que están aca, walm...

▲ 1/2 ▼

Fuente: Elaboración propia

En tu tiempo libre si sales, ¿A donde vas usualmente?

73 respuestas



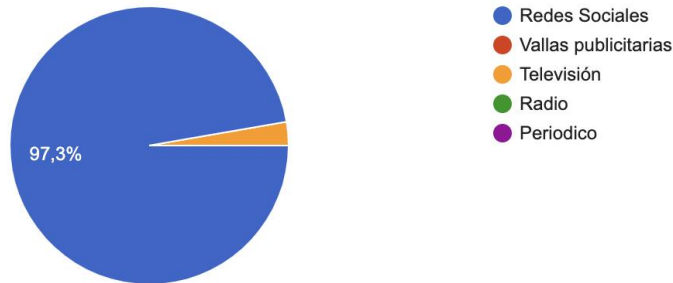
- Centros Comerciales
- Restaurantes
- Supermercados
- Casa de amigos
- Antigua Guatemala, parques ecológic...
- Bares
- canchas de básquet en mi colonia.
- Lugares llenos de naturaleza

▲ 1/3 ▼

Fuente: Elaboración propia

¿De dónde sueles recibir tu material informativo?

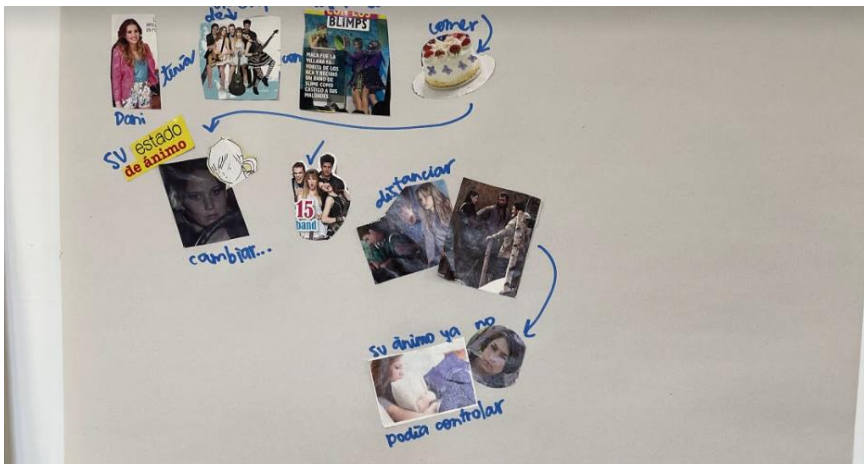
73 respuestas



Fuente: Elaboración propia

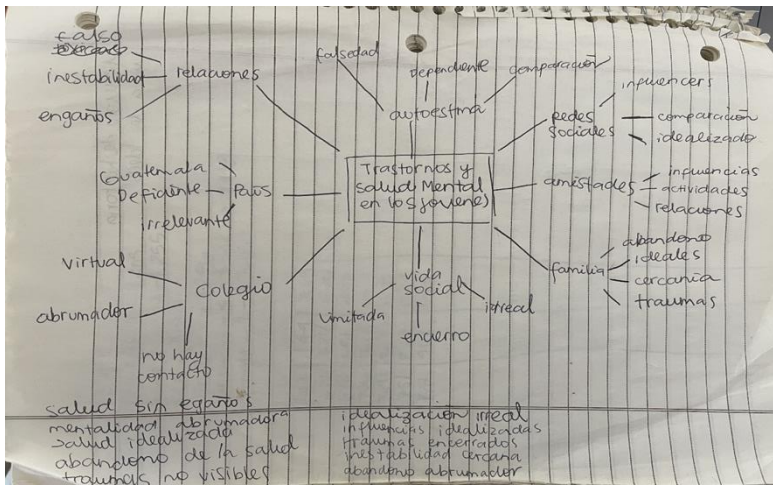
Apéndice 8. Métodos de Conceptualización.

1. La *creación de historia*, consiste en generar ideas a través de un conjunto de hechos inventados de manera gráfica.



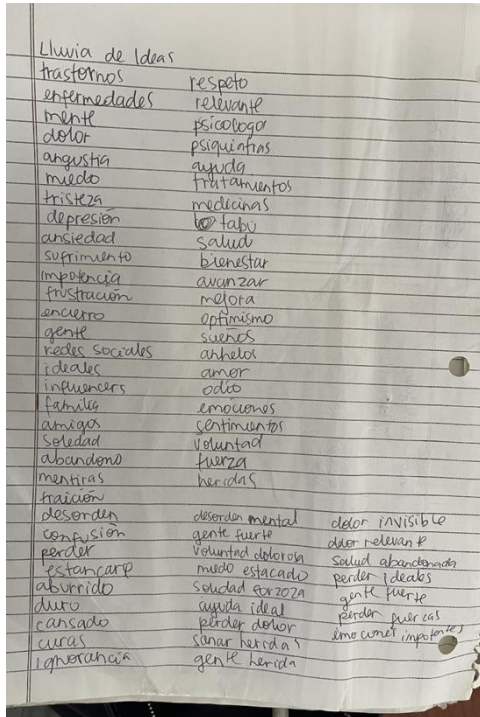
Fuente: Elaboración propia

2. El *mapa mental* se desarrolló en torno a los factores que pueden llegar a desatar este tipo de problemas en la juventud, escribiendo un conjunto de conceptos e ideas que se relacionan con el tema central.



Fuente: Elaboración propia

3. La *lluvia de ideas*, consiste en escribir la mayor cantidad de palabras relacionadas con el tema central en un tiempo de 5 minutos.



Fuente: Elaboración propia

Anexos

Anexo 1: Investigación de Diseño

Publicidad

La publicidad se define por un conjunto de estrategias orientadas a dar a conocer productos y servicios a la sociedad. No solo se trata de que las personas sepan que existes, sino también de otorgar una reputación a lo que se ofrece. Si no se utilizará esta comunicación patrocinada, sería difícil posicionarse en la mente de los consumidores como algo de buena calidad. (Cyberclick, 2021)

Hoy en día la publicidad se divide entre la offline, o más tradicional, y la desarrollada en el entorno digital. Esta puede entenderse como una fórmula de comunicación pagada por las empresas para anunciarse en los diferentes medios disponibles de mercado. Existen muchos tipos de publicidad, podemos enumerar los principales: (Cyberclick, 2021).

- Publicidad offline. Publicidad en prensa, publicidad en radio, publicidad en TV, publicidad exterior o publicidad directa están entre algunos de los formatos disponibles offline.
- Publicidad digital. Vídeos, anuncios en buscadores, display, redes sociales, email *marketing*, etc.

Depende de los objetivos que se tengan en eso se basaría el formato publicitario a utilizarse.

Decidir el plan de medios es una de las fases estratégicas más importantes al crear una campaña de publicidad. Está, junto a la medición, es la clave para tomar las decisiones más adecuadas para potenciar la imagen, notoriedad y ventas de la marca, (Cyberclick, 2021).

Características de la publicidad

1. Fin promocional. La publicidad es un tipo de comunicación que busca dar a conocer algún producto o servicio y así incentivar las ventas del mismo.
2. Función persuasiva. Esta debe convencer a los consumidores de que dicho producto o servicio es mejor que la competencia, que resolverá una necesidad del consumidor.
3. Estrategia de *marketing*. La publicidad responde siempre a un objetivo de negocio en concreto, alineado con los intereses que tiene la marca o la empresa.
4. Target determinado. El contenido de los mensajes publicitarios está especialmente diseñado para apelar a los sentimientos y necesidades de esa audiencia, para esto es importante crear un Buyer Persona.
5. Tiene un coste. Para las empresas, hacer publicidad implica invertir tiempo, recursos y dinero. El modelo publicitario se basa en que el canal emisor del anuncio cobra una cantidad determinada a cambio de su difusión.
6. Busca ser original. Se busca destacar frente a la competencia utilizando formatos y recursos inesperados.
7. Recursos creativos. Vídeos que cuentan historias, imágenes impactantes, discursos inolvidables, etc. Si hay algo que destaca en la publicidad y la hace inmediatamente identificable, es el uso de la creatividad.

8. Usa la repetición. La publicidad busca generar un recuerdo de la marca y de los valores asociados a ella. Cada consumidor tiene que recibir los suficientes impactos como para recordar la marca y su mensaje, pero no al punto que esta resulte molesta.
9. Contenido personalizado. Para lograr el máximo efecto sobre el consumidor, ya no solo se le divide en segmentos generales, sino que se personaliza cada vez más en las características y necesidades de cada usuario.
10. Debe ser ética. La publicidad debe estar controlada para impedir campañas engañosas o desleales. Una publicidad honesta y limpia refleja los valores del anunciante y contribuye a mejorar su imagen de marca.

Estrategia en publicidad

La fase del diseño de la campaña consta de diferentes procesos. Los negocios que no son del sector no suelen darle importancia, pero sin un buen planteamiento inicial será muy complicado lograr los resultados esperados por la publicidad. (Cyberclick, 2021)

Copy strategy: Se define la idea principal de la campaña, este debe incluir los objetivos de la marca para así luego ser enviada al equipo creativo que transformará esa propuesta inicial en un contenido publicitario final. (Cyberclick, 2021)

Estrategia creativa: Una vez se obtiene el producto en la fase anterior este es analizado por el departamento creativo en dos fases. La primera es la del contenido. De eso se encargan los “copies”, apostando por crear mensajes y argumentaciones que convengan al usuario final. La segunda es la codificación. En este proceso se transforma el mensaje del copy en un arte final

que puede incluir diferentes imágenes, vídeos, infografías o tipografías específicas. En resumen, es toda la parte del diseño visual realizada por los creativos publicitarios. (Cyberclick, 2021)

Estrategia de medios: Al tener definidos los dos pasos anteriores queda por especificar en qué medios será publicada la campaña cuando ya esté diseñada, Esto dependerá de los objetivos de alcance y segmentación que tenga la empresa. Lo ideal es analizar todas las opciones hasta dar con el planning perfecto. (Cyberclick, 2021).

Relación entre el Diseño Gráfico y la Publicidad

La publicidad es un campo de aplicación del diseño gráfico, entre los muchos en los que puede aplicarse el diseño (editorial, identidad, *marketing*, prensa, entornos digitales, etc). La publicidad requiere comunicar y persuadir con aquellos elementos que el diseño gráfico desarrolla de modo visual y estético como lo son: las imágenes, el color, la tipografía, el equilibrio y la armonía visual, etc. Son especialidades muy complementarias, pero no siempre tienen los mismos fines. Es importante recordar que toda pieza de publicidad puede contener diseño gráfico, pero no todo diseño gráfico es necesariamente publicitario. (Crehana, 2022)

Campaña publicitaria

Una campaña publicitaria es una estrategia específicamente diseñada y ejecutada en diferentes medios para obtener objetivos de notoriedad, ventas y comunicación de una marca determinada, usando lo que es la publicidad. (Cyberclick, 2021)

Las claves de una buena campaña publicitaria

El objetivo de la campaña. La mayoría del tiempo al hablar de objetivos se piensa en ventas pero la verdad es que existen otras fórmulas para enfocar la publicidad. Las más habituales son captación de nuevos clientes, lanzamiento de nuevos productos, y promoción de productos disponibles; también se puede crear una campaña publicitaria para lograr mayor notoriedad, o para asociar una marca a determinados sentimientos o emociones. No importa cuál sea, es importante tenerlo claro antes de seguir avanzando.

El Target. Parte del éxito de una campaña se mide en este paso fundamental de la estrategia. Si se conoce bien al público o target, es más fácil que los objetivos sean factibles. Definir con la mayor cantidad de detalles a quién se dirige es fundamental para establecer los siguientes puntos de la estrategia de una campaña publicitaria. La edad, el género, la clase social, el estado civil, el nivel de estudio, los hábitos, los gustos o los hobbies pueden ser clave para identificar correctamente a la audiencia.

Segmentar la audiencia. Una vez definido el target, es momento de segmentarlo dividiéndolo en varios grupos según los productos o servicios que se quieren vender. Se deben poner en los zapatos del consumidor para así responder cuestiones relacionadas con el interés que se despierta en ellos, si les es útil lo que se les está ofreciendo, o preguntarse si se tiene suficiente poder adquisitivo para comprar el precio que se ha establecido.

Los medios de publicidad. Existen muchas herramientas que se pueden utilizar en una campaña publicitaria para alcanzar con el mensaje al target segmentado. El medio utilizado y el tipo de publicidad que es necesario definir es:

Publicidad en Redes Sociales: La publicidad en redes sociales permite crear anuncios en que les llegue al público objetivo en los medios que se encuentren. Esto significa que se trata de un canal con el que se puede llegar a su audiencia fácilmente. Los distintos formatos y plataformas que existen permiten diseñar estrategias muy personalizadas y con un alto porcentaje de éxito.

La comunicación. El mensaje que se transmite en una campaña publicitaria es también un asunto fundamental para conseguir los mejores resultados. Aunque cada marca y cada estrategia son diferentes, el copy siempre debe cumplir: que sea natural, que esté ordenado, que sea claro, que sea conciso, y que tenga fluidez y cohesión.

El diseño. El mensaje a comunicar, o sea el fondo de la cuestión, como la forma es igual de importante. Apostar por sitios y comunicaciones que incorporen las últimas tendencias del mercado, como lo es por ejemplo el Material Design es la mejor opción para conquistar al público. Primero por el sentido de la vista, y en segundo por todo lo que se tiene que contar.

Las métricas y KPIS. Medir es fundamental en muchos sectores, pero al hablar del campo de la publicidad es un paso esencial. Si no se midiera, no se podría saber qué es lo que va bien y que es lo que se puede mejorar. Por eso, en una campaña publicitaria las métricas deben formar un apartado fundamental del proceso. Solo con ellas se puede conocer todo

y actuar en consecuencia. Además hay que diferenciar entre las métricas generales y los KPIs. Aunque estos no dejan de ser métricas, hacen referencia a cómo medir los objetivos planteados en la estrategia de la empresa. (Cyberclick, 2021)

La publicidad en redes sociales

Hacer publicidad en redes sociales consiste en crear contenido pagado en una plataforma determinada y mostrárselo a los usuarios de las redes sociales, con el objetivo principal de conseguir resultados, como lo son ventas, lead, likes en la fan page, etc. Para esto, las distintas plataformas ofrecen diferentes posibilidades de segmentación para poder llegar al público que le interesa a cada empresa, y con diferentes objetivos de campaña. Además, se puede decidir qué clase de red social se adapta mejor al contenido que se quiere promocionar. (Rubianes, 2019)

Los anuncios sociales son una de las herramientas más utilizadas para conseguir incrementar una comunidad en medios sociales. Además, pueden servir para canalizar el tráfico en las redes sociales hacia una web o site del anunciante, convirtiéndose en una herramienta especialmente útil para entornos ecommerce. (Rubianes, 2019)

Un ejemplo de publicidad en redes sociales sería:

Facebook Ads

Para gestionar Fan Pages de empresas o lanzar campañas publicitarias, Facebook nos ofrece la herramienta gratuita Business Manager. A través del BM, se puede elegir entre miles de opciones de segmentación de audiencias potenciales, para tratar de impactar al target objetivo de cada

marca. Por ejemplo, se pueden realizar segmentaciones por intereses, por edad y género, por localización, audiencias personalizadas de lookalike (públicos similares), de retargeting, etc.

Desde la herramienta de Facebook, se pueden seleccionar diferentes ubicaciones en las que mostrar anuncios: Facebook, Instagram, Audience Network y Messenger. (Rubianes, 2019)

Tipos de anuncios en Redes Sociales

Publicidad en Facebook

La publicidad en Facebook ayuda a lograr uno de los tres tipos principales de objetivos de campaña:

Conciencia: Crear conocimiento de la marca o aumentar el alcance.

Consideración: Enviar tráfico a tu sitio web, aumentar la participación, fomentar la descarga de aplicaciones o la visualización de vídeos, generar clientes potenciales o motivar a las personas a comunicarse vía Facebook Messenger.

Conversión: Aumentar las compras o los clientes potenciales a través del sitio o aplicación, hacer ventas por catálogo o dirigir el tráfico a las tiendas físicas. (Newberry & Contreras, 2021)

Facebook es popular en muchos grupos demográficos, con 2 mil 450 millones de usuarios activos mensuales. Con opciones de segmentación detalladas para este enorme grupo de usuarios, Facebook es una gran plataforma para comenzar con la publicidad en redes sociales

Tipos de anuncios en Facebook: Anuncios con fotos, anuncios con vídeo, anuncios con historias, anuncios por secuencia, anuncio con presentación, anuncios de colección, anuncios de Messenger y anuncios reproducibles. (Newberry & Contreras, 2021).

Publicidad de Instagram

Facebook es dueño de Instagram. Por lo que se permiten las mismas tres categorías generales de objetivos de campaña: conciencia, consideración y conversión.

Instagram es más popular entre los millennials. Muchos miembros de la Generación Z y la Generación X también usan la plataforma. Al igual que en Facebook, puedes dirigirte a tu espectador ideal con opciones de segmentación personalizadas. Crea audiencias similares, define los comportamientos y actividades, intereses y datos demográficos de tu audiencia. (Newberry & Contreras, 2021)

Tipos de anuncios en Instagram: Anuncios con fotos y vídeo, anuncios por secuencia, anuncios en la sección de ‘explorar’, anuncios de colección, anuncios de historias de Instagram, anuncios en IGTV y el nuevo formato de creación de contenido los ‘Reels’. (Newberry & Contreras, 2021)

Publicidad de TikTok

La publicidad en TikTok puede ayudar a trabajar hacia los objetivos comerciales que son:

Tráfico: Aumentar el compromiso con la interactividad y el contenido creativo.

Alcance: Conectarse con audiencias diversas en todo el mundo.

Conversión: Fomentar la instalación y la venta de aplicaciones.

Los anuncios de TikTok sólo están disponibles en ciertas regiones en este momento, por lo que, dependiendo de donde se viva, es posible que se queden en la creación de contenido orgánico. La única opción de autoservicio para empresas en TikTok es el vídeo in-feed. Ya sea con una imagen o un vídeo, los anuncios aparecerán en el feed “Para ti” del usuario. (Newberry & Contreras, 2021)

El anuncio siempre será la pantalla completa, al igual que el contenido generado por el usuario. Los anuncios se ejecutan con bastante frecuencia, por lo que TikTok sugiere renovar tu creatividad al menos cada semana para evitar la fatiga publicitaria. (Newberry & Contreras, 2021)

En TikTok existe la opción de los takeovers de marca, retos con hashtags, contenido de realidad aumentada de marca y paquetes de influencers personalizados están disponibles con la ayuda de un representante de publicidad. (Newberry & Contreras, 2021)

Costos de publicidad en redes sociales

Los anuncios en la mayoría de las redes sociales se venden de un formato de subasta. Establece una oferta máxima para un resultado objetivo (como un clic) o un presupuesto máximo por día. No hay una cantidad fija a pagar. A medida que creas tu anuncio, la interfaz del administrador de anuncios proporciona una oferta recomendada según los objetivos establecidos. (Newberry & Contreras, 2021)

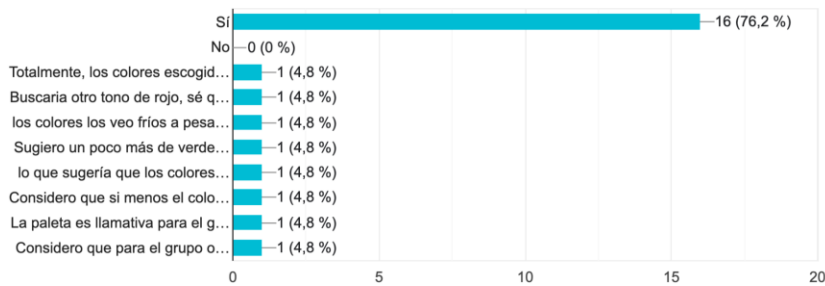
Generalmente, se pagará utilizando uno de estos métodos, según el objetivo de la campaña:

- Costo por clic (CPC)
- Costo por 1000 impresiones (CPM)
- Costo por conversión
- Costo por visualización de vídeo

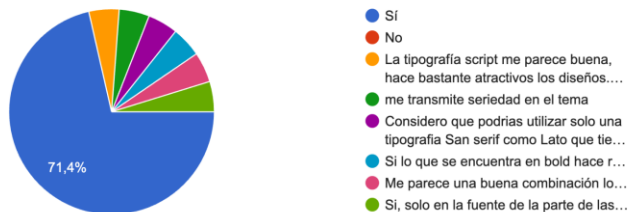
Varios factores influyen en la cantidad que se pagará por un anuncio, más allá de la oferta que los competidores estén haciendo. Entre los factores se incluyen: la calidad del anuncio, el objetivo de la campaña, el tipo de audiencia al que se dirige, el país objetivo, tiempo del año e incluso el momento del día y la colocación dentro de la red. (Newberry & Contreras, 2021)

Anexo 2. Resultado de Validación Proyecto de Graduación con Diseñadores

¿La paleta de colores te parece adecuada con el tema a tratar? Amplíe su respuesta.
21 respuestas

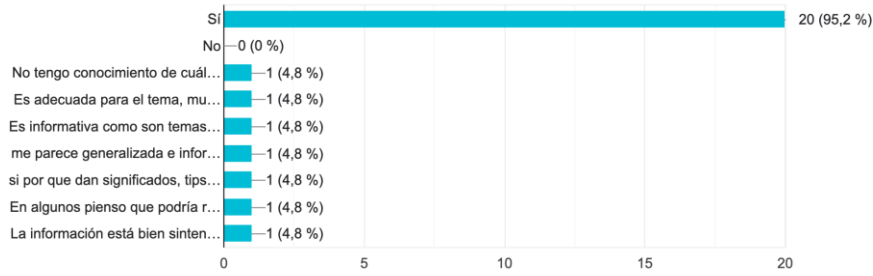


¿La combinación de tipografía te parece adecuada? Amplíe su respuesta.
21 respuestas



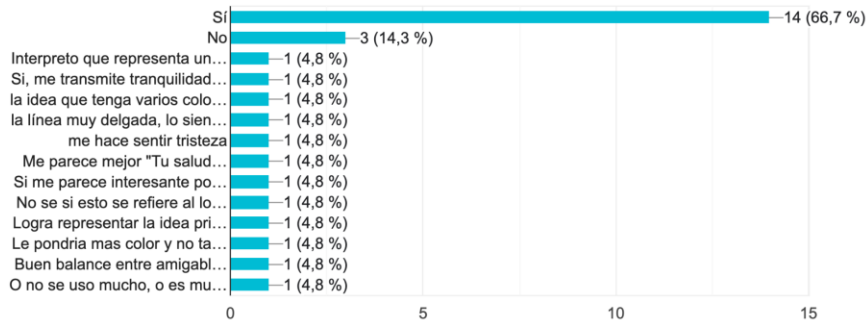
¿La información que se brinda te parece relevante? Amplíe su respuesta.

21 respuestas



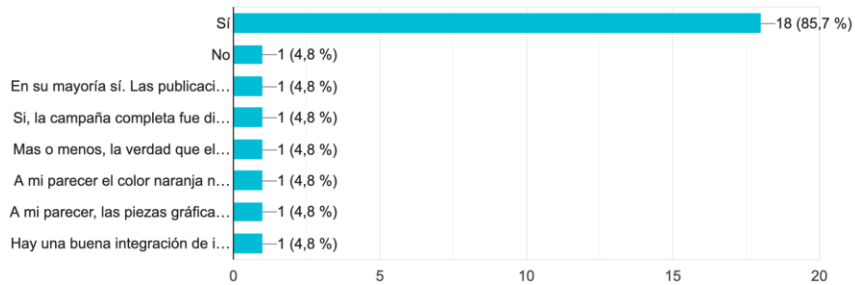
¿Te parece atractivo el identificador de marca de la campaña? Amplíe su respuesta.

21 respuestas



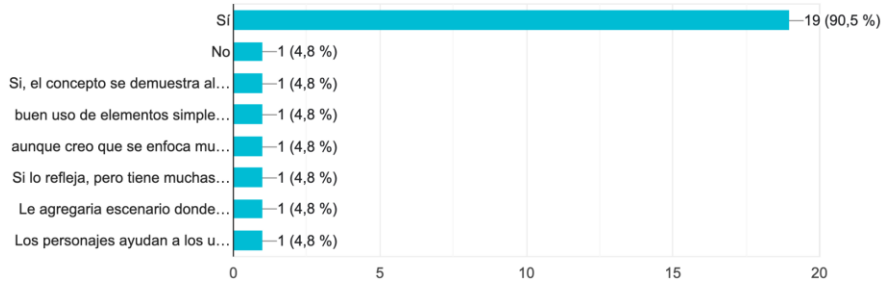
¿Encuentras unidad en la línea gráfica de la campaña? Amplíe su respuesta.

21 respuestas



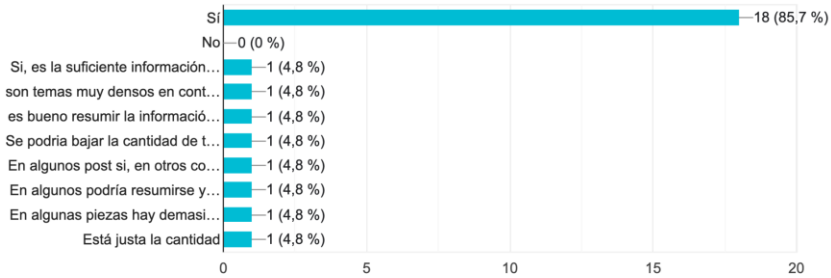
¿Opinas que la campaña refleja el concepto? Amplíe su respuesta.

21 respuestas



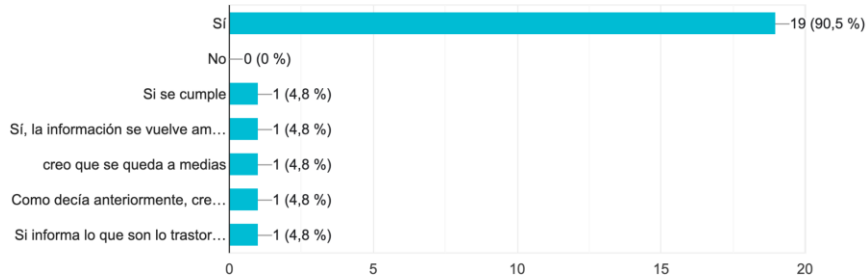
¿Crees que la cantidad de texto es la correcta? Amplíe su respuesta.

21 respuestas



¿El objetivo de diseño se cumple? Amplíe su respuesta.

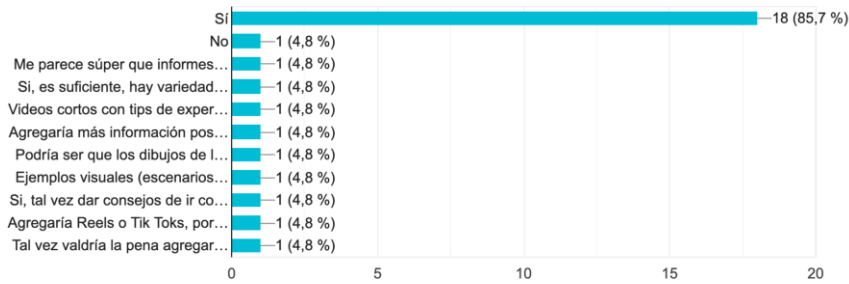
21 respuestas



¿Consideras que las piezas realizadas transmiten la información suficiente? ¿Cuáles agregarías?

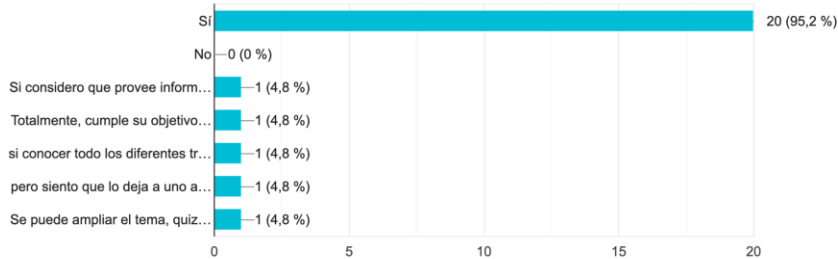
Amplíe su respuesta.

21 respuestas



¿La campaña cumple su finalidad de informar y concientizar? Amplíe su respuesta.

21 respuestas



Te agradecería un comentario o sugerencia adicional que pueda ayudar a mejorar el material gráfico.

21 respuestas

Aplaudo bastante que hayas centrado tu proyecto en un tema tan importante y que necesita difundirse mucho más. Según tu descripción, entiendo que son para jóvenes que tienen un diagnóstico pero no se ocupan de sus síntomas. Yo cambiaría el enfoque de la comunicación. Sí es importante comunicar los daños que causan los trastornos (y las personas que los padecen lo saben muy bien). Pero es igual de importante comunicar que pueden ser tratados y con las herramientas adecuadas pueden mejorar su calidad de vida.

Me parece una campaña muy profesional, que se enfoca al 100% en la salud mental de la audiencia. Se nota el esfuerzo y que se está cumpliendo el objetivo principal en todo el momento.

Mi única sugerencia sería reemplazar la tipografía sans script por otra familia más adecuada, que combine mejor con las otras que fueron seleccionadas correctamente ("No solo es tristeza!", "Infórmate", "tienen efectos graves", etc.)

Aparte de eso, el diseño en general fue aplicado perfectamente. Es una campaña muy atractiva visualmente, y muy valiosa gracias a su información.

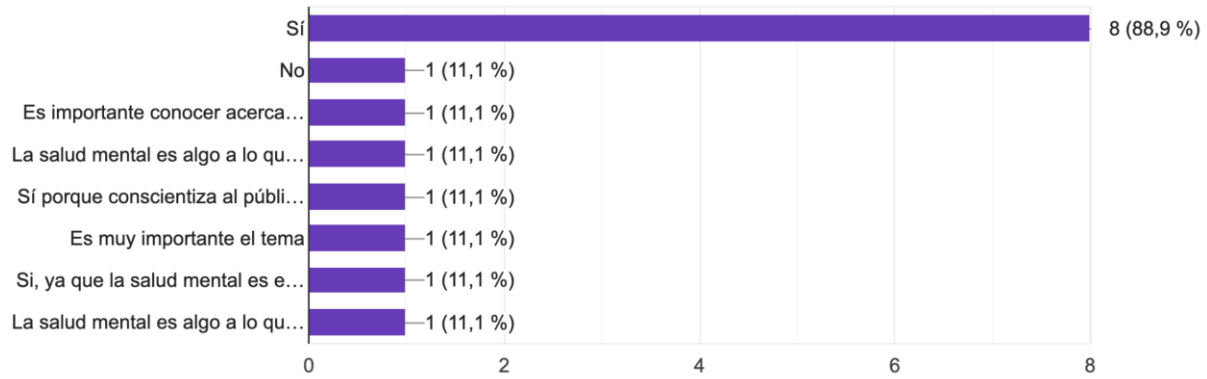
Si el personaje da algún tip positivo sería bueno que la expresión del personaje cambie o algo tranquilo o alegre.

Incluir a personas reales siempre es bueno en redes sociales, en este caso se puede incluir con un

Anexo 3. Resultado de Validación Proyecto de Graduación con Grupo Objetivo

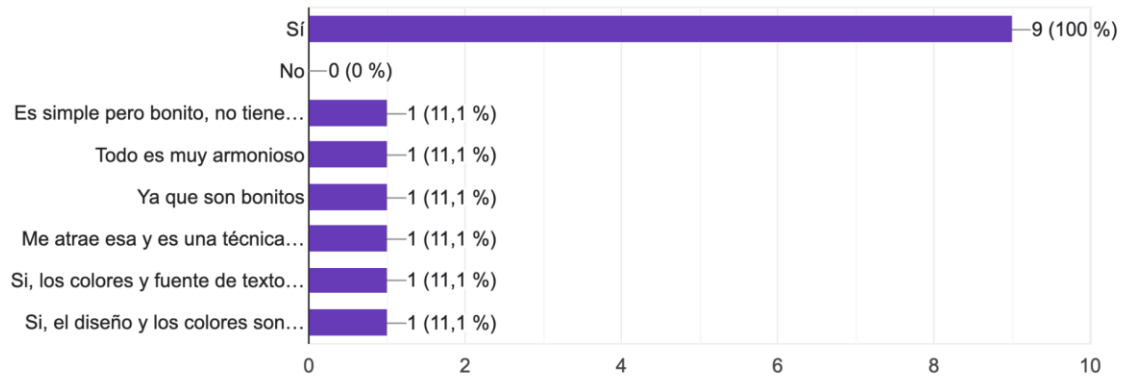
¿Te parece valioso el contenido de la campaña? Amplíe su respuesta.

9 respuestas



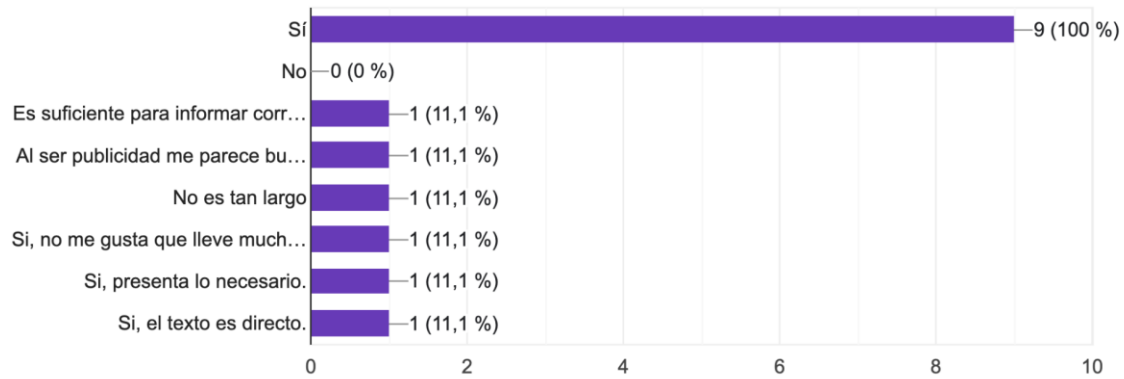
¿Te atrae la combinación de texto e ilustración? Amplíe su respuesta.

9 respuestas



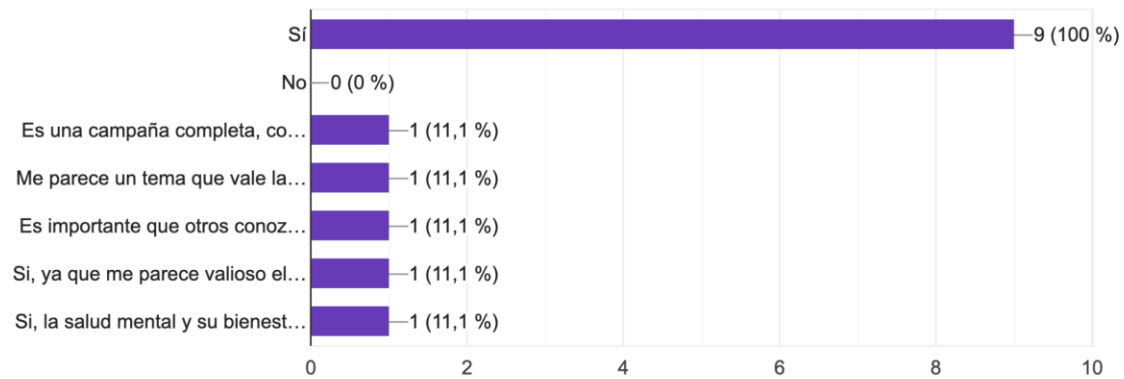
¿La cantidad de texto te parece la adecuada? Amplíe su respuesta.

9 respuestas



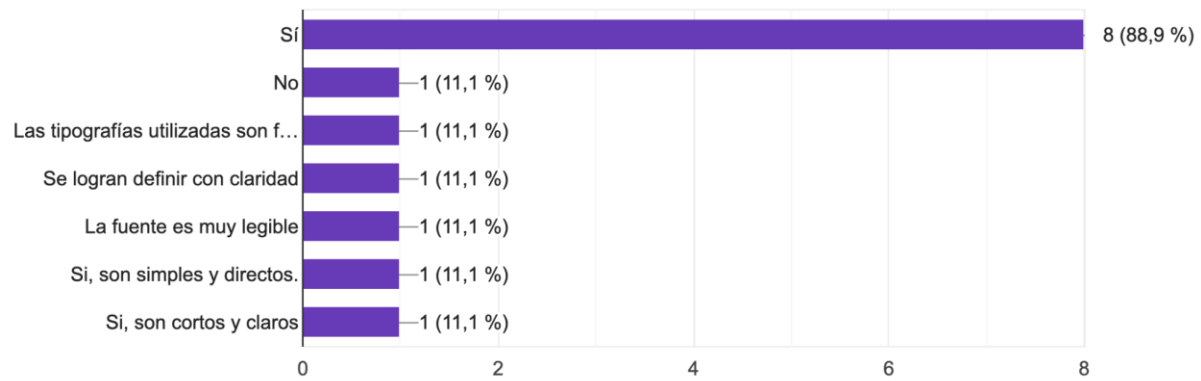
¿Compartirías y darías like a esta campaña? Amplíe su respuesta.

9 respuestas



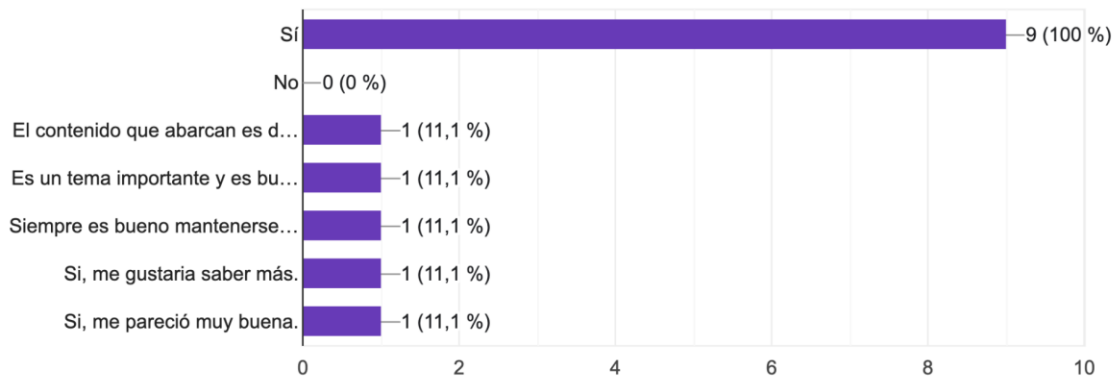
¿Encuentras los textos fáciles de leer? Amplíe su respuesta.

9 respuestas



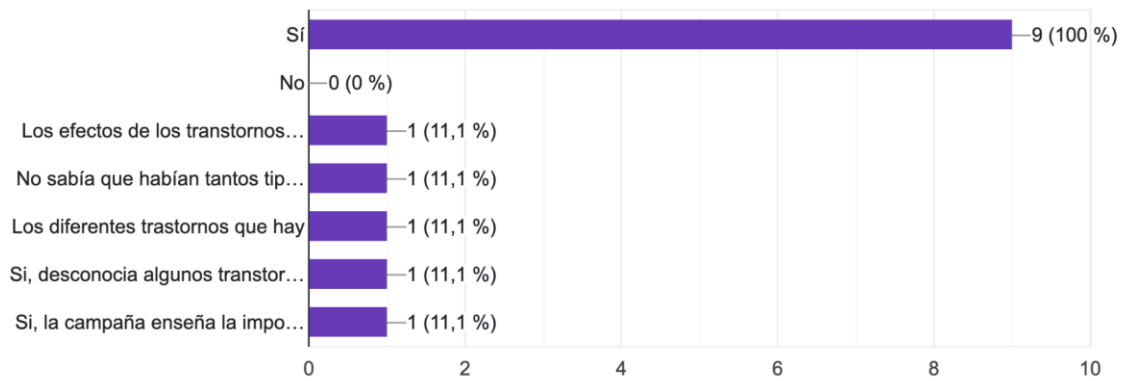
¿Seguirías esta página para mantenerte informado? Amplíe su respuesta.

9 respuestas



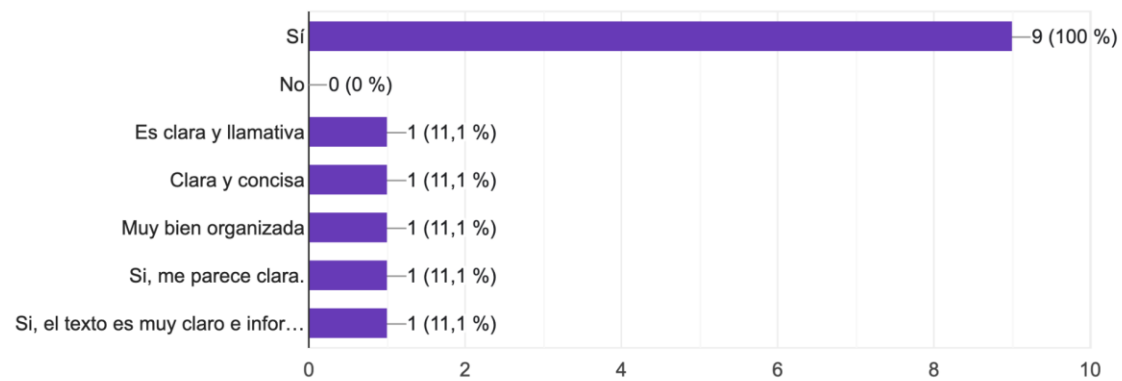
¿Aprendiste algo después de ver esta campaña? Amplíe su respuesta.

9 respuestas



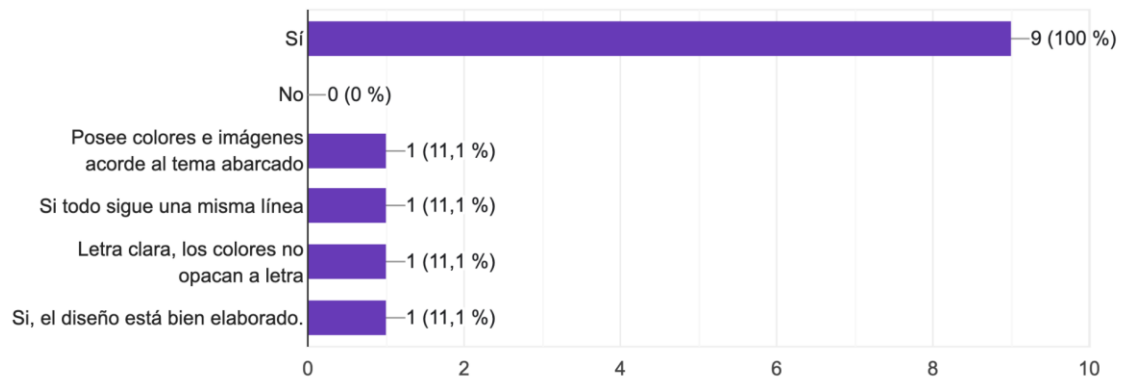
¿La información te parece clara? Amplíe su respuesta.

9 respuestas



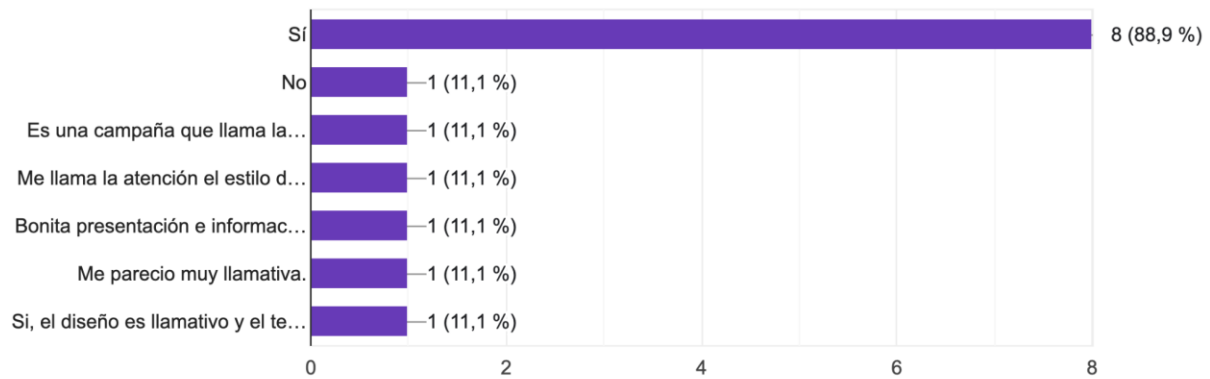
¿Te parece llamativa la línea gráfica? Amplíe su respuesta.

9 respuestas



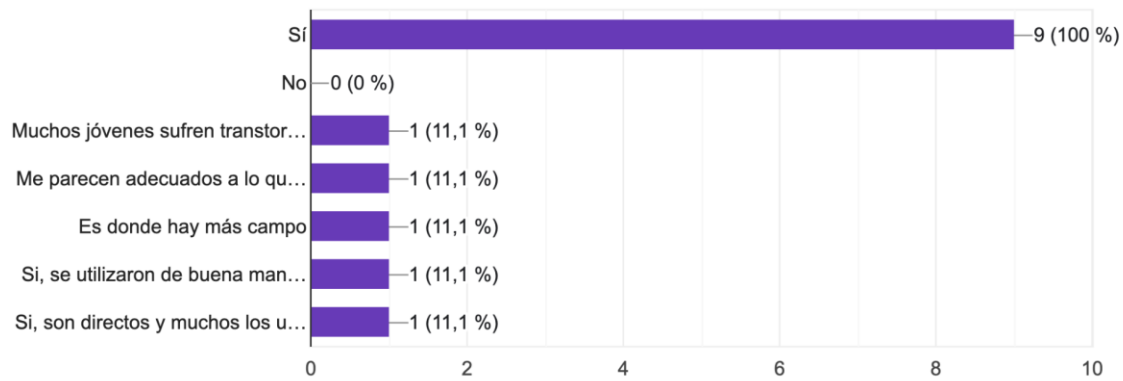
¿Te sientes atraído a la campaña? Amplíe su respuesta.

9 respuestas



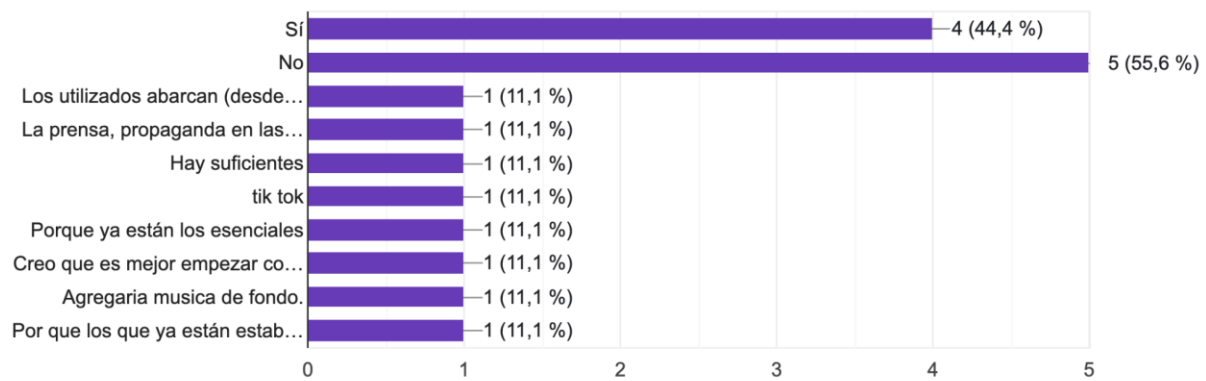
¿Los medios digitales te parecen los adecuados para esta campaña? Amplíe su respuesta.

9 respuestas



¿Agregarías otros medios? Si tu respuesta es sí, ¿cuáles? y si tu respuesta es no, ¿porque no?

9 respuestas



Te agradecería un comentario o sugerencia adicional que pueda ayudar a mejorar el material gráfico.

9 respuestas

Todo excelente, gráficamente es llamativo para las personas y el contenido está completo, ¡Felicidades!

Colocar un poco de más información acerca de cada uno de los trastornos y colocar unos colores más llamativos

Esta muy bien hecho, la información es clara y concisa y es importante estar conscientes sobre el tema discutido

historias de publicidad

La información está presentada de una manera muy bonita y organizada que capturan el ojo del lector.

Me gusto mucho todo el material ya que a mi también me gusta lo del arte y las ilustraciones.

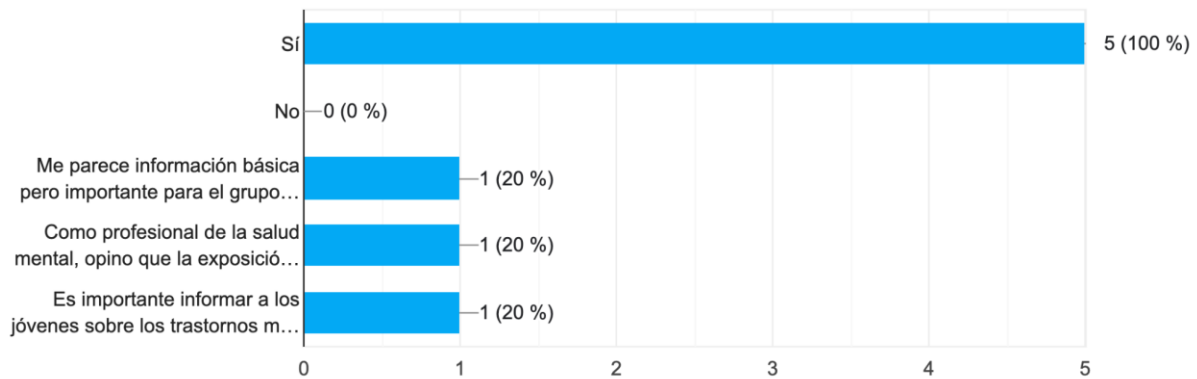
Como comentario me parecio excelente la combinacion de colores y recursos.

El material gráfico está más que bien.

Anexo 4. Resultado de Validación Proyecto de Graduación con Experto

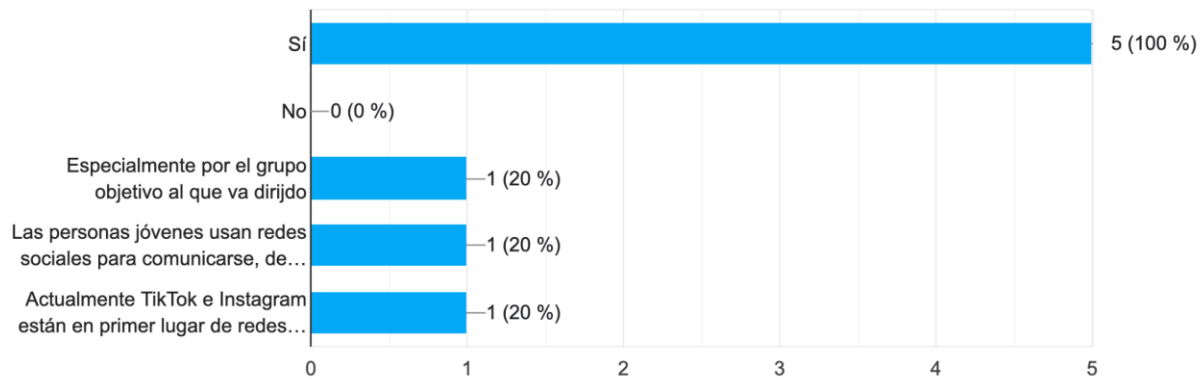
¿La información que se brinda te parece relevante? Amplíe su respuesta.

5 respuestas



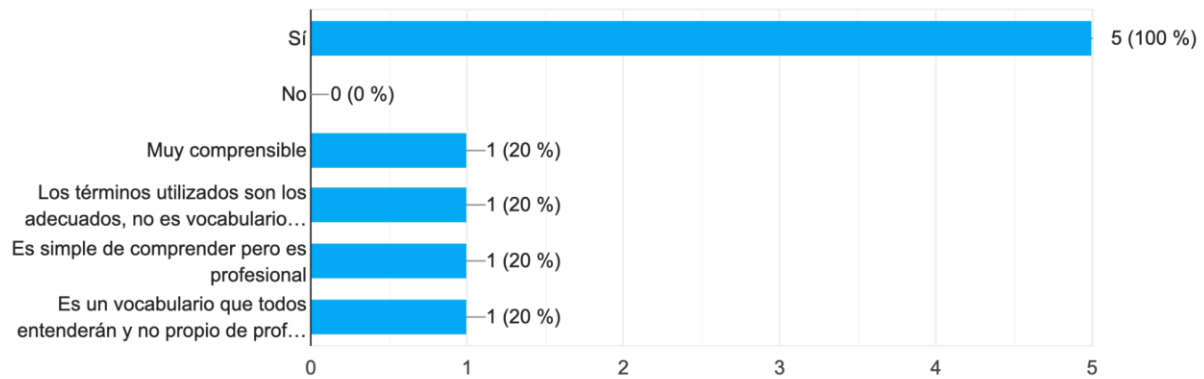
¿Los medios digitales te parecen los adecuados para esta campaña? Amplíe su respuesta.

5 respuestas



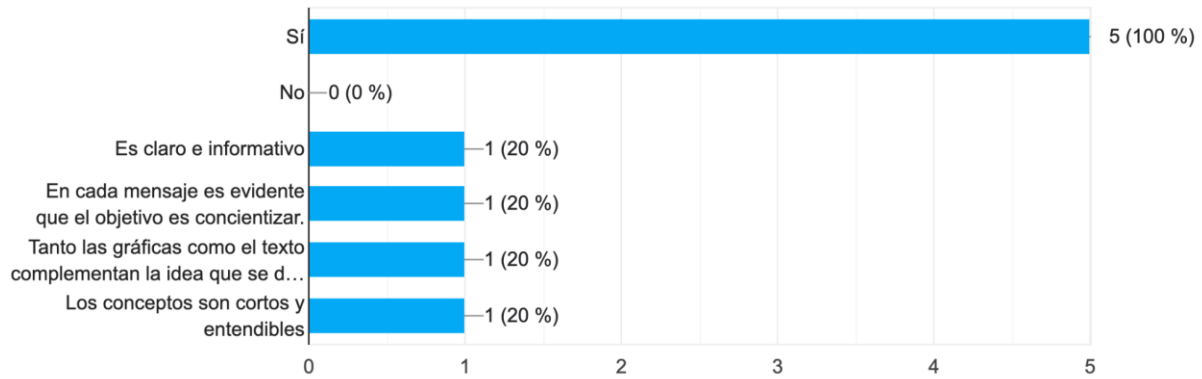
¿El vocabulario utilizado es el adecuado? Amplíe su respuesta.

5 respuestas



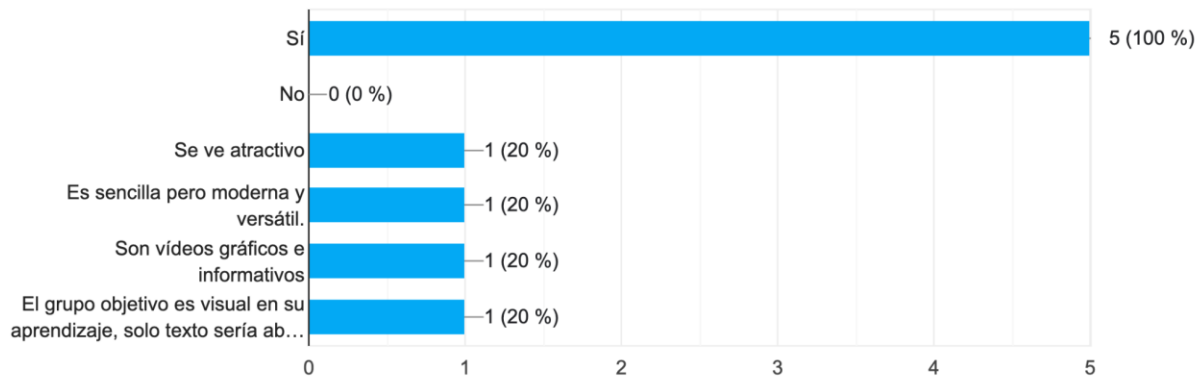
¿El tema a tratar es claro? Amplíe su respuesta.

5 respuestas



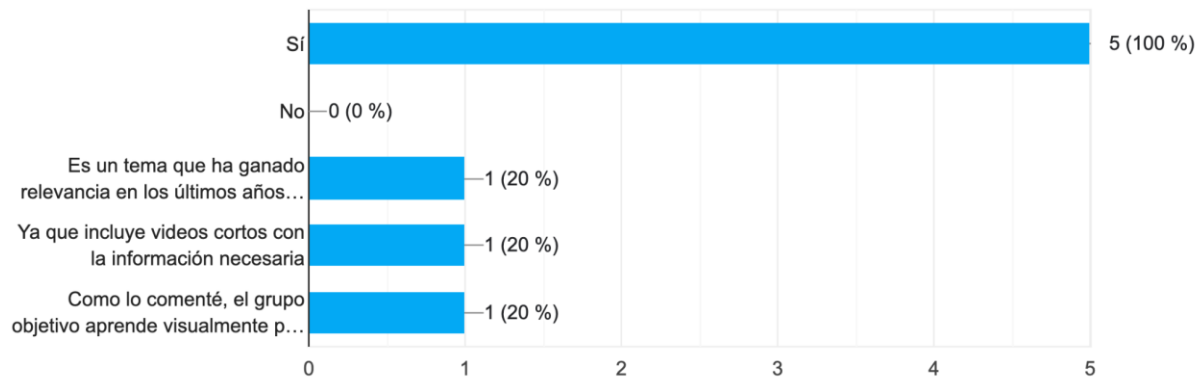
¿La combinación texto e ilustración va de acuerdo con el grupo objetivo? Amplíe su respuesta.

5 respuestas



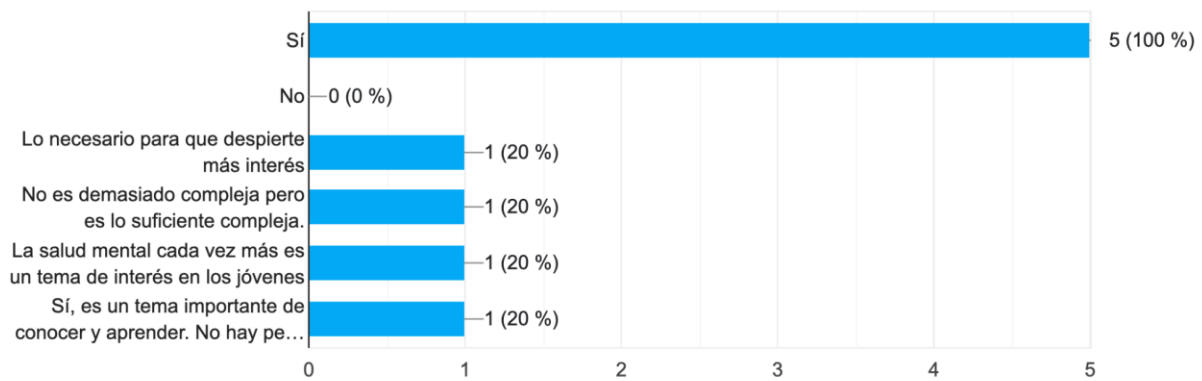
¿La campaña te parece llamativa para el grupo objetivo? Amplíe su respuesta.

5 respuestas



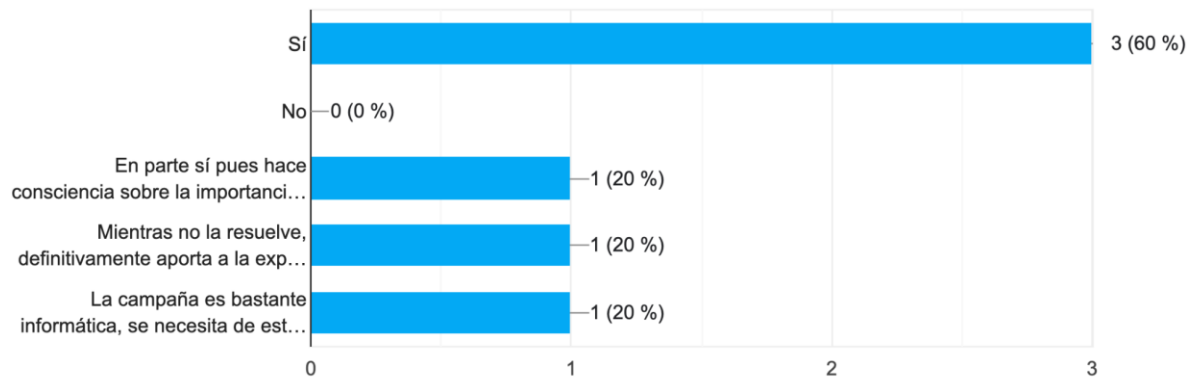
¿La información es adecuada para el grupo objetivo? Amplíe su respuesta.

5 respuestas



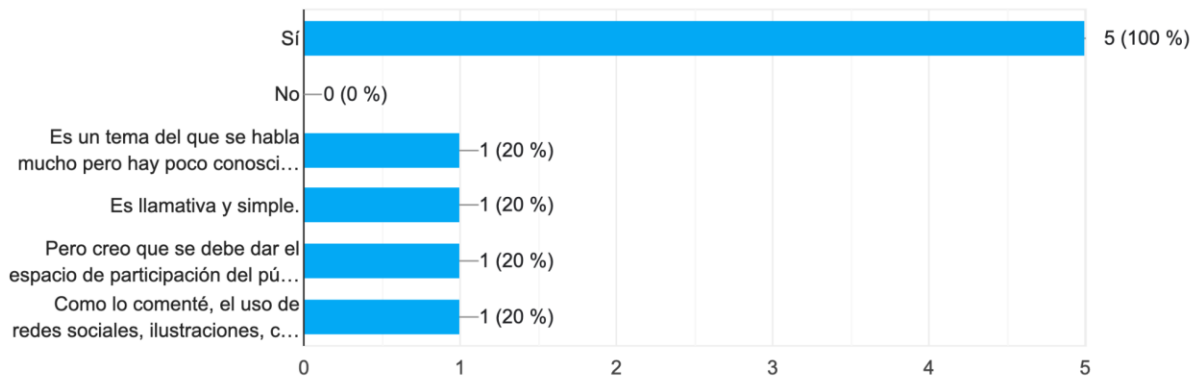
¿Consideras que la campaña resuelve la problemática? Amplíe su respuesta.

5 respuestas



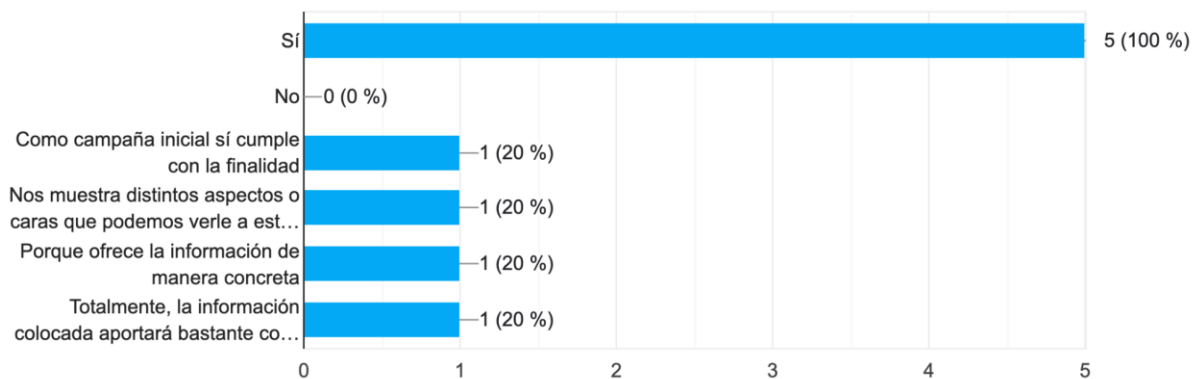
¿Opinas que la campaña va a generar interés en el grupo objetivo? Amplíe su respuesta.

5 respuestas



¿La campaña cumple su finalidad de informar y concientizar? Amplíe su respuesta.

5 respuestas



Te agradecería un comentario o sugerencia adicional que pueda ayudar a mejorar el material gráfico y su contenido.

5 respuestas

Me gustaría hacer todo el énfasis posible en los gráficos que remarcan que TU SALUD MENTAL IMPORTA

Lenguaje inclusivo! Fuera de eso está precioso.

Crear contenido agradable y de poco texto para tener más alcance e impacto al momento de comunicar

Considero que el primer video (azul) podría ser otra actividad en vez de resolverse en el video permitir que la audiencia lo resuelva y suba a su historia para poder promover el movimiento de la página y que otras personas sean informadas.

Vi un par de palabras juntas que necesitan un espacio, pero es mínimo. Todo está lindo y muy útil.

Anexo 5. Cotización Gravity Studio

COTIZACIÓN



Información del Proyecto

Cliente	Maria Lobos	Fecha de cotización	17 de octubre, 2022
Contacto	+502 3030 7374	Fecha de entrega	19 de octubre, 2022

Servicios	Total
24 posts para redes	Q2,800.00
30 stories para redes	Q2,800.00
2 vídeos para redes	Q4,500.00
4 Google Ads	Q1,000.00
1 ilustración y sus variaciones	Q700.00
Community manager	Q3,500.00
Investigación y conceptualización	Q3,800.00
Identificador de campaña y línea gráfica	Q4,500.00

Inversión Total: Q23,600.00

Términos y Condiciones

Anticipo del 40% para iniciar el proyecto (Q9,440.00)

El pago se recibe por transferencia bancaria

Aceptamos tarjeta de crédito con recargo del 5%

Anexo 6. Cotización ML

Cotización

Diseño para Campaña Web
19/10/2022

A solicitud Maria Lobos, se presenta la siguiente propuesta de servicios profesionales para el diseño de una campaña web.

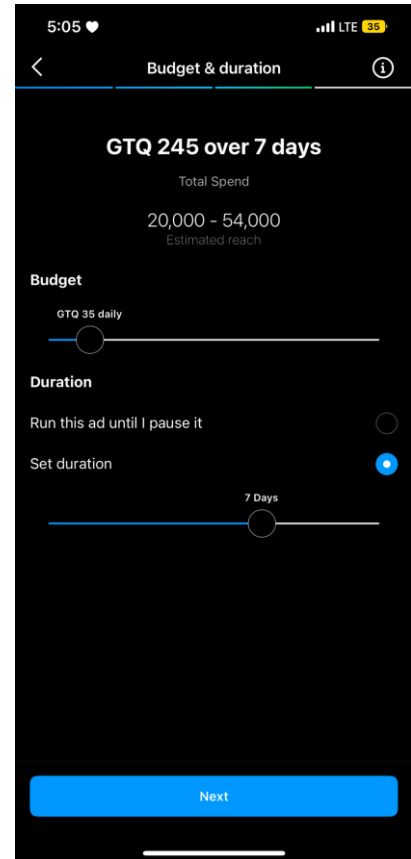
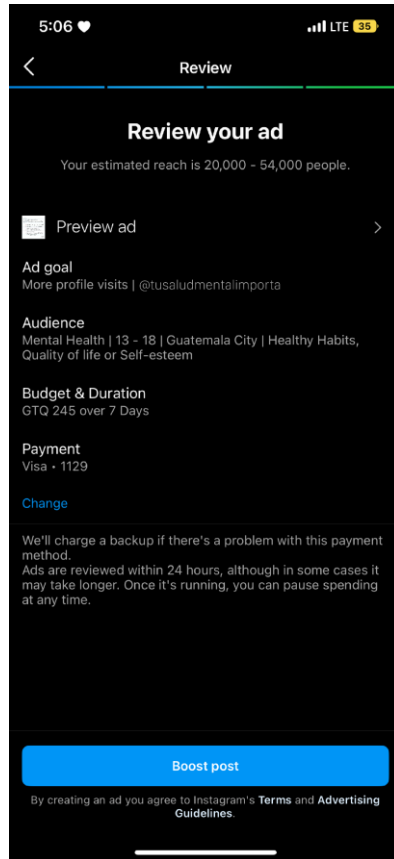
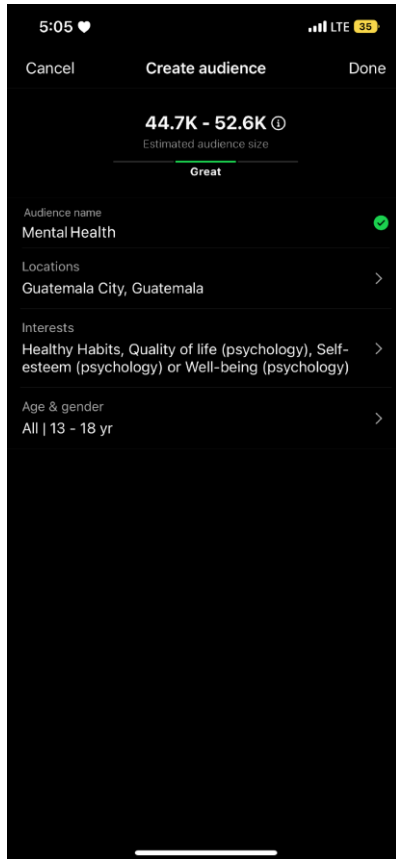
DESCRIPCIÓN	SUB TOTAL
24 posts para redes	Q2,600.00
30 stories para redes	Q2,800.00
2 vídeos para redes	Q4,200.00
4 Google Ads	Q1,100.00
1 ilustración y sus variaciones	Q800.00
Community manager	Q3,250.00
Investigación y conceptualización	Q3,800.00
Identificador de campaña y línea gráfica	Q4,500.00
<hr/>	
FACTURADO	Q23,050 +IVA

CONDICIONES

Por el trabajo descrito en los puntos anteriores, se facturarán los costos totales y serán pagaderos en 2 cuotas al mes, 50% al darle inicio al proyecto y el otro 50% al entregar artes finales.

The logo consists of the lowercase letters 'ml.' in a bold, serif font, positioned on the left side of a solid orange rectangular background.

Anexo 7. Cotización redes sociales



Anexo 8. Cotización Google Ads

Fija un presupuesto para obtener los resultados que quieres

Seleccionar una opción de presupuesto

Moneda:

dólar estadounidense (US\$) ▼

1,00 US\$ al día de media · 30 US\$ al mes como máximo

Según lo estimado, conseguirás entre 160 y 320 clics en tus anuncios cada mes

Recomendado para ti [?](#)

2,80 US\$ al día de media · 85 US\$ al mes como máximo ✓

Según lo estimado, conseguirás entre 450 y 890 clics en tus anuncios cada mes

6,90 US\$ al día de media · 210 US\$ al mes como máximo

Según lo estimado, conseguirás entre 1.120 y 2.180 clics en tus anuncios cada mes