INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO SUDAMERICANO

DISEÑO GRÁFICO EQUIVALENTE A TECNOLOGÍA SUPERIOR

"DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE MATERIAL GRÁFICO, PARA PROMOVER EL TRATAMIENTO A CORTO PLAZO DE JÓVENES Y ADULTOS QUE SUFREN SÍNTOMAS MODERADOS A GRAVES DE ANSIEDAD CON DEPRESIÓN EN LA CIUDAD DE YANTZAZA, EN EL PERIODO ABRIL – OCTUBRE 2021."

INFORME DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE TECNÓLOGO EN LA CARRERA DE DISEÑO GRÁFICO

AUTOR

Castro Mijas Karolay Briseth

DIRECTOR

Tlgo. Pablo Andrés Duque Correa

Loja, octubre 2021

Certificación

Tlgo.

Pablo Andrés Duque Correa

DIRECTOR DE INVESTIGACIÓN

CERTIFICA:

Que ha supervisado el presente proyecto de investigación titulado: DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE MATERIAL GRÁFICO, PARA PROMOVER EL TRATAMIENTO A CORTO PLAZO DE JÓVENES Y ADULTOS QUE SUFREN SÍNTOMAS MODERADOS A GRAVES DE ANSIEDAD CON DEPRESIÓN EN LA CIUDAD DE YANTZAZA, EN EL PERIODO ABRIL – OCTUBRE 2021; el mismo que cumple con lo establecido por el Instituto Tecnológico Superior Sudamericano: por consiguiente, autorizo su presentación ante el tribunal respectivo.

Loja, octubre del 2021

f. _____

Pablo Andrés Duque Correa

Autoría

Yo Karolay Briseth Castro Mijas, estudiante del Instituto Tecnológico Superior Sudamericano a continuación certifico que los criterios, opiniones, afirmaciones, análisis, interpretaciones, conclusiones, recomendaciones y todos los demás aspectos vertidos en el presente proyecto de investigación de fin de carrera son absolutamente responsabilidad de mi persona.

Loja, octubre 2021

Karolay Briseth Castro Mijas

CI: 1900884774

Dedicatoria

Este trabajo está dedicado a mis padres, en especial a mi madre, por haber sido mi apoyo en tiempo de mi formación académica, y a lo largo de mi vida.

A todos mis amigos, compañeros, por aportar en mi formación tanto académica y de ser humano, mostrándome las cosas buenas y por las que vivir.

Karolay Briseth Castro Mijas

Agradecimiento

Principalmente agradezco a Dios por darnos la sabiduría y la fuerza para culminar esta etapa académica, mi madre por ser mi fiel amiga, compañera, por estar junto a mí, desvelándose, animándome y apoyándome cuando no sabía que es lo que debía hacer, a mi padre por darme grandes enseñanzas de vida y aunque hoy en día no los tenga juntos siempre agradeceré el brindarme la oportunidad de hacer algo que me apasiona, a mi abuela por ayudar a mi madre siempre cuando no tenía dinero, a mi novio, por motivarme, aconsejarme y animarme.

Agradezco al Instituto Tecnológico Superior Sudamericano, a su personal docente y administrativo, en especial a los docentes de la carrera de Diseño Gráfico quienes me vieron dar los primeros pasos y me guiaron a través del camino, forjando su enseñanza, mi autoconfianza y hacerme entender que no debo tener miedo a equivocarme, sino a no intentarlo y algo que se empieza se debe terminar.

A mis tutores, por ser maestros y amigos, por todo su tiempo y paciencia, gracias a todos mis docentes en especial a tres de ellos, la Ing. Mariana Piedra, Ing. Liceth Briceño, y al Tlgo. Pablo Duque, quienes fueron un gran apoyo y guías en mi camino, por decir las cosas claras y corregirme cuando estaba mal.

Karolay Briseth Castro Mijas

Acta de Cesión de Derechos

ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN DE FIN DE CARRERA

Conste por el presente documento la Cesión de los Derechos de proyecto de investigación de fin de carrera, de conformidad con las siguientes cláusulas:

PRIMERA: Por sus propios derechos; el Tlgo. Pablo Andrés Duque Correa, en calidad de director del proyecto de investigación de fin de carrera; y, Karolay Briseth Castro Mijas, en calidad de autor del proyecto de investigación de fin de carrera; mayores de edad emiten la presente acta de cesión de derechos.

SEGUNDA: Karolay Briseth Castro Mijas, realizó la Investigación titulada: "Diseño e implementación de material gráfico, para promover el tratamiento a corto plazo de jóvenes y adultos que sufren síntomas moderados a graves de ansiedad con depresión en la ciudad de Yantzaza, en el periodo abril – octubre 2021"; para optar por el título de Tecnólogo en Diseño Gráfico, en el Instituto Tecnológico Superior Sudamericano de Loja, bajo la dirección del Tlgo. Pablo Andrés Duque Correa.

TERCERA: Es política del Instituto que los proyectos de investigación de fin de carrera se apliquen y materialicen en beneficio de la comunidad.

CUARTA: Los comparecientes Tlgo. Pablo Andrés Duque Correa, en calidad de Director del proyecto de investigación de fin de carrera y Karolay Briseth Castro Mijas como autor, por medio del presente instrumento, tienen a bien ceder en forma gratuita sus derechos en proyecto de investigación de fin de carrera titulado: "Diseño e implementación de material gráfico, para promover el tratamiento a corto plazo de

jóvenes y adultos que sufren síntomas moderados a graves de ansiedad con depresión en la ciudad de Yantzaza, en el periodo abril – octubre 2021." a favor del Instituto Tecnológico Superior Sudamericano de Loja; y, conceden autorización para que el Instituto pueda utilizar esta investigación en su beneficio y/o de la comunidad, sin reserva alguna.

QUINTA: Aceptación. - Las partes declaran que aceptan expresamente todo lo estipulado en la presente cesión de derechos.

Para constancia suscriben la presente cesión de derechos, en la ciudad de Loja, en el mes de octubre.

……	…….
Tlgo. Pablo Andrés Duque Correa	Karolay Briseth Castro Mijas
DIRECTOR	**AUTOR**
C.I. 1104166879	C.I.: 1900884774

Declaración juramentada

Loja, octubre 2021

Nombres: Karolay Briseth

Apellidos: Castro Mijas

Cédula de Identidad: 1900884774

Carrera: Diseño Gráfico

Semestre de ejecución del proceso de titulación:

Tema de proyecto de investigación de fin de carrera con fines de titulación:

"DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE MATERIAL GRÁFICO, PARA PROMOVER EL TRATAMIENTO A CORTO PLAZO DE JÓVENES Y ADULTOS QUE SUFREN SÍNTOMAS MODERADOS A GRAVES DE ANSIEDAD CON DEPRESIÓN EN LA CIUDAD DE YANTZAZA, EN EL PERIODO ABRIL – OCTUBRE 2021."

En calidad de estudiante del Instituto Tecnológico Superior Sudamericano de la ciudad de Loja;

Declaro bajo juramento que:

1. Soy autor del trabajo intelectual y de investigación del proyecto de fin de carrera.

2. El trabajo de investigación de fin de carrera no ha sido plagiado ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.

3. El trabajo de investigación de fin de carrera presentado no atenta contra derechos de terceros.

4. El trabajo de investigación de fin de carrera no ha sido publicado ni presentado anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.

5. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falsificados, ni duplicados, ni copiados. Las imágenes, tablas, gráficas, fotografías y demás son de mi autoría; y en el caso contrario aparecen con las correspondientes citas o fuentes.

Por lo expuesto; mediante la presente asumo frente al INSTITUTO cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del trabajo de investigación de fin de carrera.

En consecuencia, me hago responsable frente al INSTITUTO y frente a terceros, de cualquier daño que pudiera ocasionar al INSTITUTO o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causa en el trabajo de investigación de fin de carrera presentada, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello.

Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para EL INSTITUTO en favor de terceros por motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido del trabajo de investigación de fin de carrera.

De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo de investigación haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente

dispuesta por la LOES y sus respectivos reglamentos y del Instituto Tecnológico Superior Sudamericano de la ciudad de Loja.

……

Karolay Briseth Castro Mijas

C.I.: 1900884774

Índice

Certificación II

Autoría III

Dedicatoria IV

Agradecimiento V

Acta de Cesión de Derechos VI

Declaración juramentada VIII

1. Resumen 16

2. Abstract 17

3. Problematización 18

4. Tema 20

5. Justificación 21

6. Objetivos 23

6.1 General: 23

6.2 Específicos: 23

7. Marco teórico 24

7.1 Marco referencial 24

7.1.1 Yantzaza 24

7.1.2 Límites y división política 26

7.1.3 Reseña histórica 27

7.2 Marco conceptual 28

7.2.1 Temas de investigación 28

7.2.2 Temas de diseño 33

8. Metodología 54

8.1 Métodos de investigación 54

8.1.1 Método fenomenológico 54
8.1.2 Método Hermenéutico 54
8.1.3 Método Práctico Proyectual 55
8.1.4 Determinación de la muestra 56
8.2 Técnicas de investigación 58
8.2.1 Observación: 58
8.2.2 Entrevista: 58
8.2.3 Encuesta: 58
9. Análisis y tabulación de resultados de la observación 60
9.1 Observación 60
9.2 Entrevista 61
9.3 Encuesta 65
10. Propuesta de acción 75
10.1. Introducción 75
10.2 Objetivos publicitarios: 75
10.3 Público objetivo 76
10.4 Análisis de la situación actual 76
10.5 Mensaje que se desea transmitir 77
10.6 Creación de marca 78
10.6.1 La Marca 78
10.6.2 Conceptualización 78
10.7 Construcción y aplicación 79
10.7.1 Modulación 79
10.7.2 Área de protección 80
10.7.3 Tamaño mínimo de reproducción 80

10.7.4 El color 81
10.7.5 Aplicaciones cromáticas 82
10.7.6 Tipografía 82
10.8 Estrategia de medios 83
10.9 Diseño de artes para redes sociales 84
10.10 Diseño del tríptico 87
10.11 Video para las redes sociales 88
10.12 Cronograma del plan de contenidos 90
10.12.1 Evidencia de contenido 93
11. Conclusiones 95
12. Recomendaciones 96
13. Bibliografía 97
14. Anexos 101
14.1 Certificado de aprobación del proyecto de investigación de fin de carrera 101
14.2 Certificado de implementación del proyecto 102
14.3 Certificado de aprobación del Abstract 103
14.4 Cronograma de trabajo 104
14.5 Presupuestos y recursos 107
14.5.1 Materiales básicos 107
14.5.2 Materiales tecnológicos y recurso humano 107
14.5.3 Presupuesto total 108
14.6 Modelo de encuesta y entrevista 109
14.6.1 Encuesta 109
14.6.2 Entrevista 112
14.6.3 Evidencias 113

Índice de Figuras

Figura 1 Ciudad de Yantzaza 24

Figura 2 Ubicación y acceso a Yantzaza..... 27

Figura 3 Enfermedad mental crónica 28

Figura 4 Depresión..... 29

Figura 5 Depresión: ¿Cómo detectarla y conocerla? 31

Figura 6 Mujeres y trastornos de ansiedad..... 32

Figura 7 Depresión y ansiedad en la ciudad de Yantzaza..... 60

Figura 8 Psic. Graciela Ojeda Gamez 61

Figura 9 Gráfico de la tabulación de la pregunta a 65

Figura 10 Gráfico de la tabulación de la pregunta b 66

Figura 11 Gráfico de la tabulación de la pregunta c 67

Figura 12 Gráfico de la tabulación de la pregunta d 68

Figura 13 Gráfico de la tabulación de la pregunta e 69

Figura 14 Gráfico de la tabulación de la pregunta f..... 70

Figura 15 Gráfico de la tabulación de la pregunta g 71

Figura 16 Gráfico de la tabulación de la pregunta h 72

Figura 17 Gráfico de la tabulación de la pregunta i 74

Figura 18 Creación de marca (2021)..... 78

Figura 19 Dimensión de la marca (2021)..... 79

Figura 20 Área de protección en la impresión de la marca (2021) 80

Figura 21 Tamaño mínimo de la marca (2021)..... 81

Figura 22 Colores de la marca (2021)..... 81

Figura 23 Aplicaciones cromáticas (2021). 82

Figura 24 Tipografía (2021). 82

Figura 25 Arte 1 para publicación en redes sociales usada como inicio 84

Figura 26 Arte 2 para publicación en redes sociales (Identificar problemas) 84

Figura 27 Arte 3 para publicar en redes sociales (aliméntate bien) 84

Figura 28 Arte 4 para publicación en redes sociales (Ejercicio físico) 84

Figura 29 Arte 5 para publicación en redes sociales (piensa positivo) 85

Figura 30 Arte 6 para publicación en redes sociales (exprésate) 85

Figura 31 Arte 7 para publicación en redes sociales (indicios y síntomas) 85

Figura 32 Arte 8 para publicación en redes sociales (síntomas del comportamiento) 85

Figura 33 Arte 9 para publicación en redes sociales (síntomas físicos) 86

Figura 34 Arte 10 para publicación en redes sociales (Ejercicio cognitivos) 86

Figura 35 Arte 11 para publicación en redes sociales (síntomas psicosociales) 86

Figura 36 Tríptico publicitario (primera parte) 87

Figura 37 Tríptico publicitario (segunda parte) 87

Figura 38 Mockup del tríptico publicitario 88

Figura 39 Video: cinco consejos para evitar la depresión 88

Figura 40 Página de Instagram 93

Figura 41 Evidencia de la publicación 93

Figura 42 Perfil de la página de Instagram 93

Figura 43 Evidencia de la publicación 93

Figura 44 Perfil de página de Facebook 94

Figura 45 Certificado de aprobación del proyecto de investigación de fin de carrera .. 101

Figura 46 Certificado de aprobación del Abstract 103

Figura 47 Evidencia de la digitalización de la marca. 113

Figura 48 Evidencia de la digitalización del tríptico 114

Figura 49 Evidencia de la digitalización del tríptico final 114

Figura 50 Evidencia de la digitalización de artes (primera propuesta) 115

Figura 51 Evidencia de la digitalización para artes 115

Figura 52 Evidencia de boceto para artes 116

Figura 53 Evidencia de boceto para artes 116

Figura 54 Evidencia de boceto para artes 116

Figura 55 Evidencia de video: cinco consejos para evitar la depresión 116

Figura 56 Evidencia de encuestas 117

Figura 57 Evidencia de resultados de encuestas 117

Figura 58 Evidencia de entrevista 118

Índice de Tablas

Tabla 1 Tabulación de los resultados: Pregunta a 65

Tabla 2 Tabulación de los resultados: Pregunta b 66

Tabla 3 Tabulación de los resultados: Pregunta c 67

Tabla 4 Tabulación de los resultados: Pregunta d 68

Tabla 5 Tabulación de los resultados: Pregunta e 69

Tabla 6 Tabulación de los resultados: Pregunta f 70

Tabla 7 Tabulación de los resultados: Pregunta g 71

Tabla 8 Tabulación de los resultados: Pregunta h 72

Tabla 9 Tabulación de los resultados: Pregunta i (Facebook) 73

Tabla 10 Tabulación de los resultados: Pregunta i (Instagram) 73

Tabla 11 Guion del video: cinco consejos para evitar la depresión 89

Tabla 12 Cronograma de actividades del plan de contenidos 90

Tabla 13 Cronograma de actividades 104

Tabla 14 Presupuestos y recursos: Materiales básico 107

Tabla 15 Presupuestos y recursos: Materiales tecnológicos y recursos humanos 107

Tabla 16 Presupuesto total 108

1. Resumen

La depresión y ansiedad son trastornos mentales que afectan las emociones, causando sentimientos de tristeza y desinterés, por tal motivo esta investigación está enfocada en el diseño e implementación de material gráfico, para promover el tratamiento a corto plazo de jóvenes y adultos que sufren síntomas moderados a graves de ansiedad con depresión en la ciudad de Yantzaza. Para ello se planteó la elaborar de una campaña publicitaria.

Para la ejecución de esta investigación se indago más el tema, sobre; ¿Que es la depresión y ansiedad?, las causas más comunes, etc. Se planteó como objetivo diseñar e implementar material gráfico, mediante diferentes técnicas de ilustración para promover el tratamiento a corto plazo de jóvenes y adultos que sufren síntomas moderados a graves de ansiedad con depresión. Se inicia con una investigación de mercado que consistió en la observación, entrevista y encuesta, para obtener información sobre el mejor método de ilustración y que tipo de publicidad es la más aceptada dentro de este ambiente, para ello se seleccionó dos temas base que fueron; indicios y síntomas de la depresión y ansiedad, 5 consejos sanos para superar la depresión con ansiedad. Los elementos publicitarios elaborados fueron; artes para redes sociales (cadena), tríptico, videoclip, para ellos se elaboró un cronograma de actividades el cual llevaba un orden y organización.

Concluyendo que el material gráfico más recomendado como instrumento de superación y recuperación mental son las artes para redes sociales y trípticos, ya que de esta manera las personas afectadas tomaron consejo de ello y supieron identificarse, así fueron conscientes de que necesitaban ayuda profesional. Además de que fue fácil llamar la atención del público a través de las redes sociales.

2. Abstract

Depression and anxiety are mental disorders that affect the emotions, causing feelings of sadness and disinterest, and currently there are several personal and family problems that have become a social problem, for this reason this research is focused on the design and implementation of graphic material to promote short-term treatment of young people and adults who suffer moderate to severe symptoms of anxiety with depression in the city of Yantzaza and for this, it was proposed the development of an advertising campaign.

For the execution of this research, the topic of depression and anxiety and the most common causes were investigated, and the objective was to design and implement graphic material using different illustration techniques to promote the short-term treatment of young people and adults suffering from moderate to severe symptoms of anxiety with depression. Therefore, for its scope, a market research was started that consisted of observation, interview and survey to obtain information on the topics mentioned, as well as the best method of illustration and what type of advertising is the most accepted within this environment; based on the results, two base themes were selected; signs and symptoms of depression and anxiety, tips to overcome depression with anxiety, and for this, advertising elements such as art for social networks (chain), triptych and a video clip were elaborated. Finally, it is concluded that this advertising campaign was well accepted by the public, due to through the different media used, it attracted the attention of several people who showed their interest to learn more about this mental illness. Additionally, this work also had an excellent impact since through the various elements used it has led to raise awareness about the issue and to be more empathetic with those who suffer from these mental disorders.

3. Problematización

La depresión es una enfermedad frecuente en todo el mundo, según la investigación realizada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) se calcula que afecta a más de 300 millones de personas, esta destaca como un trastorno metal que se da fundamentalmente por un bajo autoestima propia con factores destacados en la tristeza y el estado de ánimo, que sin la ayuda necesaria conlleva al suicidio, cada año se suicidan cerca de 800 000 personas, y es la segunda causa de muerte en el grupo etario de 15 a 29 años. (Rodriguez Rangel, 2018).

Según esta información, el porcentaje de las personas que se suicidan cada año es muy elevado y está presente en adolescentes desde muy corta edad, por distintos factores, pero los más comunes son los problemas familiares que no solo son enfocados en la pareja, sino que también se refieren a los problemas tales como los enfrentamientos de padre o madre hacia sus hijos, entre hermanos, abuelos o familias políticas.

La investigación realizada por la Organización Panamericana y Mundial de la Salud (OPS/OMS), nos informa que Ecuador está entre los cinco países con más discapacidad por depresión. Entre los 19 a 59 años son las edades en las que más se registraron personas que fueron atendidas por episodios depresivos con el 73,5% de los casos. El número de psicólogos y psiquiatras creció 1451 desde el 2005 al 2015, en ese mismo año 1.073 personas se suicidaron (INEC, 2015).

Para un periodo de tiempo este crecimiento es brutal, porque no se toman las medidas necesarias para controlar la depresión y el suicidio, al pasar del tiempo estas

cifran van aumentando y aun no las pueden controlar, la depresión en estos tiempos de pandemia se ha elevado mucho más que en años anteriores.

Adriana Acaro, responsable de la Unidad de Salud Mental del Distrito de Salud Yacuambi-Zamora, explica que existen dos síntomas que pueden indicar que una persona (Vélez Reyes, 2017) está deprimida, el estado de ánimo triste y la pérdida de interés en realizar actividades. (Hora, 2017). Estos síntomas son fáciles de identificar ya que el estado de animo de una persona es muy visible, y se nota cuando pasa el mayor tiempo triste, así mismo si se pierde el interés por actividades que se realizaban con naturalidad, aunque estos parezcan pequeños problemas, no lo son, estos van creciendo y aumentan las probabilidades de que una persona piense en el suicidio, para ese mismo año se registraron 18 casos en la provincia.

En Yantzaza, entre los años 2014 – 2020 se pudo visualizar un gran intento de suicidios por distintos jóvenes de 16 a 20 años, los cuales fueron atendidos por el servicio de emergencia del Hospital Básico de Yantzaza, estos actos tuvieron diversas causas de origen psicológico, entre los que destacan; maltratos, consumo de alcohol y drogas, violencia intrafamiliar

Delimitar el Problema a la falta de comunicación y apoyo familiar, conlleva a jóvenes y adultos a cuadros de depresión y suicidios en la ciudad de Yantzaza en el periodo abril – octubre de 2021.

4. Tema

Diseño e implementación de material gráfico, para promover el tratamiento a corto plazo de jóvenes y adultos que sufren síntomas moderados a graves de ansiedad con depresión en la ciudad de Yantzaza, en el periodo abril – octubre 2021.

5. Justificación

A nivel académico este trabajo es un requisito para obtener el título profesional de tercer nivel en Diseño Gráfico y Publicidad en el ISTS. Aportando con gran desempeño y experiencia, en la formación académica, ya que se obtiene conocimientos laborales y personales, informándose a su vez problemas reales que suceden en el entorno y en muchos casos se dará el conocimiento cuando sea necesario para afrontar las dificultades de la vida cotidiana.

En lo personal se ha elegido este tema como instrucción propia y aporte a la sociedad dando ayuda motivacional e informando, debido a que la falta de comunicación y apoyo familiar es un tema que se ve muy afectado hoy en día, es por eso que jóvenes y adultos toman malas decisiones entrando en depresión y a su vez pensando en suicidio, para aquellos que llevan tiempo con este problema tienen más dificultades para iniciar su recuperación mental y cuando no cuentan con alguna ayuda terminan de la peor manera.

Al trabajar con este tema se podrá contribuir a una posible solución o ayuda, desde una perspectiva visual diferente, los temas de suicidio y depresión no son iguales para todos, cada una tiene una forma particular de desenvolverse dentro de los individuos. Esto se debe al temor de ser juzgados por otras personas y lo que se pueda decir de ellos, la poca importancia a este grave tema es lo que ha afectado más a la sociedad causando algunos daños psicológicos irreparables.

Dentro de lo social se podrá aportar un nuevo enfoque de cómo combatir este tipo de problemas sociales y a su vez, cómo abordarlos desde una perspectiva más atrayente visualmente para el público, obteniendo resultados comprometedores a la hora de aplicar

dicho tratamiento, que surge de la necesidad motivacional y la poca importancia que recibe este grande problema, ya que esto se basa en el comportamiento de jóvenes y adultos, para que padres puedan entender y apoyar a sus hijos y los hijos puedan entender a sus padres. De esta manera este tema de investigación tendrá un gran aporte a la sociedad, porque se pretende que esto se pueda implementar en la biblioteca tanto física como virtual del ISTS, beneficiando a todos aquellos que deseen usarlo.

6. Objetivos

6.1 General:

Diseñar e implementar material gráfico, mediante diferentes técnicas de ilustración para promover el tratamiento a corto plazo de jóvenes y adultos que sufren síntomas moderados a graves de ansiedad con depresión.

6.2 Específicos:

Investigar sobre los factores que causan la poca comunicación familiar mediante la aplicación de encuestas y entrevistas a jóvenes y adultos de la "ciudad de Yantzaza" con el fin de conocer sobre los orígenes de esta enfermedad.

Conocer las diferentes técnicas de ilustración mediante la recopilación de artículos bibliográficos, para empezar a diseñar artes que se usaran dentro de la publicidad, basándose en un concepto de la depresión con ansiedad.

Elaborar material gráfico mediante técnicas de diseño, y recopilación de información de investigación y elección de una gama cromática, para usarlo como instrumento de ayuda en la recuperación y superación mental.

7. Marco teórico

7.1 Marco referencial

7.1.1 Yantzaza

Yantzaza está ubicado en la provincia de Zamora Chinchipe, su nombre es de origen shuar, compuesto de dos términos Yantsa es: luciérnaga, y entsa es: quebrada o río, dando así un significado de "Valle de las Luciérnagas". Yantzaza constituye para Zamora Chinchipe, la región amazónica y el país un patrimonio inagotable de maravillas naturales y turísticas muchas de ellas aún no conocidas. Con la construcción de la troncal amazónica para Yantzaza se le abren las puertas al turismo nacional e internacional, sus características de ciudad moderna, la calidad de su gente, sus cascadas, ríos (balnearios naturales) bosque, flora y fauna exótica hacen que este pueblo sea muy acogedor. Las etnias indígenas Saraguro y el pueblo Shuar, son los componentes de la interculturalidad de esta comarca. (EcuaRed, 2019)

Figura 1

Ciudad de Yantzaza

Fuente: (Turismo, 2021)

7.1.1.1 ¿Qué debes saber?

Según datos del área turística, a Yantzaza llegan 10 mil visitantes al año para disfrutar de su clima, flora, fauna y cascadas. Por ser un cantón amazónico existe infinidad de anfibios, reptiles, osos de anteojos, venados, tucanes andinos y aves como colibríes, loros, águilas y pájaros.

Uno de los atractivos que sobresale en este cantón es la "Cueva del Oso", donde se observa la formación de estalactitas y estalagmitas. También están las cerca de 20 cascadas, entre ellas "Los Seiques" donde se puede realizar rappel y La Isabela que sirve como espacio para investigaciones arqueológicas.

7.1.1.2 Artesanía

En este cantón, la producción de textiles con hilo de seda es una alternativa económica que implementó la familia Morales-Iñiguez en el barrio Quiringue, de la parroquia "Los Encuentros" a 10 kilómetros de Yantzaza. Ellos obtienen del gusano de seda el hilo, fibra deseada por su elegancia y calidad. Elaboran bufandas, guantes y chales.

7.1.1.3 Flora y fauna

El cantón presenta una amplia gama de especies en cuanto a flora y fauna se refiere. Especies madereras de alto valor comercial como el guayacán, pituca, yumbingue, almendro, laurel, romerillo, cedro, bellamaria, etc., utilizadas en la ebanistería y la construcción se pueden hallar dentro de la circunscripción cantonal.

Se puede disfrutar de sus especies de árboles frutales, principalmente en estado silvestre como guaba, membrillo, granadilla, maní, uva, entre otras. Destaca además la variedad de

flores, en los que las orquídeas de variopintas clases destacan. Entre las especies animales más representativas destacan el tigre, la danta, venados, armadillos, jabalíes, osos, monos, yamalas, guatusas entre otras.

El reciente hallazgo de fósiles de conchas marinas en la avenida Iván Riofrío, principal avenida de la ciudad, es una importante atracción turística para locales y extranjeros.

7.1.1.4 Economía

Yantzaza es el principal centro económico, comercial, y la segunda ciudad más poblada de la provincia, sus habitantes son carismáticos y amables, gustosos de recibir a sus turistas y hacerlos sentir como en casa, gustosos de estar en este hermoso cantón, sus fiestas la celebran todo el mes de febrero.

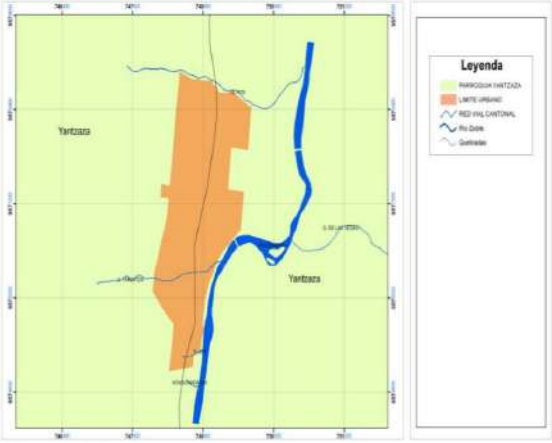
Las actividades relacionadas con la acuacultura comercial han provocado que en los ríos Zamora y Nangaritza especies de tilapia y carpa se reproduzcan en sus cauces, debido a la carencia de las medidas preventivas desde los estanques piscícolas familiares.

7.1.2 Límites y división política

Limita al norte con los cantones El Pangui y Gualaquiza de la provincia de Morona Santiago, al sur con los cantones Centinela del Cóndor y Paquisha, al este con los límites internacionales del Perú y al oeste con los cantones Zamora y Yacuambi. El cantón Yantzaza se divide en 2 parroquias rurales: Chicaña y Los Encuentros y una parroquia urbana: Yantzaza Tiene una extensión territorial de 791 Km2. (UNL, 2019)

Figura 2

Ubicación y acceso de Yantzaza



Fuente: (UNL, 2019)

7.1.3 Reseña histórica

Por el año de 1953 ya habían ingresado a estos sitios los Sres.: Ángel Sarango, Ramón Sarango y Pancho Tinitana, quienes vivían en las inmediaciones entre Zumbí y Yantzaza. El valle ocupado por los Shuaras era rico en especies salvajes para la casa y la pesca, esto hizo que bajaran todos los domingos a la choza de Don Jacinto Quezada la misma que se ubicaba en los terrenos que hoy pertenecen al Instituto Técnico Superior "Primero de Mayo".

Nació a manera de conversación la idea de crear un barrio, construir una cancha de vóley, los implementos como la red y el balón los conseguirían los individuos mencionados, ya que constantemente salían a Loja y otras ciudades, en uno de estos viajes que cualquiera realizará, trataría de obtener los artículos anhelados por los cuatro colonos indicados.

7.2 Marco conceptual

7.2.1 Temas de investigación

7.2.1.1 La enfermedad mental crónica

La enfermedad mental crónica se caracteriza por las dificultades que tiene la persona para llevar una vida completamente independiente. Según Rodríguez, el término Paciente o Enfermo Mental Crónico es utilizado para definir a un extenso y difuso grupo de pacientes que sufren una enfermedad mental grave de larga duración. (Rodríguez A. , 2013)

Figura 3

Enfermedad mental crónica.

Fuente: (Margarit, 11)

La enfermedad mental crónica conlleva a que una persona tenga limitaciones y no pueda desarrollarse como una persona normalmente lo haría, esto quiere decir que tendrá muchas complicaciones en su vida cotidiana, la EMC es una dificultad mental que sucede en un aislamiento dentro de la cabeza de las personas, teniendo una corta y larga duración, esto depende del daño psicológico que la persona afectada tenga.

La EMC (Enfermedad Mental Crónica) conlleva limitaciones y afectaciones importantes en quien la padece en aspectos vitales tan importantes como el autocuidado, la autonomía personal, el control de la conducta, la capacidad de tener iniciativa y motivación, el funcionamiento social y laboral, acceso a los servicios de salud, el uso y disfrute del tiempo libre. (Instituto de Mayores y Servicios Sociales , 2007).

7.2.1.2 ¿Qué es la depresión?

Figura 4

Depresión

Fuente: (La Vanguardia, 01)

La depresión es un trastorno emocional que causa un sentimiento de tristeza constante y una pérdida de interés en realizar diferentes actividades. También denominada «trastorno depresivo mayor» o «depresión clínica», afecta los sentimientos, los pensamientos y el comportamiento de una persona, y puede causar una variedad de problemas físicos y emocionales. Es posible que tengas dificultades para realizar las actividades cotidianas y que, a veces, sientas que no vale la pena vivir.

Más que solo una tristeza pasajera, la depresión no es una debilidad y uno no puede recuperarse de la noche a la mañana de manera sencilla. La depresión puede requerir tratamiento a largo plazo. La mayoría de las personas con depresión se sienten mejor con medicamentos o con psicoterapia.(Mayo Clinic, 2018).

7.2.1.3 Los síntomas de depresión

- Arrebatos de enojo, irritabilidad o frustración, incluso por asuntos de poca importancia, sentimientos de tristeza, ganas de llorar, vacío o desesperanza.
- Falta de apetito y adelgazamiento, o más antojos de comida y aumento de peso.
- Ansiedad, agitación o inquietud, lentitud para razonar, hablar y hacer movimientos corporales, sentimientos de inutilidad o culpa, fijación en fracasos del pasado o autorreproches.
- Dificultad para pensar, concentrarse, tomar decisiones y recordar cosas. Pensamientos frecuentes o recurrentes sobre la muerte, pérdida de interés o placer por la mayoría de las actividades, como las relaciones sexuales, los pasatiempos o los deportes.
- Problemas físicos inexplicables, como dolor de espalda o de cabeza, alteraciones del sueño, como insomnio o dormir demasiado. Cansancio y falta de energía. (Mayo Clinic, 2018).

Según la investigación realizada por la clínica Mayo Clinic, la depresión es un trastorno emocional, lo cual nos quiere decir, que se da en la cabeza de todas las personas afectando a unas con mayor intensidad, para tener una recuperación intervienen los medicamentos o la psicoterapia.

Figura 5

Depresión: ¿Cómo detectarla y conocerla?

Fuente: (Margarit, 11)

7.2.1.4¿Qué es la ansiedad?

La ansiedad va más allá de un trastorno mental este interviene en el cuerpo, la mente genera los síntomas y el cuerpo las siente, estos suelen ser temporales pero la frecuencia con los que se presenta va cambiando, al principio es poco, pero según pasa el tiempo y si no se recibe ayuda médica puede afectar a un más a la persona.

> La ansiedad es un sentimiento de miedo, temor e inquietud. Puede hacer que sude, se sienta inquieto y tenso, y tener palpitaciones. Puede ser una reacción normal al estrés. Por ejemplo, puede sentirse ansioso cuando se enfrenta a un problema difícil en el trabajo, antes de tomar un examen o antes de tomar una decisión importante. Si bien la ansiedad puede ayudar a enfrentar una situación, además de darle un impulso de energía o ayudarle a concentrarse, para las personas con trastornos de ansiedad el miedo no es temporal y puede ser abrumador. (MedlinePlus, 2021)

Figura 6

Mujeres y trastornos de ansiedad.

Fuente: (Castro, 2018)

7.2.1.5 Síntomas de la ansiedad

Los signos y síntomas de la ansiedad más comunes incluyen los siguientes:

- Sensación de nerviosismo, agitación o tensión, peligro inminente, pánico o catástrofe. Aumento del ritmo cardíaco, respiración acelerada (hiperventilación). Ademas de padecer problemas gastrointestinales (GI).
- Sudoración, temblores, sensación de debilidad o cansancio,
- Problemas para concentrarse o para pensar en otra cosa que no sea la preocupación. (Mayo Clinic, 2018).

7.2.2 Temas de diseño

7.2.2.1 ¿Qué es el color?

Sensación visual producida al incidir en la retina los rayos luminosos difundidos o reflejados por los cuerpos. Es función a la vez de la fisiología del ojo y la corteza visual, de la luz iluminante y las propiedades de los objetos.

Ejemplos de estos serían:

- Color natural de la tez humana.
- Sustancias preparadas para pintar o para dar a las cosas un tinte determinado.
- El artificial con el que las mujeres suelen pintarse las mejillas y los labios. (MEDIASAT GROUP, 2004).

7.2.2.2 Tendencias del color

- **Monocromático.** El estilo monocromático con varios tonos del mismo color.
- **Neón.** Los colores neón son atrevidos y requieren de personalidad para ser utilizados.
- **Neutrales.** Los tonos neutrales son clásicos y nunca pasan de moda.
- **Tonos tierra.** Los tonos tierra son atractivos porque nos conectan con la naturaleza. Pueden ser calmantes y relajantes, y dar sensación de confianza. (Bellet, 2020).

El color es una experiencia generada por los sentidos debido al fenómeno de la emisión de luz la cual es reflejada por los cuerpos, Según la investigación de Bellet, estas tendencias son las que más sobresalen actualmente y que en el mercado las personas optan por adquirir ya sea productos o servicios que dentro de su elaboración y presentación usen estos estilos llamativos.

7.2.2.3 ¿Qué es la ilustración digital?

La ilustración digital es un trabajo creativo apoyado en las tecnologías informáticas y programas de diseño. Al igual que una ilustración tradicional, debe mantener un objetivo; el cual es describir un espacio o personaje, contar una historia, vender un producto, o explicar algo; con el fin de obtener una retroalimentación por parte de quien lo observa.

> Actualmente, las ilustraciones tienen mayor auge dentro de las redes sociales, que es donde se hace viral el contenido y se comparte; y gracias a las nuevas tecnologías se puede combinar la modernidad con la creatividad. Nosotros somos la mente creativa de la que nace la idea, la imagen, el concepto. A cambio, el ordenador tiene a su favor la infinidad de posibilidades que nos permiten trabajar de forma rápida, limpia y ahorrando pasos laboriosos. (UMAD, 2020).

7.2.2.4 ¿Para qué se utiliza la ilustración digital?

- En el diseño gráfico, se usa para potenciar mensajes, para elaborar imágenes del producto, para aportar valor o incluso en diseño de producto.
- Incluso los materiales promocionales que utilicemos. Por ejemplo, podemos utilizarlas para aportar valor a calendarios corporativos, revistas, etc.
- En la creación de marcas (o branding), también tiene su relevancia. Existen muchas empresas que utilizan ilustraciones en lugar de los tradicionales logos.
- También se pueden elaborar materiales publicitarios a partir de una ilustración digital. Cualquier tipo de folleto, tríptico, o cartel que incluya una resultará bastante más vistoso y original.

- En diseño web, juega un papel especialmente interesante. Sabemos que hoy en día todo el mundo tiene presencia en internet, por lo que destacar entre la competencia es especialmente complicado. Por eso, se premia la originalidad y los contenidos únicos, y una web que aproveche las ilustraciones para diferenciarse es una web que los usuarios recuerden.
- Incluso podemos dedicarnos profesionalmente a vender nuestras propias ilustraciones, puesto que serán productos originales. (ESDESIGN, 2019).

La ilustración digital hoy en día está muy valorada debido a que los tiempos van cambiando y las nuevas generaciones modernas realizan todo por internet, mientras más viral sea el contenido de una empresa más público tendrá, la ilustración digital es usada dentro de muchos campos de trabajo creativo y laboral, tales son los innumerables estilos usado para ello, pero donde más se puede apreciar esta introducción es dentro del diseño gráfico, la publicidad de una empresa determina el área y la posición en la que se encuentra, mientras más conocido sea un producto o servicio, más éxito tendrá la empresa de destacar de las demás, atribuyendo a esto lo que llamamos una identidad corporativa y el impacto visual.

7.2.2.5 Técnicas de la ilustración tradicional

- Dibujo
- Técnicas de impresión.
- Tinta.
- Rotuladores.
- Lápices de color.
- Pastel.
- Acuarela.
- Pintura acrílica.
- Pintura al óleo.
- Collage. (ARTIUM, 2003)

Las técnicas de ilustración tradicional son diversas ya que dentro de ellas podemos encontrar varios temas expuestos todo depende de la creatividad y el esfuerzo, además del tipo de contenido y a quién está dirigido el trabajo, pues así será fácil realizar de forma manual el contendido una vez se tenga las ideas claras.

7.2.2.6 ¿Qué es Photoshop?

> Photoshop es el nombre popular de un programa informático de edición de imágenes. Su nombre completo es Adobe Photoshop y está desarrollado por la empresa Adobe Systems Incorporated. Funciona en los sistemas operativos Apple Macintosh y Windows. En la cultura popular se utiliza esta palabra para referirse también al 'retoque digital de una imagen". Por ejemplo: "En esta foto se han pasado con el Photoshop". (Significados, 2019)

El programa de adobe Photoshop es una herramienta de trabajo muy útil y práctico, ya que dentro de este programa podemos personalizar nuestra área de trabajo, teniendo varias opciones de pinceles tipos de colores, y todo lo básico que podemos encontrar en cualquier programa de ilustración digital.

7.2.2.7 ¿Qué son las redes sociales?

Las redes sociales son plataformas digitales formadas por comunidades de individuos con intereses, actividades o relaciones en común (como amistad, parentesco, trabajo). Las redes sociales permiten el contacto entre personas y funcionan como un medio para comunicarse e intercambiar información.

7.2.2.8 Tipos de redes sociales

Las redes sociales se pueden clasificar en dos tipos:

- Redes sociales horizontales o genéricas.
- Redes sociales verticales. (Raffino M. E., 2020).

Las redes sociales son una herramienta publicitaria muy útil hoy en día, como para informarnos y contactar a familiares que se encuentran lejos de nuestro hogar, tienen muchas utilidades, y varias personas las usan como fuentes de ingreso para ganar dinero.

7.2.2.9 Publicidad y sus tipos

La publicidad es una forma de comunicación impersonal y de largo alcance que es pagada por un patrocinador identificado para informar, persuadir o recordar a un grupo objetivo acerca de los productos, servicios, ideas u otros que promueve, con la finalidad de atraer a posibles compradores, espectadores, usuarios, seguidores u otros. (Thompson, 2005).

- Publicidad en el producto
- Publicidad institucional
- Publicidad de relaciones públicas
- La publicidad social
- La publicidad subliminal (Fischer Laura, Espejo Jorge).

En la publicidad representamos la imagen de cómo presentaremos ya sea nuestro producto o servicio y de la identidad corporativa de una empresa, interna y externamente, para ello debemos utilizar los diferentes tipos de publicidad para llegar a diferentes usuarios y proveedores.

8. Metodología

8.1 Métodos de investigación

Los métodos de investigación para determinar el correcto proceso de este proyecto son los siguientes:

8.1.1 Método fenomenológico

"El método fenomenológico es la disminución de todo el conjunto de experiencias a la conciencia de las vivencias más genuinas. Pues este método se detiene en la experiencia y no presupone al mundo más allá de la experiencia." (Guillen, 2019)

Para realizar la primera parte del proyecto nos apoyamos en un método fenomenológico que inicia con la investigación sobre los factores que causan la poca comunicación y apoyo familiar, continúa con una observación sobre el origen de la depresión y suicidio y termina con un análisis sobre el mejor método para elaborar material gráfico emotivo.

8.1.2 Método Hermenéutico

"El método hermenéutico corresponde a una técnica de interpretación de textos, escritos u obras artísticas de distintos ámbitos. Su propósito principal es servir de ayuda en el área comprensiva de un texto." (Rodríguez D. , 2019)

La segunda parte del proyecto se realiza mediante el método hermenéutico inicialmente con la comprensión de las bibliografías sobre las técnicas de ilustración

aplicadas en tratamientos, seguidamente relacionar los conocimientos encontrados al respecto y finalmente redactar por escrito la información obtenida.

8.1.3 Método Práctico Proyectual

"Definimos metodología proyectual como el conjunto de procedimientos utilizados durante un proceso de trabajo para resolver un problema de diseño. Requiere habilidades y conocimientos específicos; según los distintos autores podemos reconocer distintas etapas en las cuales se emplean herramientas que permiten un desarrollo lógico y creativo en la toma de decisiones." (UDE, s.f.)

Finalmente, la tercera parte se desarrolla en el contexto del método Práctico – Proyectual que inicia con el desarrollo del material gráfico basado en técnicas de diseño usando como instrumento sobre la recuperación y superación mental, continúa con la descripción de los beneficiarios, cronograma de actividades, recursos, formas de evaluación y termina con la defensa ante el tribunal de grado y autoridades del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano.

8.1.4 Determinación de la muestra

Para conseguir el tamaño de muestra se tomó el universo de población de los habitantes de la ciudad de Yantzaza con un total de 18.675 habitantes

- **Ejercicio de proyección de la población**

F año actual = 2021

F año base = 18.675

1 = constante

$i = 2$

$n = 11$

$$F\ año\ actual\ = F\ año\ base(\ 1\ +\ i)^n$$

$$2021 = 18.675\ (\ 1 + 2\%\ )^{11}$$

$$2021 = 18.675\ (\ 1 + (2\ \div 100\ )\ )^{11}$$

$$2021\ = 18.675\ (\ 1 + 0.02\ )^{11}$$

$$2021\ = 18.675\ (\ 1.02\ )^{11}$$

$$2021\ = 18.675\ (\ 1.24\ )$$

$$2021\ = 23.157$$

- **Ejercicio de muestreo**

n: tamaño de la muestra

Z: Nivel de confianza (1,96%)

p: Probabilidad que pase (0,5)

q: Probabilidad que no pase (0,5)

e: Error Muestral (0,05)

N: 23.157 (Población Total)

$$\boldsymbol{n = \frac{N \times Z^2 \times p \times q}{(N-1)\, e^2 + Z^2 p.q}}$$

$$n = \frac{23.157 \times (1{,}96)^2 \times 0{,}5 \times 0{,}5}{(23.157-1)(0{,}05)^2 + (1{,}96)^2 \times 0{,}5 \times 0{,}5}$$

$$n = \frac{(23.157)(3{,}84)(0{,}25)}{(23.156)0{,}0025 + 3{,}84(0{,}25)}$$

$$n = \frac{23157(0.96)}{57.89 + 0.96}$$

$$n = \frac{22{,}230.72}{58.85}$$

$$\boldsymbol{n = 377{,}75 = 378}$$

8.2 Técnicas de investigación

8.2.1 Observación:

En todo principio científico, la observación consiste en confrontar el fenómeno que se desea comprender y describirlo, tomar nota de sus peculiaridades, de su entorno, detallar. (Ruffino, 2020)

Esta técnica es aplicada para observar y describir los tipos de materiales gráficos y medios más utilizados dentro de la ciudad de Yantzaza, por los cuales se dan a conocer las causas que generan la depresión y ansiedad en la población.

8.2.2 Entrevista:

Consiste en hacerle preguntas directamente al sujeto o los sujetos de estudio, generalmente en un lugar aislado, para ser procesada estadísticamente o mediante otros métodos, para obtener una verdad. (Ruffino, 2020)

La entrevista se enfocará en aclarar dudas dentro de los temas de depresión y ansiedad, para ello se apoyará en la ayuda de la Psicóloga Graciela Ojeda Gámez, de esta manera se podrá determinar las causas principales de esta enfermedad.

8.2.3 Encuesta:

Semejantes a la entrevista, tienen lugar en el campo donde se encuentran los sujetos de estudio, pidiendo a un número definido de personas que respondan a una serie de preguntas y con esa información se construyen datos porcentuales, aproximaciones estadísticas y se obtienen conclusiones. (Ruffino, 2020)

Esta encuesta es una serie de preguntas, la cual se realizará a 390 jóvenes y adultos, se aplicará con una determinada muestra, con el fin de obtener información para apoyar y resolver la falta de comunicación y apoyo familiar que conllevan a jóvenes y adultos a cuadros de depresión con ansiedad en la ciudad de Yantzaza.

9. Análisis y tabulación de resultados de la observación

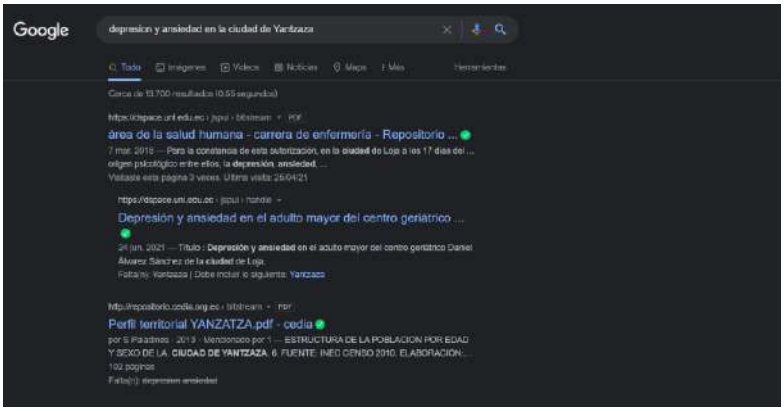
Con la ayuda de la observación, entrevista y encuesta se presentará a continuación las tablas y gráficos que corresponden a la información recolectada para la elaboración de material gráfico para promover el tratamiento a corto plazo de jóvenes y adultos que sufren síntomas moderados a graves de ansiedad con depresión en la ciudad de Yantzaza.

9.1 Observación

El material gráfico con el que se ha trabajado en estos últimos años con respecto a estos trastornos mentales, es prácticamente nulo, ya que si realizamos una prevé investigación por medios de redes más comunes como lo son internet y Facebook, no se encuentra mucho material gráfico publicitario informativo o preventivo, normalmente se usan para dar noticias o mensajes de personas que ha perdido la vida o que están padeciendo este problema a un nivel muy avanzado. En consideración las redes que tienen una mayor posibilidad y que están en constante uso son Facebook e Instagram.

Figura 7

Depresión y ansiedad en la ciudad de Yantzaza



Fuente: Captura de pantalla de Google, búsqueda normal sobre depresión y ansiedad.

9.2 Entrevista

Psic. Graciela Ojeda Gamez

Departamento de Psicología del Centro de Ciencias de Sinaloa - México

Figura 8

Psic. Graciela Ojeda Gamez

- **¿Por qué una persona depresiva tiende a sentirse culpable cuando todo sale mal?**

La depresión es un trastorno, una enfermedad mental, cuando se habla de depresión se debe puntualizar muy bien, entender que debe tener un diagnóstico de por medio, después de haber hecho pruebas. Entonces cuando las personas con depresión se sienten culpables, puede ser por dos razones; la primera puede ser un delirio, al pensar

que algunas cosas externas y ajenas a la persona suceden por su culpa, se entiende que está muy fuera de la realidad pensar que algo tan grande lo pudo ocasionar esa persona, esa es la primera razón, la segunda; se puede dar por la culpa, culpa de no poder salir, no tener ganas de nada, de sentirse cansados, no cumplir las expectativas de los padres, por no tener buenas calificaciones, pero más que nada se da por no cumplir una expectativa de lo que se debe hacer y a veces se agrega la impotencia de no poder hacer algo, entonces se puede decir que se da por los delirios o por algo más conceptual que es por la culpa de estar enfermo y no poder hacer algo.

- **¿Cuáles son las causas más comunes por las que se presenta la depresión?**

Eso obedece al lugar donde se está ubicado, es decir que no serían los mismos motivos y niveles de una ciudad o país a otro, pero suelen ser tres factores que son; temperamentales, culturales y genéticas – físicas.

Entonces los temperamentales van más de la mano a la personalidad en sí de la persona, hay personas que desde que nacen tienden a ser más negativas, positivas o neutrales, dependiendo a la genética ya que esto también afecta el temperamento de la persona. En los contextuales hablamos de personas que la ha pasado muy mal en la pandemia con depresión y ansiedad por no poder salir o debido a una pérdida muy grande de un familiar que falleció y no se trató o se superó, y las genéticas – físicas suelen estar asociadas a la herencia, es decir que si en una familia hubo hace años atrás una persona quien sufrió depresión o padeció alguno de estos trastornos, la nueva generación, pueda estar afectada con esta misma enfermedad, además de tener crisis emocionales, existenciales, etc.

- **¿Cree usted que implementar material gráfico informativo apoyaría a los pacientes que sufren de depresión?**

Si ayudaría, de manera que las personas al ver o leer se den cuenta de los síntomas que presentan inconscientemente, además de saber con qué especialistas se puede tratar esta enfermedad. Pero más que nada para informarse sobre lo que es y porque se causa, pero no se debe usar para hacerse tratar, para ello se necesita un especialista experto en el área.

- **¿Qué tipo de material gráfico considera usted el más conveniente como medio informativo para evitar o lidiar con la depresión?**

Los libros ilustrados son una buena idea, además de carteles ya que, de esta manera, las personas que se identifiquen al ver esta información sientan que no están solos, los posters informativos, también flyers. Ilustraciones digitales, por ejemplo, las denuncias sociales que algunos ilustradores se dedican en su tiempo libre a hacer, como los comics cortos, representar alguna noticia, etc. Y obviamente también usar redes sociales abarcando todos los temas anteriores.

- **¿Qué tipo de información consejos o recomendaciones le daría usted a las personas para evitar que caigan en depresión?**

Esta pregunta es un poco difícil de contestar, ya que algunas veces no depende de los buenos consejos o de las buenas intenciones que tenga una persona hacia otra, pero podríamos decir que alguna recomendación buena seria, aprender a controlar nuestras emociones desde una temprana edad, aprender cosas nuevas para superar dificultades que se presenten en la vida, rodearse de personas de bien y que aporten de manera constructiva

en el desarrollo, también se puede hacer ejercicio, crear hábitos sanos, tener la mente abierta a que algún día pueda padecer de esta enfermedad ya que es algo que existe. Además de buscar ayuda en caso de padecer este trastorno, con un especialista, psicólogo, psiquiatra, mínimo con un médico que ayude con un análisis para saber si lo que se sufre es mental, entonces es importante la atención médica y psicológica.

- **¿Piensa usted que este tipo de información mediante material gráfico tendrá un efecto positivo en las personas a futuro?**

Si, ya que actualmente ya tienen ese efecto debido a que, si se le da importancia, no tanto como se debería, pero si tenemos un libre acceso a tener una cita psicológica para poder tratar esta enfermedad, ya que de esta manera se pueden identificar y/o reconocer algunos síntomas

9.3 Encuesta

a) ¿Tiene usted claro el concepto de lo que es la depresión?

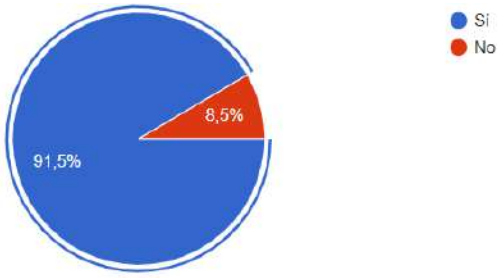
Tabla 1

Tabulación de los resultados: Pregunta a

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
si	357	91,5%
no	33	8,5%
Total	390	100%

Figura 9

Gráfico de la tabulación de la pregunta a



- **Análisis cuantitativo**

De 390 jóvenes y adultos encuestados el 91,5% de individuos tiene el concepto claro de lo que es la depresión, mientras que el 8,5% lo desconoce.

- **Análisis cualitativo**

Existe una mayor proporción de personas que tienen claro cuál es el concepto de la depresión, debido a que su entorno ha generado una idea de lo que esta palabra significa, ya sea por motivos o razones propias o de algún familiar cercano.

b) ¿Cree que las personas esconden su depresión por miedo a ser juzgados?

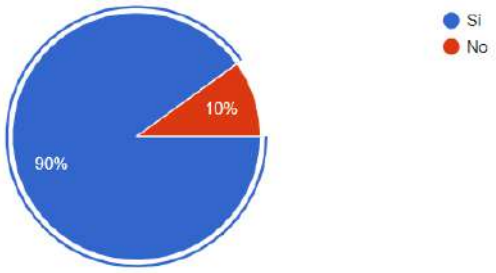
Tabla 2

Tabulación de los resultados: Pregunta b

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
si	351	90%
no	39	10%
Total	390	100%

Figura 10

Gráfico de la tabulación de la pregunta b



- **Análisis cuantitativo**

De 390 jóvenes y adultos encuestados el 90% de individuos creen que las personas esconden su depresión por miedo a ser juzgados, mientras que el 10% niega que esté hecho sea posible.

- **Análisis cualitativo**

Se puede afirmar que un gran porcentaje de jóvenes y adultos tienen una ideología la cual les hace pensar que al no decir que sufren esta enfermedad, todo está bien, cuando no es así, ya que en la actualidad pocas son las personas que juzgan la depresión.

c) ¿Apoyaría a personas que sufran depresión o pensamientos suicidas?

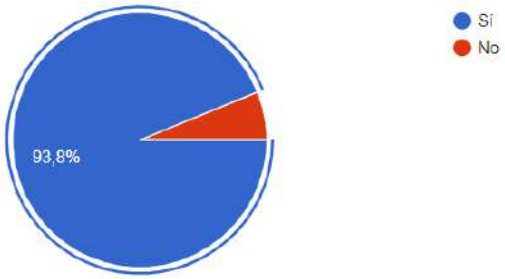
Tabla 3

Tabulación de los resultados: Pregunta c

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
si	366	93,8%
no	24	6,2%
Total	390	100%

Figura 11

Gráfico de la tabulación de la pregunta c



- **Análisis cuantitativo**

De 390 jóvenes y adultos encuestados el 93,8% de individuos apoyaría a personas que sufren de depresión o pensamientos suicidas, mientras que el 6,2% restante se abstiene de hacer eso.

- **Análisis cualitativo**

Los jóvenes y adultos que estarían dispuestos a brindar su ayudar a otras personas son muchas, ya que ellos en algunos casos saben que es sentirse deprimido, razón por la cual también conocer el sentimiento que se siente al saber que nadie los ayudaba.

d) ¿Considera que la depresión tiene cura?

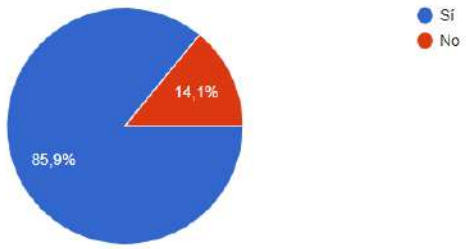
Tabla 4

Tabulación de los resultados: Pregunta d

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
si	335	85,9%
no	55	14,1%
Total	390	100%

Figura 12

Gráfico de la tabulación de la pregunta d



- **Análisis cuantitativo**

De 390 jóvenes y adultos encuestados el 85,9% de las personas piensan que la depresión tiene cura, mientras el 14,1% considera que esta enfermedad no tiene cura.

- **Análisis cualitativo**

En su mayoría las personas que han superado esta enfermedad, afirman que la depresión si tiene cura, por otro lado, las personas que están viviendo o se encuentran con síntomas se niegan a aceptar que la depresión es una enfermedad que tiene cura y que posiblemente la estén viviendo sin darse cuenta.

e) ¿Cree usted que implementar material gráfico informativo apoyaría a los pacientes que sufren de depresión en la ciudad de Yantzaza?

Tabla 5

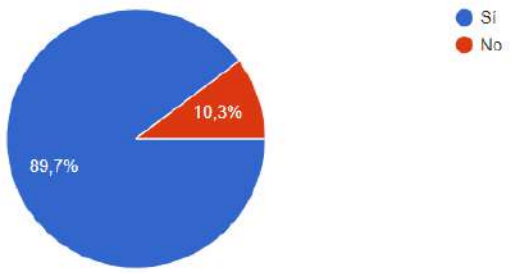
Tabulación de los resultados: Pregunta e

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
si	350	89,7%
no	40	10,3%
Total	390	100%

.

Figura 13

Gráfico de la tabulación de la pregunta e



- **Análisis cuantitativo**

De 390 jóvenes y adultos encuestados el 89,7% de personas creen que implementar material gráfico informativo apoyaría a los pacientes que sufren de depresión, mientras que el 10,3% cree lo contrario.

- **Análisis cualitativo**

En su mayoría los encuestados creen que implementar material gráfico informativo, apoyaría y motivaría a personas enferma, ya que no son las únicas afectadas.

f) ¿Piensa usted que este tipo de información mediante material gráfico tendrá un efecto positivo en las personas a futuro?

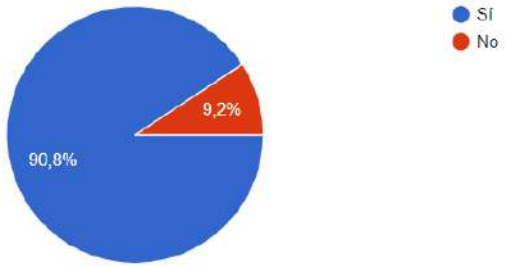
Tabla 6

Tabulación de los resultados: Pregunta f

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
si	354	90,8%
no	36	9,2%
Total	390	100%

Figura 14

Gráfico de la tabulación de la pregunta f



Análisis cuantitativo

De 390 jóvenes y adultos encuestados el 90,8% de personas piensa que este tipo de información mediante material gráfico tendrá un efecto positivo en las personas a futuro, por otra parte, el 9,2% piensa lo contrario.

Análisis cualitativo

Existe una mayor proporción de encuestados que creen que al implementar información en materiales gráficos ayudará a las personas a identificarse, y saber si necesitan ayuda a tiempo, antes de que ocurra alguna desgracia.

g) ¿Considera necesario utilizar material gráfico para informar sobre la depresión?

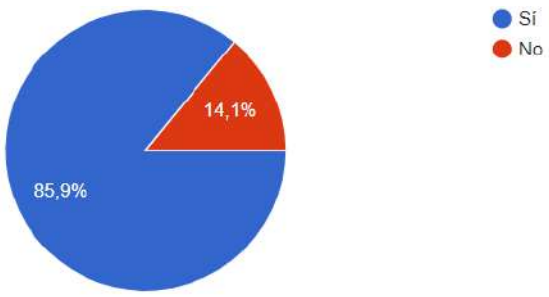
Tabla 7

Tabulación de los resultados: Pregunta g

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
si	335	85,9%
no	55	14,1%
Total	390	100%

Figura 15

Gráfico de la tabulación de la pregunta g



- **Análisis cuantitativo**

De 390 jóvenes y adultos encuestados el 85,9% de personas considera necesario usar material gráfico para informar sobre la depresión, por otra parte, el 14,1% cree que esto no es necesario.

- **Análisis cualitativo**

La mayoría de personas encuestadas considera que es necesario implementar materia gráfica con este tipo de información relevante sobre la depresión, y que podemos hacer en caso de padecerla, de esta manera la persona afectada sabrá que no está sola.

h) ¿Por qué medio le gustaría conocer este tipo de información?

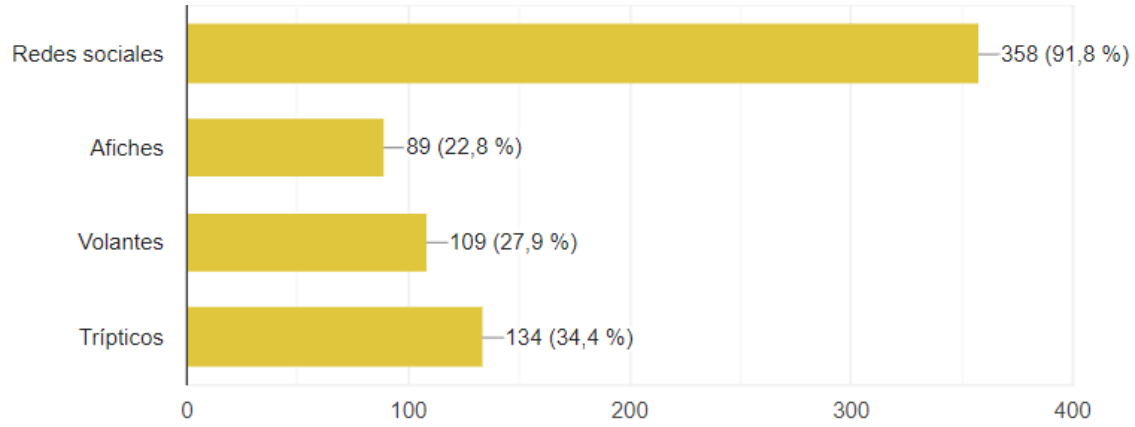
Tabla 8

Tabulación de los resultados: Pregunta h

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Redes sociales	358	91,8%
Afiches	89	22,8%
Volantes	109	27,9%
Trípticos	134	34,4%
Total	690	177%

Figura 16

Gráfico de la tabulación de la pregunta h



- **Análisis cuantitativo**

De 390 jóvenes y adultos encuestados el 91,8% de personas le gustaría recibir este tipo de información por medio de las redes sociales, el 22,8% prefiere que se usen los afiches, por otro lado, el 27,9% opta por recibir volantes y el 34,4% le gustaría informarse a través de los trípticos.

- **Análisis cualitativo**

Se puede deducir que el medio preferido para informar y usado en la actualidad, son las redes sociales, seguido por los trípticos, estos medios son considerados para que más de una persona pueda recibir este tipo de información de manera gratuita.

i) ¿En qué horarios utiliza usted las siguientes redes?

Tabla 9

Tabulación de los resultados: Pregunta i (Facebook)

VARIABLE		FRECUENCIA	PORCENTAJE
Facebook	Mañana	174	15%
	Tarde	242	40,2%
	Noche	251	40,3%
Total		667	100%

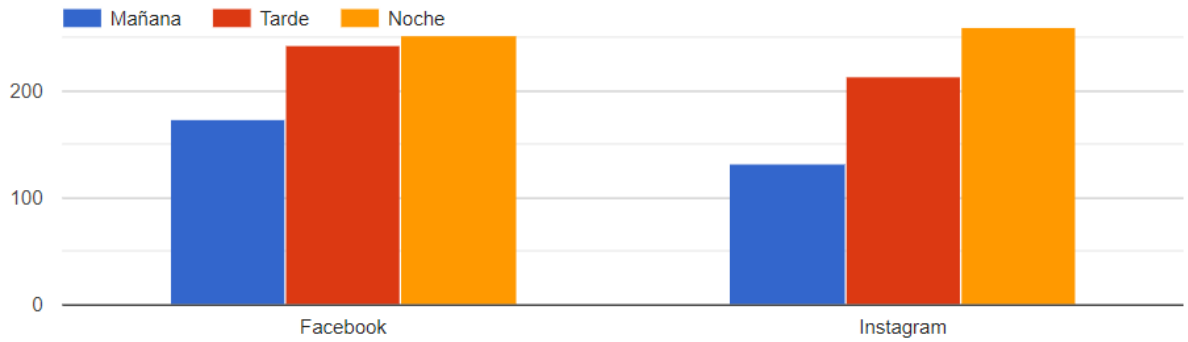
Tabla 10

Tabulación de los resultados: Pregunta i (Instagram)

VARIABLE		FRECUENCIA	PORCENTAJE
Instagram	Mañana	132	10 %
	Tarde	214	40 %
	Noche	260	50 %
Total		607	100%

Figura 17

Gráfico de la tabulación de la pregunta i



Nota: Tabulación, trabajo de campo.

- **Análisis cuantitativo**

Como se puede observar en la figura 16 en la gráfica de los resultados de las encuestas realizadas a jóvenes y adultos, la mayoría usa Facebook con una frecuencia del 15% en la mañana, un 40,2% en la tarde y 40,3% en la noche, a diferencia de Instagram el 10% usa esta red por la mañana, un 40% la usa por la tarde y el 50% la usa más por la noche, es decir, la mayoría usan las redes sociales por la noche.

- **Análisis cualitativo**

Se considera que por motivos personales y laborales las personas usan sus redes sociales con más frecuencia en la noche, rara vez en el día y muy poco en la tarde, por esta razón la mejor hora para publicar una noticia o información es en la noche ya que hay más actividad en las redes sociales.

10. Propuesta de acción

10.1. Introducción

La presente propuesta de acción se elabora con finalidad de integrar elementos publicitarios necesarios para la elaboración de material gráfico que ayude con el tratamiento a corto plazo de jóvenes y adultos que sufran de depresión con ansiedad. Para cumplir este eficazmente se debe elaborar un plan de medios que guíen en la elaboración de elementos publicitarios (artes, trípticos, etc.), para que permita llegar al público objetivo, determinado la viabilidad. Para esto resulta necesario el desarrollo de un cronograma de proyecto, definiendo así los canales por los cuales se difundirá dichos elementos.

10.2 Objetivos publicitarios:

Objetivo general:

Desarrollar una campaña publicitaria proporcionando material gráfico que aporte al tratamiento a corto plazo de jóvenes y adultos que sufran síntomas de depresión con ansiedad.

Objetivo específico:

Proporcionar información acerca de los síntomas, causas y consejos, en caso de sufrir depresión con ansiedad, a través de material gráfico.

Desarrollar una marca por medio de la cual se difundirá aquellos elementos publicitarios desarrollados.

Difundir el material gráfico publicitario elaborado por medio de las principales redes sociales.

10.3 Público objetivo

La publicidad desarrollada va dirigida principalmente a 2 tipos de público:

Jóvenes que, debido a muchos factores externos, son víctimas de estándares sociales o ya sea por la falta de comunicación a sus progenitores tienden a ser más propensos a sufrir trastornos mentales, tales como la depresión con ansiedad

Adultos por diferentes causas ya sean económicas o sociales, o debido a sus hijos jóvenes, tienden a ser más propensos a sufrir depresión con ansiedad.

10.4 Análisis de la situación actual

La depresión con ansiedad es un tema que casi nunca está presente dentro de la plática sobre la salud mental, ya sea en instituciones, en la familia, con amigos. Se sabe que estos trastornos están presentes, pero no se les da mucha importancia, o no se habla mucho de ello. Los casos han aumentado debido a la pandemia COVID-2019, pero esto no impide que las personas no se informen sobre ello, además de ser un problema que ha surgido desde mucho tiempo atrás.

La ausencia de material gráfico que brinde la información necesaria a la comunidad ha hecho que esta enfermedad parezca no ser un trastorno, más bien un hábito de vida, en el cual la persona crea que es completamente normal sufrir cuadros de depresión con ansiedad.

10.5 Mensaje que se desea transmitir

Mediante los diferentes elementos publicitarios se transmitirá información sobre los síntomas, causas y consejos prácticos naturales, que permita a la ciudadanía identificar el problema, y saber cuándo pedir ayuda profesional, usando distintas redes sociales para llevar a cumplir con este objetivo

10.6 Creación de marca

10.6.1 La Marca

Figura 18

Creación de marca (2021).

10.6.2 Conceptualización

La marca “Hablemos” está compuesta por un icono y slogan, el icono representa la salud mental, y el slogan “cuenta conmigo” la acción que se desea transmitir en cada persona, con la finalidad de lograr su expresión.

El slogan trata de dar un mensaje claro: las palabras “Cuenta conmigo”, desea transmitir seguridad, y confianza al hablar, dar a entender que esta acción es completamente normal, en cuanto a la salud mental, no siempre existen solo heridas

visibles, las heridas que no podemos ver son las que más daño hacen, todo cambia cuando hablamos y sentimos que tenemos a alguien más presente con quien contar.

Para la creación y composición del icono se tomó como referencia 3 bases, el lugar de donde nace el problema, que sería la cabeza, haciendo referencia a la mente, para representar la mente se hace con dos corazones ya que la mente es infinita y puede representarse así misma de una forma tranquila o brusca, y para representar la tranquilidad se toma como referencia a la naturaleza, que es un centro de auto-rehabilitación natural.

En cuanto a los colores, se basa en combinación de verde y azul, con degradación, estos colores transmiten tranquilidad y unión con la naturaleza, para los corazones que reemplazan la mente se usó un color rosado con una tonalidad oscura, transmitiendo el amor, amor propio que debe tener cada persona.

10.7 Construcción y aplicación

10.7.1 Modulación

Figura 19

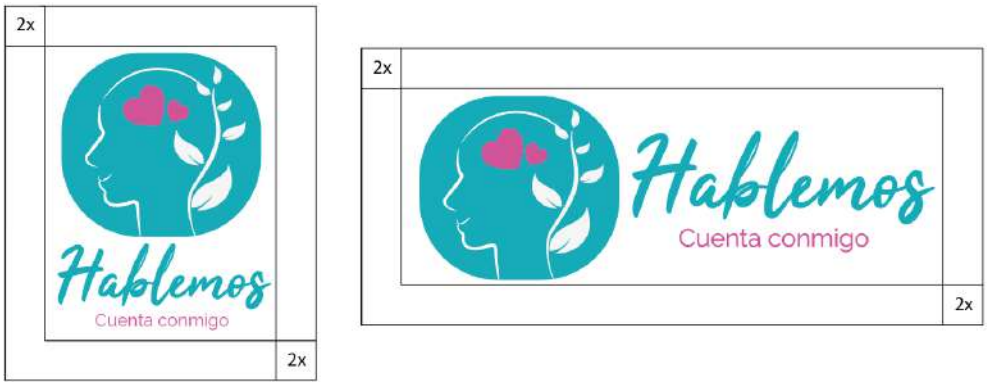
Dimensión de la marca (2021).

El icono y slogan se distribuyen en una superficie modular de proporciones 6,5x5 el icono y 6.5x2 el slogan de forma vertical, 6,5x5 el icono y 16x5 el slogan de forma vertical. El valor “X” establece la unidad de medida. Así, aseguramos la correcta proporción de la marca.

10.7.2 Área de protección

Figura 20

Área de protección en la impresión de la marca (2021).



Se ha establecido un área de protección en torno al logotipo. Esta área deberá estar exenta de elementos gráficos que interfieran en su percepción y lectura de la marca. La construcción del área que se debe respetar queda determinada por la medida “X”, la cual es preferible aumentar al máximo este espacio.

10.7.3 Tamaño mínimo de reproducción

Se ha establecido un tamaño mínimo de reproducción de 4 x 5 en el caso de que la marca sea usada de forma vertical y 2 x 5 en caso de que la marca se presente de manera

horizontal. En sistemas con bajos valores de reproducción como el soporte, iluminación y distancia se aconseja un mayor tamaño.

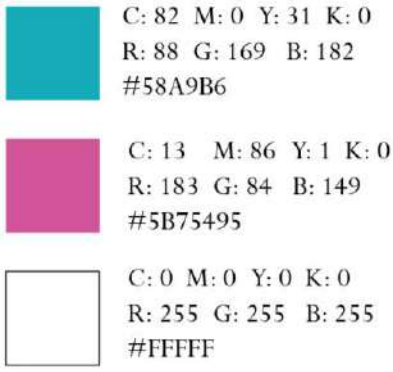
Figura 21

Tamaño mínimo de la marca (2021).

10.7.4 El color

Figura 22

Colores de la marca (2021).



El color define un escenario de valores emocionales concretos que debe considerar en el momento de su aplicación a cualquier soporte de comunicación. En este caso se eligió dos colores principales que no definen un género en sí, además los dos transmiten

emociones de alegría, tranquilidad y amor que es lo que en si se desea transmitir, además se usa el blanco para las siluetas que como se ha mencionado anteriormente no define un género al que va dirigido.

10.7.5 Aplicaciones cromáticas

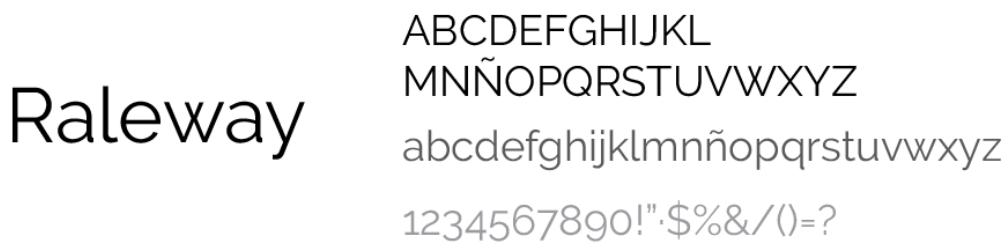
Figura 23

Aplicaciones cromáticas (2021).

10.7.6 Tipografía

Figura 24

Tipografía (2021)



La primera familia tipográfica que se utiliza dentro de esta marca es; Tahú!, la cual se destaca por ser amigable y poco formal. Como secundaria tenemos a la familia tipografía Raleway, esta fue seleccionada por ser semi formal, y elegante.

10.8 Estrategia de medios

A continuación, se detalla la distribución de los medios a usar para difundir los distintos elementos publicitarios elaborados.

Las **redes sociales** son la mayor tendencia en publicidad hoy en día, el alcance que por el cual se transmite la información es inalcanzable, además de ser redes sociales gratuitas y estar casi disponibles en todos los países, las que más se destacan son Facebook e Instagram, estas dos redes serán usadas para difundir la información sobre los síntomas, y consejos sanos naturales en caso de tener algún síntoma.

Los **trípticos** son medios de comunicación impresos, los cuales se usan en este caso para difundir información clara y precisa, con diseños sencillos y llamativos, por su tamaño pequeño permiten a cualquier persona cargarlo sin dificultad.

10.9 Diseño de artes para redes sociales

Figura 25

Arte 1 para publicación en redes sociales usada como inicio.

Figura 26

Arte 2 para publicación en redes sociales (Identificar problemas).

Figura 27

Arte 3 para publicar en redes sociales (aliméntate bien).

Figura 28

Arte 4 para publicación en redes sociales (Ejercicio físico).

Figura 29

Arte 5 para publicación en redes sociales (piensa positivo).

Figura 30

Arte 6 para publicación en redes sociales (exprésate)

Figura 31

Arte 7 para publicación en redes sociales (indicios y síntomas).

Figura 32

Arte 8 Para publicación en redes sociales (síntomas del comportamiento).

Figura 33

Arte 9 para publicación en redes sociales (síntomas físicos).

Figura 34

Arte 10 para publicación en redes sociales (Ejercicio cognitivos).

Figura 35

Arte 11 para publicación en redes sociales (síntomas psicosociales).

10.10 Diseño del tríptico

Figura 36

Tríptico publicitario (primera parte)

Figura 37

Tríptico publicitario (segunda parte).

Figura 38

Mockup del tríptico publicitario.

10.11 Video para las redes sociales

Figura 39

Captura de pantalla del video: cinco consejos para evitar la depresión

Tabla 11

Guion del video: cinco consejos para evitar la depresión

CONSEJOS PARA EVITAR LA DEPRESIÓN		
CONTENIDO	**TIEMPO**	**MÚSICA**
Si estás deprimido lo mejor es que hagas algo al respecto	00:00 – 00:05	Olivia Rodrigo – happier (Olivia Rodriguez, 2021)
La depresión no se cura sola	00:06 – 00:08	
A más de pedir ayuda a un médico o terapeuta	00:09 – 00:13	
Hay cinco cosas que puedes hacer para sentirte mejor	00:15 – 00:17	
1. Ejercicio físico	00:18 – 00:38	
1. Aliméntate bien	00:21 – 00:38	
2. Identifica los problemas	00:24 – 00:38	
3. Exprésate	00:27 – 00:38	
4. Piensa positivo	00:30 – 00:38	
Link de enlace: https://vm.tiktok.com/ZMR9bEbcN/		

10.12 Cronograma del plan de contenidos

Tabla 12

Cronograma de actividades del plan de contenidos

FECHA	RED SOCIAL/ PRESENTACIÓN	ACCIONES	OBJETIVO	TIPOS DE CONTENIDO	FRECUENCIA	HORARIO	INDICACIONES
Jueves 12	Presentación de la marca ante el director de tesis.	-Diseño y creación de una marca.	-Diseño y creación de una marca empresaria para presentar material gráfico de la campaña publicitaria.	-Corporativo e Informativo.	**1**	Todo el día	Diseño y creación de marca corporativa para representar el material gráfico en el tratamiento a corto plazo de jóvenes y adultos que sufren síntomas moderados a graves de ansiedad con depresión en la ciudad de Yantzaza.
Viernes 13	Presentación de la portada para Facebook	Diseño y creación de la portada para la red social Facebook	Diseño y creación de un arte para portada dentro de la página de la red social Facebook.	Informativo	**1**	Todo el día	Diseñar un arte basada en la línea gráfica y usada para incluir dentro de la red social de Facebook con la finalidad de tener una portada elegante y llamativa.

Lunes 16	Facebook Instagram	-Crear artes para las redes sociales.	-Dar a conocer los indicios y síntomas más comunes de la depresión y ansiedad en jóvenes y adultos.	-Informativo	**5**	15h00 18h00 en Facebook e Instagram	Arte con información en el cual se describirá los indicios y síntomas más comunes de la ansiedad y depresión en jóvenes y adultos. **Descripción del post para Facebook e Instagram** La depresión no es una broma puedes ver a alguien sonriendo por fuera, pero por dentro está muriendo. 🧠🌻 - Hollow sad **#HablemosDeAnsiedadYDepresión** **#Cuenta conmigo**
Lunes 23	Publico	-Crear un Tríptico	- Crear un tríptico para dar a conocer las causas, síntomas y diferentes tipos de ayudas psicológicas y lugares donde se puede encontrar dicha información	-Informativo	**1**	15h00 16h00	- Crear un tríptico para dar a conocer las causas, síntomas y diferentes tipos de ayudas psicológicas y lugares donde se puede encontrar dicha información. **Descripción:** Papel couche A4.

Viernes 27	Facebook Instagram	-Crear artes para las redes sociales.	-Dar a conocer 5 consejos sanos y prácticos contra la depresión y ansiedad en jóvenes y adultos.	-Informativo	**6**	15h00 - 18h00 En Facebook e Instagram	Arte informativo en la cual se describirá 5 consejos sanos en contra de la ansiedad y depresión en jóvenes y adultos. **Descripción del post para Facebook e Instagram** 🌻🧠🥰Tomate tu tiempo para avanzar, pero nunca para retroceder - Frases.net💪🌻 **#HablemosDeAnsiedadY Depresión #Cuenta conmigo**
Lunes 30	Tik Tok	-Creación de un video para la red Tik Tok	-Video de 40 segundos en el cual se da cinco consejos prácticos para no caer en depresión.	-Video Informativo	**1**	20h00 en Facebook Instagram Y Tik Tok	Video de 40 segundos en el cual se brindan consejos de cómo prevenir la depresión **Descripción del post para Tik Tok, Facebook e Instagram** La depresión no es broma, es una enfermedad mental grave, busquemos ayuda

Fuente: Cronograma de actividades del plan de contenidos

10.12.1 Evidencia de contenido

Figura 40

Página de Instagram.

Figura 41

Evidencia de publicaciones

Figura 42

Perfil de la página de Instagram

Figura 43

Evidencia de publicación

Figura 44

Perfil de página de Facebook

11. Conclusiones

Del trabajo realizado se pueden realizar las siguientes conclusiones:

Los factores que causaron la falta de comunicación familiar, en jóvenes y adultos en sí, eran externos, pero causados por la mente de cada persona, teniendo en cuenta que dichos factores no alteraban el comportamiento de la misma manera en diferentes personas, por ejemplo un joven: al no tener la experiencia de vida que un adulto, tampoco tendría la misma preocupación, estrés u obligación, sin embargo, al cumplir con; los estándares, los estereotipos y las metas que la sociedad y ellos mismos se planteaban, afectaba sus mentes, entrando en un estado de depresión y ansiedad.

Antes de empezar a diseñar se eligió un estilo deseado para implementarlo en las artes, así mismo la cromática de colores que se usó, en este caso se eligió un cromática de colores pasteles y un estilo de Ilustración vectorial y animado.

El material gráfico más recomendado como instrumento de superación y recuperación mental son las artes para redes sociales y trípticos, ya que de esta manera las personas afectadas tomaron consejo de ello y supieron identificarse, así fueron conscientes de que necesitaban ayuda profesional. Además de que fue fácil llamar la atención del público a través de las redes sociales.

12. Recomendaciones

Es recomendado que al momento de hablar y buscar información sobre la depresión y ansiedad esta sea clara y fácil de entender ante los lectores, además que el diseñar e implantar material gráfico, principalmente ayude con el tratamiento de personas que padecen estos trastornos mentales, más que nada trasmitir confianza y seguridad, para que estas personas no se sientan juzgadas.

Al elegir los colores se debe tener en cuenta además de la combinación, el degradado de cada uno, de esta manera al momento de aplicarlos no se verán mal visualmente, debe tener armonía ante la vista del espectador, así mismo cuando se elige una técnica de ilustración, es recomendado usarla y aplicarla en toda la línea gráfica dentro de las artes, de esta manera tendrá estilo y elegancia.

Para que las personas afectadas por estos trastornos sientan que es una enfermedad común y nada fuera de lo normal, es recomendable crear artes dirigidas para las redes sociales, como lo son Facebook e Instagram que actualmente son plataformas con mayor alcance del público, además que usar trípticos como forma tradicional para informar es una de las artes que encajan perfectamente con estos temas teniendo en cuenta que se debe distribuir la información con los temas más importantes dentro del tema.

13. Bibliografía

ARTIUM. (2003). *Técnicas de ilustración*. Obtenido de Salisbury: https://catalogo.artium.eus/book/export/html/4628

Bellet, A. (2020). Tendencias de color. *AltaVoz.*

Castejón., J. G. (s.f.). La enfermedad mental crónica. *Guía Informativa Básica*, p. 4 .

Castro, E. (8 de octubre de 2018). *Académica Facultad de Medicina U. San Sebastián*. Obtenido de San Sebastian: http://www.ipsuss.cl/ipsuss/columnas-de-opinion/erica-castro/mujeres-y-trastorno-de-ansiedad/2018-10-18/154005.html

Corbin, J. A. (2019). Depresión: 12 consejos para prevenirla. *Psicología y Mente*.

ESDESIGN. (6 de Mayo de 2019). *¿Para qué se utiliza la ilustración digital?* Obtenido de Escuela Superior de diseño de barcelona: https://www.esdesignbarcelona.com/int/expertos-diseno/que-es-la-ilustracion-digital-y-para-que-sirve#:~:text=En%20el%20diseño%20gráfico%2C%20se,los%20materiales%20promocionales%20que%20utilicemos.

Fischer Laura, Espejo Jorge. (s.f.). *Mercadotecnia.* Mexico: McGRAW-HILL.

Fischer Laura, Espejo Jorge. (s.f.). *Mercadotecnia* . Mexico : McGRAW-HILL.

Fundaión esclerosis múltiple. (05 de Noviembre de 2020). *Fundaión esclerosis múltiple*. https://www.observatorioesclerosismultiple.com/es/vivir/aspectos-psicologicos/la-depresion-en-personas-con-esclerosis-multiple/

García Sánchez, J. (2010). Cambios en la forma de sentir: el estado de ánimo deprimido. En J. García Sánchez, *Afronta tu depresión: con psicoterapia Interpersonal* (págs. pp. 45-50). Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer.

Goldman, L. (2 de Diciembre de 2020). *¿Qué es la depresión y qué puedo hacer al respecto?* Obtenido de Medical News Today: https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/depresion#:~:text=La%20depresi%C3%B3n%20es%20un%20trastorno,como%20parte%20de%20la%20vida.

Guillen, D. E. (abril de 2019). *scielo Perú*. Obtenido de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992019000100010

Hora, L. (25 de Julio de 2017). síntomas de una depresión. *¿Cómo identificar los síntomas de una depresión?*, pág. 1.

INEC. (2015). *Egresos Hospitalarios*. Obtenido de https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Inforgrafias-INEC/2017/infografia-depresion.pdf

Instituto de Mayores y Servicios Sociales . (2007). Modelos de atención a las personas con. *Estudios sobre la Enfermedad Mental*, p. 2.

Juárez, B. (s.f.). Diferentes tipos de problemas de familia. *R&A Psicólogos.* CDMX.

La Vanguardia. (2020 de octubre de 01). *La Vanguardia*. Obtenido de ¿Cuáles son los síntomas de la depresión?: https://www.lavanguardia.com/vivo/20201001/483774535253/sintomas-depresion-longevity-longevidad.html

Margarit, E. G. (2020 de Julio de 11). *VTactual*. Obtenido de Transtornos mentales: https://www.vtactual.com/trastornos-mentales-cuarentena/

Mayo Clinic. (21 de Julio de 2017). *Depresión resistente al tratamiento*. Obtenido de Mayo Clinic: https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/depression/in-depth/treatment-resistant-depression/art-20044324

Mayo Clinic. (3 de Febrero de 2018). *Depresión (trastorno depresivo mayor)*. Obtenido de Mayo Clinic: https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/depression/symptoms-causes/syc-20356007

Mayo Clinic. (20 de Noviembre de 2018). *Trastornos de ansiedad*. Obtenido de Mayo Clinic: https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/anxiety/symptoms-causes/syc-20350961

MEDIASAT GROUP. (2004). *La enciclopedia.* Madrid: Salvat Editorial.

MedlinePlus. (12 de Febrero de 2021). *Ansiedad*. Obtenido de MedlinePlus: https://medlineplus.gov/spanish/anxiety.html

Raffino, M. (11 de Febrero de 2021). *Concepto.de*. Obtenido de Cuestinario: https://concepto.de/cuestinario/

Raffino, M. E. (2020). Redes Sociales. *Concepto.de*.

Rodriguez Rangel, L. H. (2018). *ADOLESCENCIA SUICIDIO.* DSpace de Uniandes: Proyecto de Investigación de Licenciatura en Enfermería.

Rodríguez, A. (2013). Organización de cuidados. *Estudios sobre la Enfermedad Mental*,

Rodríguez, D. (12 de april de 2019). *lifeder*. Obtenido de lifeder: https://www.lifeder.com/metodo-hermeneutico/.

Ruffino, M. (4 de Agosto de 2020). *Concepto.de*. Obtenido de Técnicas de Investigación: https://concepto.de/tecnicas-de-investigacion/

Significados. (4 de Marzo de 2019). *Photoshop*. Obtenido de Significado de Photoshop: https://www.significados.com/photoshop/

Thompson, I. (Diciembre de 2005). *Promonegocios*. Obtenido de https://www.promonegocios.net/mercadotecnia/publicidad-definicion-concepto.html

UDE. (s.f.). *Universidad de la Empresa*. Obtenido de https://ude.edu.uy/metodologia-proyectual/

UMAD. (2020). *Ilustración digital*. Obtenido de https://umad.edu.mx/ilustracion-digital-el-arte-contemporaneo-que-comunica/

Vélez Reyes, G. A. (2017). *UNL*. Obtenido de Universidad Nacional de Loja: https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/19346

14. Anexos

14.1 Certificado de aprobación del proyecto de investigación de fin de carrera

Figura 45

Certificado de aprobación del proyecto de investigación de fin de carrera (2021).

VICERRECTORADO ACADÉMICO

Loja, 03 de julio del 2021
Of. N° 105-V-ISTS-2021

Srta. Karolay Briseth Castro Mijas
ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE DISEÑO GRAFICO DEL ISTS
Ciudad

De mi consideración:

Por medio de la presente me dirijo a ustedes para comunicarles que una vez revisado el proyecto de investigación de fin de carrera de su autoría titulado **"DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE MATERIAL GRÁFICO, PARA PROMOVER EL TRATAMIENTO A CORTO PLAZO DE JÓVENES Y ADULTOS QUE SUFREN SÍNTOMAS MODERADOS A GRAVES DE ANSIEDAD CON DEPRESIÓN EN LA CIUDAD DE YANTZAZA, EN EL PERIODO ABRIL - SEPTIEMBRE 2021"**, el mismo cumple con los lineamientos establecidos por la institución; por lo que se autoriza su realización y puesta en marcha, para lo cual se nombra como director de su proyecto de fin de carrera (el/la) Tlga. Pablo Andrés Duque Correa.

Particular que le hago conocer para los fines pertinentes.

Atentamente,

Ing. Germán Patricio Villamarín Coronel Mgs.
VICERRECTOR ACADEMICO DEL ISTS
c/c. Estudiante, Archivo

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR "SUDAMERICANO" VICERRECTORADO

14.2 Certificado de implementación del proyecto

Tlgo. Pablo Andrés Duque Correa

Director de investigación

CERTIFICA

Que la Srta. Karolay Briseth Castro Mijas con C.I: 1900884774 estudiante de la carrera de Diseño Gráfico del instituto Tecnológico Sudamericano ha venido desarrollando el proyecto de investigación de fin de carrera titulado "DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE MATERIAL GRÁFICO, PARA PROMOVER EL TRATAMIENTO A CORTO PLAZO DE JÓVENES Y ADULTOS QUE SUFREN SÍNTOMAS MODERADOS A GRAVES DE ANSIEDAD CON DEPRESIÓN EN LA CIUDAD DE YANTZAZA, EN EL PERIODO ABRIL – OCTUBRE 2021.", el mismo que ha sido revisado y se encuentra con un 100%.

- Desarrollo de marca
- Creación de artes
- Creación de páginas en redes.
- Video
- Tríptico

Sin otro particular que indicar, autorizo su presentación de la propuesta de acción ante el tribunal respetivo para sus debidas correcciones.

Tlgo. Pablo Andrés Duque Correa

DIRECTOR DE INVESTIGACION

14.3 Certificado de aprobación del Abstract

Figura 46

Certificado de aprobación del Abstract

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUDAMERICANO
ENGLISH AREA SUDAMERICANO INSTITUTE
CIS CENTRO DE IDIOMAS SUDAMERICANO

CERTF. Nº. 020-JP-ISTS-2021
Loja, 06 de octubre del 2021

El suscrito, Lic, Juan Pablo Quezada Rosales ***DOCENTE DEL ÁREA DE INGLÉS - CIS DEL INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO SUDAMERICANO"****, a petición de la parte interesada y en forma legal,*

C E R T I F I C A:

Que el apartado ***ABSTRACT*** *del Proyecto de Investigación de Fin de Carrera de la señorita KAROLAY BRISETH CASTRO MIJAS estudiante en proceso de titulación periodo abril - noviembre 2021 de la carrera de Diseño Gráfico, está correctamente traducido, luego de haber ejecutado las correcciones emitidas por mi persona; por cuanto se autoriza la impresión y presentación dentro del empastado final previo a la disertación del proyecto.*

Particular que comunico en honor a la verdad para los fines académicos pertinentes.

English is a piece of cake.

Checked by:
Juan Pablo Quezada R.

Lic. Juan Pablo Quezada Rosales
DOCENTE DEL ÁREA DE INGLÉS ISTS - CIS

Matriz: Miguel Riofrio 156-26 entre Sucre y Bolívar
www.tecnologicosudamericano.edu.ec / itss.loja@tecnologicosudamericano.edu.ec

14.4 Cronograma de trabajo

ABRIL – OCTUBRE 2021

Tabla 13

Cronograma de actividades

SEMANA	FECHA	ACTIVIDAD
Primera	Miércoles 14 de abril del 2021	Inicio de tutorías/Exposición ante los alumnos de tentativa de temas en base a las LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN por parte de los directores del proceso de titulación; información que les otorga el Vicerrectorado, y que a su vez ha sido determinada por los coordinadores de carrera. Si el estudiante tiene otras propuestas las puede presentar.
Segunda	Lunes 19 al 24 de abril	Identificación del problema
Tercera	Lunes 26 de abril al 01 de mayo	Planteamiento del tema
Cuarta	Lunes 03 al 08 de mayo	Elaboración de justificación
Quinta	Lunes 10 al 15 de mayo	Planteamiento de objetivo general y objetivos específicos
Sexta	Lunes 17 al 22 de mayo	Elaboración del marco institucional y marco teórico
Séptima	Lunes 24 al 29 de mayo	Elaboración del diseño metodológico: Metodologías y técnicas a ser utilizadas en la investigación

Octava	Lunes 31 de mayo al 05 de junio	Determinación de la muestra, recursos, y bibliografía. Para determinar la muestra cooperará con ustedes el Ing. Fernando Pesantez. Los tutores deben recordar con anticipación el tema al Rectorado.
Novena	Lunes 07 al 12 de junio, siendo el 12 de junio hasta las 11h00 el último día de plazo.	Semana de presentación del proyecto ante el Vicerrectorado con la petición para su aprobación en su orden: Carátula, problema, tema, justificación, objetivos: general y específicos, marco institucional, marco teórico, metodología, recursos, cronograma y bibliografía. La presentación la hace en un solo grupo el director del proceso de titulación.
Décima primera	Lunes 21 al 26 de junio	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Décima segunda	Lunes 28 de junio al 03 de julio	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Décima tercera	Lunes 05 al 10 de julio	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Décima cuarta	Lunes 12 al 17 de julio	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Décima quinta	Lunes 19 al 24 de julio	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Décima sexta	Lunes 26 al 31 de julio	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Décima séptima	Lunes 02 al 07 de agosto	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Décima octava	Lunes 09 al 14 de agosto	Desarrollo de investigación y propuesta de acción

Décima novena	Lunes 16 al 21 de agosto	Desarrollo de investigación y propuesta de acción
Vigésima	Lunes 06 al 11 de septiembre	Elaboración de conclusiones y recomendaciones y levantamiento del documento final del borrador de proyecto de investigación.
	Lunes 13 de septiembre	Entrega de borradores de proyectos de investigación de fin de carrera, de acuerdo al horario que estipule Secretaría General.

Fuente: Secretaría ISTS

14.5 Presupuestos y recursos

14.5.1 Materiales básicos

Tabla 14

Materiales básicos

RECURSOS MATERIALES		
Transporte	$ 80,00	
Proyecto de titulación	$ 880,00	
Imprevistos	$ 20,00	
TOTAL, EGRESOS		$ 980,00

Autor: Karolay Castro

14.5.2 Materiales tecnológicos y recurso humano

Tabla 15

Materiales tecnológicos y recursos humanos.

RECURSOS TECNOLÓGICOS		
Flash	$ 10,00	
Computador	$ 1250,00	
Internet	$ 140,00	
TOTAL, EGRESOS		$ 1400,00

RECURSO HUMANO	
Tlgo. Pablo Duque:	Tutor de proyecto de titulación
Karolay Castro	Autor de proyecto de titulación

14.5.3 Presupuesto total

Tabla 16

Presupuesto total.

DESCRIPCIÓN		
Materiales básicos	$ 980,00	
Materiales tecnológicos	$ 1400,00	
VALOR TOTAL		$ 2380,00

Autor: Karolay Castro

14.6 Modelo de encuesta y entrevista

14.6.1 Encuesta

En esta parte del proceso se realizó una encuesta a 390 personas con la finalidad de recoger datos e información relevante al proyecto de investigación, las cuales detallaremos a continuación.

- **¿Tiene usted claro el concepto de lo que es la depresión?**
    a) Si
    b) No
- **¿Cree que las personas esconden su depresión por miedo a ser juzgados?**
    a) Si
    b) No
- **¿Apoyaría a personas que sufran depresión o pensamientos suicidas?**
    a) Si
    b) No
- **¿Considera que la depresión tiene cura?**
    a) Si
    b) No

- **¿Cree usted que implementar material gráfico informativo apoyaría a los pacientes que sufren de depresión en la ciudad de Yantzaza?**

    c) Si

    d) No

- **¿Piensa usted que este tipo de información mediante material gráfico tendrá un efecto positivo en las personas a futuro?**

    a) Si

    b) No

- **¿Considera necesario utilizar material gráfico para informar sobre la depresión?**

    a) Si

    b) No

- **¿Por qué medio le gustaría conocer este tipo de información?**

    a) Redes sociales

    b) Afiches

    c) Volantes

    d) Trípticos

- **¿En qué horarios utiliza usted las siguientes redes?**

Facebook

14. Mañana
15. Tarde
16. Noche

Instagram

b) Mañana
c) Tarde
d) Noche

14.6.2 Entrevista

Psic. Graciela Ojeda Gamez

Departamento de Psicología del Centro de Ciencias de Sinaloa – México

- **¿Por qué una persona depresiva tiende a sentirse culpable cuando todo sale mal?**

……

……

- **¿Cuáles son las causas más comunes por las que se presenta la depresión?**

……

……

- **¿Cree usted que implementar material gráfico informativo apoyaría a los pacientes que sufren de depresión?**

……

……

- **¿Qué tipo de material gráfico considera usted el más conveniente como medio informativo para evitar o lidiar con la depresión?**

……

……

- **¿Qué tipo de información consejos o recomendaciones le daría usted a las personas para evitar que caigan en depresión?**

……

……

- **¿Piensa usted que este tipo de información mediante material gráfico tendrá un efecto positivo en las personas a futuro?**

……

……

14.6.3 Evidencias

Figura 47

Evidencia de la digitalización de la marca.

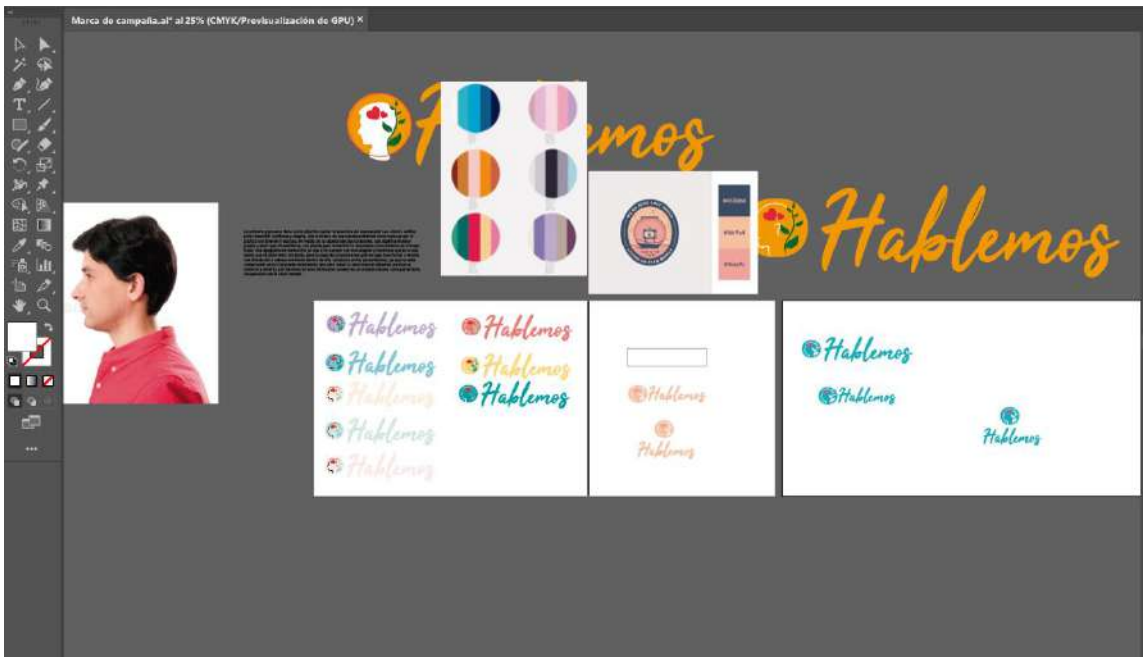


Figura 48

Evidencia de la digitalización del tríptico.

Figura 49

Evidencia de la digitalización del tríptico final.

Figura 50

Evidencia de la digitalización de artes (primera propuesta).

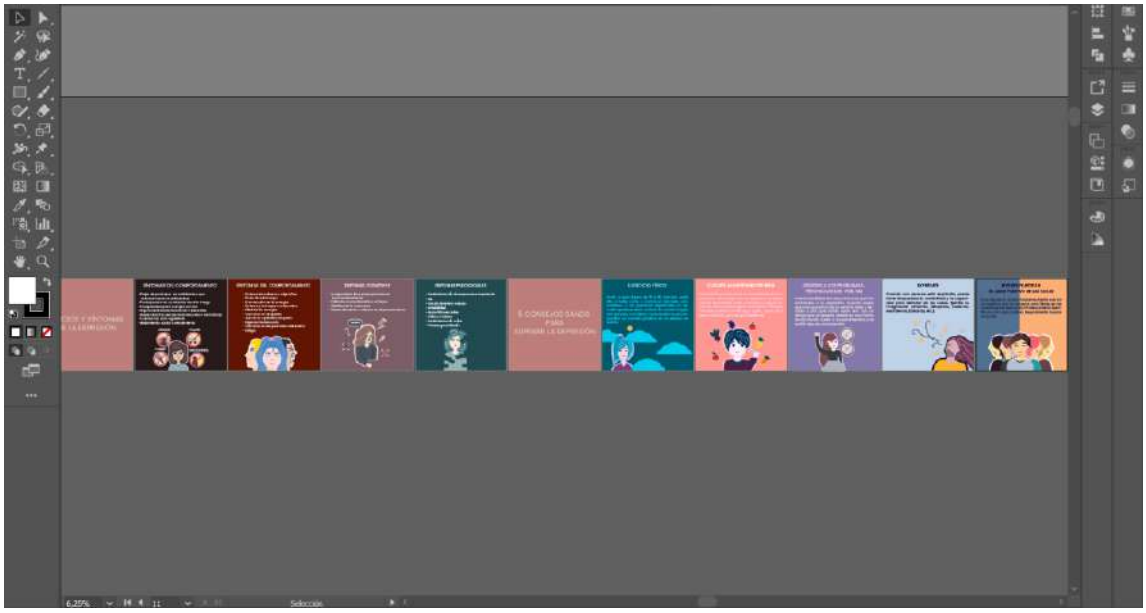


Figura 51

Evidencia de la digitalización de artes (segunda propuesta)

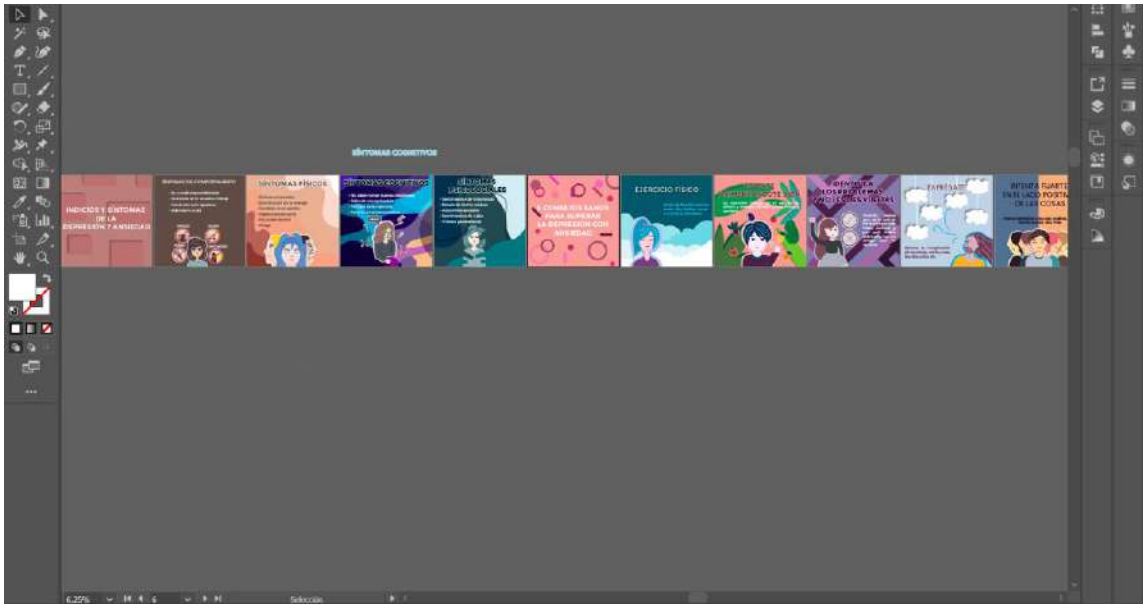


Figura 52

Evidencia de boceto para artes.

Figura 53

Evidencia de boceto para artes.

Figura 54

Evidencia de boceto para artes.

Figura 55

Evidencia de video: cinco consejos para evitar la depresión

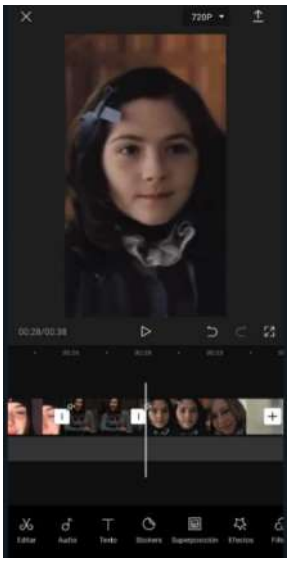


Figura 56

Evidencia de encuestas.

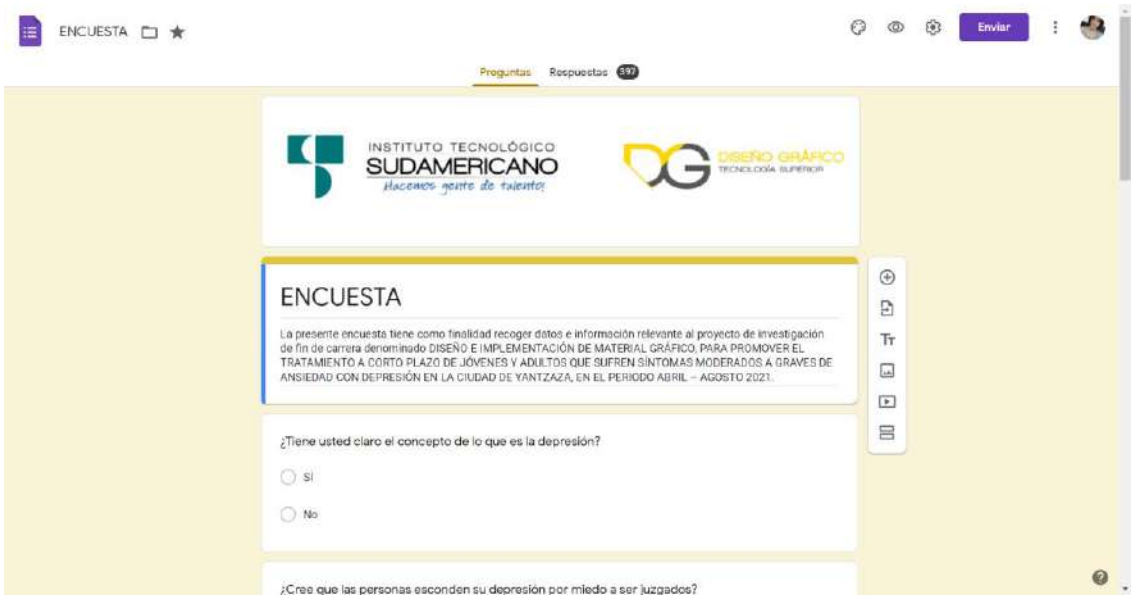


Figura 57

Evidencia de resultados de encuestas.

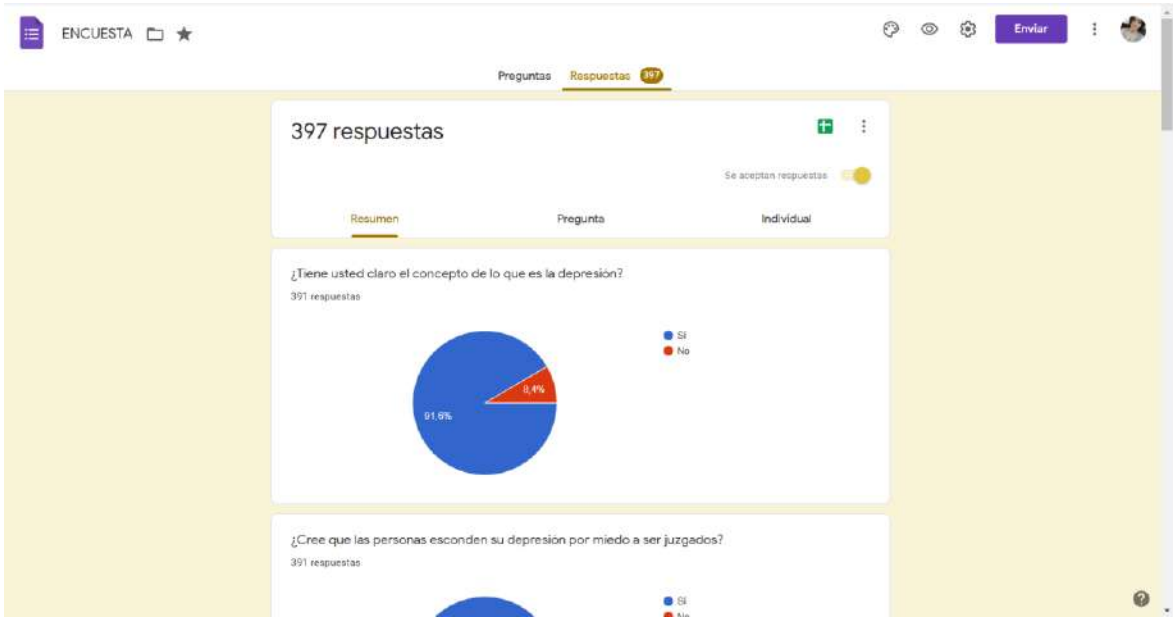
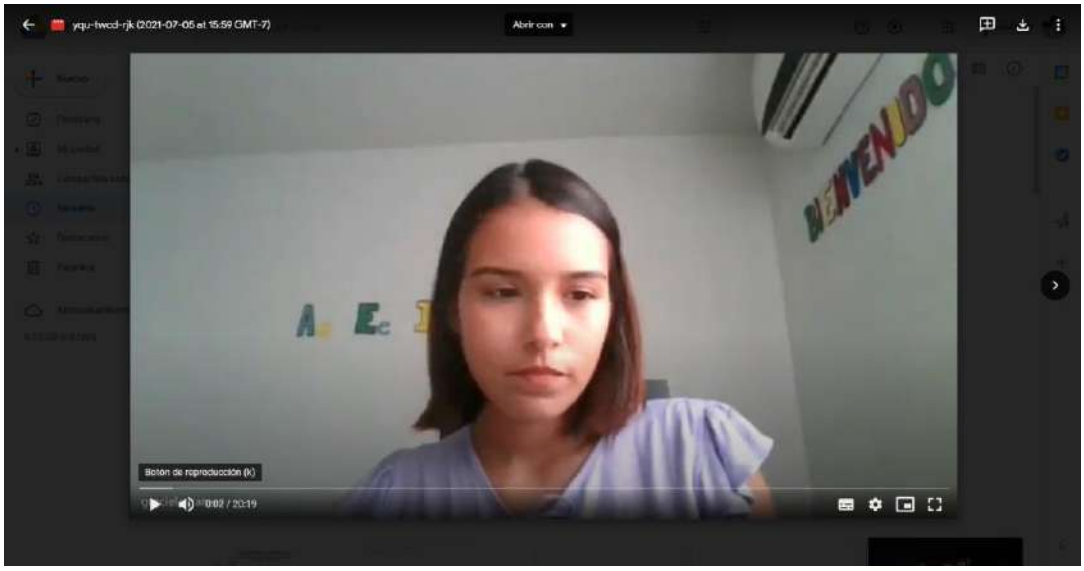


Figura 58

Evidencia de entrevista.