

ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICA PRIVADA TOULOUSE LAUTREC



EQUILIBRA APP

Proyecto de innovación para obtener el grado de Bachiller
en Publicidad y Marketing Digital

AUTORES:

DANIEL ALEJANDRO TORRES LIMA

IBAR MARIANO QUINTANA LARA

Lima - Perú
Año 2022

● 23% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 21% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 21% Base de datos de trabajos entregados
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	repositorio.tls.edu.pe Internet	11%
2	es.scribd.com Internet	6%
3	docplayer.es Internet	2%
4	Universidad de Cádiz on 2021-04-23 Submitted works	2%
5	ellucian.com Internet	1%
6	Universidad Adolfo Ibáñez on 2023-11-28 Submitted works	<1%
7	Universidad de Pamplona on 2020-10-29 Submitted works	<1%

PROYECTO DE INNOVACIÓN

Resumen

El proyecto de innovación: Desarrollo de una herramienta digital para mejorar el bienestar emocional y psicológico de los estudiantes universitarios en Lima Metropolitana, año 2022, se plantea en el contexto del área estratégica de desarrollo prioritario de Salud y bienestar social y la actividad económica de Salud humana y asistencia social y busca resolver la falta de acceso/conocimiento de herramientas de soporte psicológico para jóvenes, teniendo como población beneficiaria universitarios de 16 a 30 años en Lima Metropolitana.

Se aplicó la metodología de resolución creativa de problemas con herramientas de Design Thinking para tomar como centro al usuario y Lean Startup para impulsar la implementación de los resultados, estas herramientas contemplan la colaboración y el pensamiento visual, como la técnica persona para plantear arquetipos y validar usuarios, mapa de actores para reconocer el contexto y mercado, mapa de trayectoria, para delinear la mecánica de la propuesta, canvas de propuesta de valor, para consolidar el concepto innovador, canvas de modelo de negocio que permita observar la sostenibilidad de la propuesta, entre otras, que son presentadas en detalle en el documento a continuación.

Trazamos cuatro arquetipos: Julio el estudiante preocupado, Andrea la estudiante que trabaja, Mariana la estudiante perseverante, y Diego el estudiante cachimbo. identificamos que sus dolores y necesidades giraban en torno a: una ausencia de apoyo y herramientas para gestionar su bienestar psicológico y emocional, y la perspectiva de que la universidad no se interesa por su bienestar integral sino únicamente por su rendimiento académico (el cual está ligado e influenciado por su estado psicológico y emocional).

La solución innovadora presentada en forma de propuesta de valor consiste en brindar conocimiento, herramientas y soporte a nuestros usuarios en torno a su bienestar psicológico y emocional, se trata de una app para jóvenes que cuenta con un servicio de enfoque gamificado y busca brindarles herramientas para mejorar su bienestar psicológico y emocional priorizando el autoconocimiento, desarrollo personal y la mejora continua.

Para la experimentación se diseñaron prototipo(s) y sus estructuras giran en torno a la generación de cuentas/usuarios, posteriormente se les pide a los estudiantes que determinen que áreas de sus vidas desean trabajar (se les ofrecen opciones) y la idea es que de acuerdo a esto se les vaya ofreciendo contenido dinámico para trabajar. El estudiante va a encontrar información, herramientas como tests, dinámicas, ejercicios y sugerencias para fomentar su crecimiento y desarrollo, y recibirá recompensas durante su proceso (estrellas). Incorporamos elementos de gamificación (uso de técnicas y dinámicas de juegos) para generar engagement a través de recompensas y elementos lúdicos que facilitan el aprendizaje. La idea es que la app vaya brindando contenido más

especializado a medida que progresas, y que se desbloqueen nuevas áreas de vida y funciones más avanzadas.

En el marco de las perspectivas de los estudiantes universitarios en torno a su salud mental y el rol de la universidad en ésta se pudo concluir que ellos se encuentran en una búsqueda constante de su estabilidad emocional y psicológica, para lo cual hacen uso de estrategias personales y subjetivas que no necesariamente van a ser lo mejor en consecuencia para su salud.

El estudiante percibe un desinterés por parte de la universidad con respecto a su bienestar, y la universidad ha de tomar un rol más activo en ello considerando que este se encuentra estrechamente ligado a la salud física, rendimiento académico y autoestima del alumno.

Se concluye también que el estigma con respecto a la salud mental persiste y que el modo de diluirlo es a través de la educación.

Mediante las validaciones proporcionadas por usuarios con respecto al aplicativo pudimos concluir que la visualizan como un medio para obtener un mayor equilibrio y sistema de apoyo para navegar aspectos de su vida, entre ellos el académico. Se considera una herramienta introductoria hacia el bienestar y salud mental que les permite desarrollarse progresivamente y a su ritmo propio mediante los materiales y actividades que brinda.

Se concluye que la solución propuesta Equilibra App tiene como objeto introducir al estudiante universitario en el desarrollo de su bienestar propio, y se recomienda como siguiente paso incorporar más funciones a nuestro aplicativo, invertir en mejorar nuestros servicios mediante el feedback de nuestros clientes y hacer crecer nuestro equipo para incorporar más ciencia de data, pues el uso efectivo de datos puede crear una red digital de seguridad, asegurando que ningún estudiante se pierda en el sistema.