

**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICA PRIVADA TOULOUSE
LAUTREC**



**Comunidad virtual que ayuda a prevenir la depresión en niños de 6 a 10
años de Lima Metropolitana**

Trabajo de investigación para obtener el grado de Bachiller en Arquitectura de Interiores

AUTORES:

ANGELICA MARIA DEL PILAR MIRANDA HERRERA

(CÒDIGO ORCID: 0000-0002-8961-2729)

Trabajo de investigación para obtener el grado de Bachiller en Dirección y Diseño Gráfico

ANDREA MILAGROS NIETO CASTILLO (

CÒDIGO ORCID: 0000-0002-5078-5315)

Asesor

LENY AMELIA AMELIA PERCCA TREJO

(CÒDIGO ORCID: 0000-0002-8363-8354)

Lima-Perú

Julio 2022

● 14% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 11% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 10% Base de datos de trabajos entregados
- 2% 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.usil.edu.pe Internet	2%
2	Universidad San Ignacio de Loyola on 2020-11-19 Submitted works	1%
3	repositorio.ucv.edu.pe Internet	<1%
4	repositorio.ug.edu.ec Internet	<1%
5	repositorio.tls.edu.pe Internet	<1%
6	coursehero.com Internet	<1%
7	uvadoc.uva.es Internet	<1%
8	lab.elmundo.es Internet	<1%

9	biblioteca.uajms.edu.bo Internet	<1%
10	repositorio.uta.edu.ec Internet	<1%
11	prezi.com Internet	<1%
12	Desarrollo Educativo S.A. Instituto Toulouse Lautrec on 2023-08-04 Submitted works	<1%
13	concejomdp.gov.ar Internet	<1%
14	zonapediatrica.com Internet	<1%
15	Universidad Cesar Vallejo on 2018-06-21 Submitted works	<1%
16	utn on 2024-02-09 Submitted works	<1%
17	doczz.es Internet	<1%
18	elsevier.es Internet	<1%
19	ujaen.es Internet	<1%
20	webconsultas.com Internet	<1%

21	doaj.org Internet	<1%
22	indoamerica on 2022-08-05 Submitted works	<1%
23	docsity.com Internet	<1%
24	doctoralia.es Internet	<1%
25	Ana G. Méndez University on 2024-04-29 Submitted works	<1%
26	Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC on 2023-05-16 Submitted works	<1%
27	culturacolectiva.com Internet	<1%
28	repositorio.continental.edu.pe Internet	<1%
29	repositorio.unsaac.edu.pe Internet	<1%
30	ri.uaemex.mx Internet	<1%
31	familia.com.mx Internet	<1%
32	sabiia.cnptia.embrapa.br Internet	<1%

33	scielo.cl Internet	<1%
34	azchildcare.org Internet	<1%
35	catarina.udlap.mx Internet	<1%
36	digital.cic.gba.gob.ar Internet	<1%
37	elearn.neuropedagogy.upatras.gr Internet	<1%
38	librosaccesoabierto.uptc.edu.co Internet	<1%
39	salud.medicinatv.com Internet	<1%
40	elpatoweb.com.ar Internet	<1%
41	latinastereo.com Internet	<1%
42	somosmamas.com.ar Internet	<1%
43	toulouse.edu.pe Internet	<1%
44	Desarrollo Educativo S.A. Instituto Toulouse Lautrec on 2024-01-31 Submitted works	<1%

45	Universidad Europea de Madrid on 2021-06-28 Submitted works	<1%
46	Universidad Femenina del Sagrado Corazón on 2019-12-02 Submitted works	<1%
47	Universidad Internacional de la Rioja on 2019-07-23 Submitted works	<1%
48	Universidad de Las Palmas de Gran Canaria on 2023-06-12 Submitted works	<1%
49	archive.org Internet	<1%
50	consultoriadeserviciosformativos on 2024-05-06 Submitted works	<1%
51	cybertesis.unmsm.edu.pe Internet	<1%
52	efesalud.com Internet	<1%
53	es.scribd.com Internet	<1%
54	hdl.handle.net Internet	<1%
55	jiem.org Internet	<1%
56	mejorconsalud.as.com Internet	<1%

57	repositorio.unc.edu.pe Internet	<1%
58	repositorio.uncp.edu.pe Internet	<1%
59	repositorio.upch.edu.pe Internet	<1%
60	repositorio.utc.edu.ec Internet	<1%
61	unifranz on 2024-05-22 Submitted works	<1%
62	clubensayos.com Internet	<1%
63	colsanjavier.cl Internet	<1%
64	japonespanol.com Internet	<1%
65	science.gov Internet	<1%
66	Cubillas, Anhiela Silvia Contreras Wong Ibarra, Armando Jesus Torre V... Publication	<1%
67	Desarrollo Educativo S.A. Instituto Toulouse Lautrec on 2023-02-12 Submitted works	<1%
68	Universidad Anahuac México Sur on 2022-05-17 Submitted works	<1%

69	Universidad Tecnologica del Peru on 2024-06-06 Submitted works	<1%
70	SOLUCIONES ACADEMICAS DEL VALLE S.A on 2020-03-20 Submitted works	<1%
71	Universidad Cesar Vallejo on 2016-10-17 Submitted works	<1%
72	Universidad del Desarrollo on 2024-02-07 Submitted works	<1%
73	dspace.ucuenca.edu.ec Internet	<1%
74	Universidad San Ignacio de Loyola on 2020-10-28 Submitted works	<1%
75	Universidad Popular del César,UPC on 2021-09-04 Submitted works	<1%
76	informador.com.mx Internet	<1%

Resumen de Trabajo de Investigación

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo presentar una solución frente a la problemática que es la depresión en niños de 6 a 10 años en Lima Metropolitana. Para poner en marcha este proyecto, iniciamos con una investigación completa de la problemática siguiendo la metodología del Toulouse Thinking.

Entrevistamos a padres y especialistas para poder tener un entendimiento más profundo del tema con la finalidad de proponer una solución innovadora y atractiva para nuestro usuario objetivo. El resultado de nuestra investigación fue la creación de una comunidad virtual para padres llamada “Punto & Coma - Padres en Reconstrucción”.

Esta comunidad virtual, busca formar una red de padres de familia que estén buscando hacer un cambio y aprender acerca de la crianza responsable, para poder criar a sus hijos de la mejor manera. Esta red de padres tiene como raíz una plataforma virtual donde los padres podrán obtener y compartir información relevante, recibir ayuda de especialistas y participar de actividades didácticas donde podrán fortalecer los lazos con sus hijos. La idea surge tras entender la necesidad e importancia de la inteligencia emocional en los padres para prevenir episodios de depresión infantil en sus hijos y así prevenir que estos empeoren con el tiempo. Analizando el sector y al público objetivo nos dimos cuenta que había una oportunidad de crecimiento, ya que, los padres y futuros padres de esta generación le dan importancia mayor a la salud mental y por efecto a ser mejores padres.

Los resultados de los talleres generativos que desarrollamos, fueron positivos. Concluimos que los padres tienen la necesidad de pertenecer a una comunidad donde puedan conversar de temas complejos sin sentirse juzgados, además de obtener consejos de otros padres que han pasado

por situaciones similares, ofreciendo nuevos puntos de vista a problemas cercanos. Se reflejó el interés por la propuesta de valor, el juego planteado y las ganas de pertenecer a una comunidad donde se apoyen entre padres en el proceso de crianza de sus hijos.

Palabras clave: Depresión Infantil, Crianza Responsable, Familia, Padres, Psicología, Diseño Gráfico, Diseño de Interiores, Comunidad Virtual, Niños

TABLA DE CONTENIDO

ÍNDICE DE TABLAS	6
1. Contextualización del Problema	7
2. Justificación	9
Justificación social	9
Justificación práctica	11
Justificación metodológica	11
3. Reto de innovación	12
Preguntas	12
Objetivos	12
4. Sustento Teórico	13
5. Beneficiarios	30
6. Propuesta de Valor	33
6.1 Propuesta de Valor	33
6.2 Segmento de clientes	34
6.3 Canales	34
6.4 Relación con los clientes	35
6.5 Actividades clave	35
6.6 Recursos clave	36
6.7 Aliados clave	36
6.8 Fuentes de ingresos	36
6.9 Presupuestos	37
7. Resultados	40
8. Conclusiones	41

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Utilidad estimada en el primer trimestre “Punto y Coma”</i>	37
Tabla 2. <i>Descripción del presupuesto de inversión inicial en detalle</i>	38
Tabla 3. <i>Descripción del presupuesto de gastos mensuales en detalle</i>	38
Tabla 4. <i>Proyección de utilidad estimada durante los 5 primeros meses</i>	39

1. Contextualización del Problema

Hoy en día los trastornos depresivos se han convertido en una experiencia común en el crecimiento y desarrollo del ser humano, llegando a evolucionar dicha condición a un alcance global al que se le considera un problema de salud pública debido a las dificultades físicas y sociales que representa en una persona el padecer algún nivel del trastorno en su vida cotidiana. Dichas dificultades son muchas veces padecidas en vista de que la accesibilidad a tratamientos y la disponibilidad de profesionales de salud mental son una problemática que muchos países aún se esfuerzan por mejorar.

La mencionada situación no es ajena al Perú. Según el Ministerio de Salud (MINSA, 2018), “anualmente en promedio el 20.7% de la población mayor de 12 años padece de algún trastorno mental. Los más frecuentes siendo los episodios depresivos con una prevalencia nacional anual de aproximadamente 7.6%” (p.16). En nuestra realidad nacional tal rango de edad no es una coincidencia puesto que gran parte de la población peruana no tiene los medios para solventar un tratamiento psicológico o farmacológico, siendo los tratamientos más efectivos y funcionales los pertenecientes al sector privado.

Más allá de los obstáculos de salud pública existe una característica social que afecta los porcentajes ya mencionados y, es que, los peruanos se encuentran colectivamente inmiscuidos en prejuicios sobre la salud mental y la dificultad que representa un trastorno mental en la vida de un niño, un adolescente y un joven. Manteniendo la idea tergiversada de que la depresión afecta solo a los adultos y que mostrar sentimientos de tristeza, desaliento e irritabilidad son características propias de una edad inmadura y no de un cuadro psicológico que podría impactar a largo plazo en el desarrollo de la vida adulta y la funcionalidad como ciudadano productivo de la sociedad.

En el contraste más científico, los trastornos depresivos comienzan a menudo a temprana edad, siendo los niños afectados con alteración afectiva de tristeza con mayor intensidad y duración. Según Faros, (2021) “La depresión en niños puede ser severa y de larga duración y puede interferir en todos los aspectos de su vida diaria, desde el rendimiento escolar hasta sus relaciones con amigos y familiares” (párr.5). Produciendo cambios en su comportamiento, llegando a tener una mortalidad potencial mientras el niño no sea diagnosticado ni tratado.

Sumando a esta perspectiva, Martínez-Martín (2014) plantea:

La depresión en los niños no se manifiesta tanto como un estado de ánimo alterado identificado claramente por el paciente, sino como un conjunto de síntomas variables en función del estado evolutivo, que abarcan desde alteraciones conductuales (conductas delictivas, agresividad, consumo de tóxicos), hasta retraso del desarrollo psicomotor, disminución del rendimiento escolar o aparición de síntomas somáticos, lo que dificulta el diagnóstico. (p.2).

Adicionando a la dificultad de determinar dicho diagnóstico, los motivos que impulsan un cuadro depresivo durante la infancia a menudo están relacionados a factores sociales, socio familiares, genéticos y biológicos como el acoso escolar, la pérdida de un ser querido, problemas de los padres o separación de los mismos, una crianza autoritaria y abusiva, el tener el antecedente de uno o ambos padres con un historial depresivo y las alteraciones en la secreción de serotonina, respectivamente. Los motivos mencionados mantienen variables capaces de pasar desapercibidas por los mismos padres o algún ente cuidador del infante, sobre todo si este último no ha sido instruido en expresar sus emociones y preocupaciones.

En base a lo redactado anteriormente, partiendo de las carreras de Dirección y Diseño

Gráfico y Arquitectura de Interiores, se propone crear una comunidad de padres que da solución al problema de depresión infantil en niños de 6 a 10 años en Lima Metropolitana. Se decidió dar enfoque al problema a través de los padres, de manera que a ellos se les enseñe los medios de prevención a la depresión infantil partiendo de la enseñanza de habilidades de inteligencia emocional para que sus hijos tengan las herramientas que los ayuden a afrontar cualquier situación de su vida y no tengan que padecer un cuadro depresivo que impacte en su crecimiento.

Concluimos que la creación de esta comunidad virtual “Punto & Coma - Padres en reconstrucción”, ayudará significativamente a superar la problemática de la depresión infantil partiendo de los padres.

2. Justificación

Una gran cantidad de niños entre los 6 y 10 años de Lima Metropolitana se han visto expuestos a algún detonante emocional, psicológico y/o físico que provocó en ellos un cuadro depresivo con consecuencias a largo plazo, afectando su adolescencia, juventud y adultez. Además de impactar gravemente su desarrollo como adultos funcionales en la sociedad y futuros padres de familia.

Justificación social

El propósito de este proyecto es prevenir un trastorno depresivo en niños que encuentran afectada su integridad emocional, psicológica y física producto de algún evento traumático experimentado en el ámbito familiar, social o escolar. Dicha prevención es buscada acompañando a los padres en una crianza responsable y consciente que priorice la salud mental del niño afectado

mediante el buen manejo emocional de sus padres y su respuesta asertiva ante una situación conflictiva.

De acuerdo a De la Cruz, Flores, Salazar (2015), existe:

La necesidad urgente de que los padres puedan conocer estas manifestaciones de depresión en el niño, ya que en la prevención de este trastorno ellos cumplen un papel preponderante, pero llevarán a cabo esta tarea sólo cuando estén bien informados. (p.7)

Entendemos que para lograr una acción y prevención de parte de los padres de familia en torno a la problemática es necesario generar un nivel de consciencia en ellos y otorgarles una información directa y funcional para que, con dichas herramientas, el padre sea capaz de identificar las señales de alerta en su hijo y pueda actuar al momento oportuno antes de que el mismo genere un cuadro depresivo mayor que exija un tratamiento más complejo.

Ante el problema social presentado se plantea crear una comunidad virtual la cual consiste en una plataforma para padres donde ellos pueden no solo recibir retroalimentación sobre su evolución como padres y responder las dudas a sus preguntas recibiendo respuestas de otros padres que atravesaron la misma situación con sus hijos sino que el principal motivo de dicha plataforma es proveer a los padres de información sobre inteligencia emocional para que ellos puedan transmitir aquel conocimiento a sus hijos.

Esta propuesta busca ayudar a prevenir la depresión infantil en niños de 6 a 10 años ya que el objetivo es entregarles las herramientas de gestión emocional a través de sus cuidadores para que ellos puedan aprender a atravesar cualquier situación o dificultad que les presente durante su desarrollo.

Justificación práctica

La etapa de la niñez es una fase fundamental para que los niños se desarrollen con las bases necesarias, de aprendizajes y sobre todo el bienestar emocional que le acompañará el resto de su vida. En esta etapa los niños absorben toda la información que pasa a su alrededor, es por eso que nuestra propuesta va dirigida a niños de 6 a 10 años. Teniendo a la familia como el entorno más cercano al niño, comprendemos que de ella depende la supervivencia no solo física sino emocional del niño debido a que, desde los 0 a 3 años, el niño desarrolla todos los elementos básicos para que más adelante pueda comunicar sus necesidades y deseos con su familia y el resto de la sociedad. Numerosos expertos han señalado cómo las malas relaciones con los padres son la fuente de diversos problemas infantiles, incluyendo la depresión.

Justificación metodológica

La investigación que se presenta en este informe fue realizada con distintos procedimientos, inicialmente trabajamos con el tablero de Miró para organizar nuestras tareas de las diferentes semanas, elegimos nuestro tema de interés de acuerdo a la ODS, luego de una lluvia de ideas con el equipo, empezamos a trabajar nuestro problema del tema elegido.

Trabajamos utilizando Toulouse Thinking, establecimos nuestro mapa de actores, para realizar nuestro plan de investigación donde organizamos nuestro guión de entrevistas, los arquetipos que decidimos trabajar, así poder formular preguntas claves a nuestros entrevistados y poder tener una data específica de acuerdo a la encuesta brindada, así pudimos sacar los insights.

Seguidamente realizamos las propuestas de valor de cada arquetipo para tener claro nuestro usuario, luego se trabajó el reto de diseño, con una lluvia de ideas para llegar a nuestra solución.

3. Reto de innovación

Depresión en niños de 6 a 10 años en Lima Metropolitana.

Preguntas

Pregunta General.

¿Cómo podríamos prevenir la depresión en niños de 6 a 10 años en Lima Metropolitana?

Preguntas Específicas.

- ¿Cómo podemos generar un material visual informativo y didáctico para educar a los padres respecto a la depresión infantil?
- ¿Qué tipo de medio es el más adecuado para llegar a informar y difundir información en los padres?
- ¿A través de qué recursos podemos conectar a padres e hijos para educar a ambos respecto a la salud emocional?

Objetivos

Objetivo General.

Crear una comunidad “Punto & Coma - Padres en Reconstrucción” que ayude a prevenir la depresión en niños de 6 a 10 años en Lima Metropolitana.

Objetivos Específicos.

- Diseñar material informativo y didáctico para educar a los padres respecto a la prevención de la depresión infantil.
- Investigar qué medio es el más adecuado para informar y difundir información en los padres.

- Determinar qué recurso puede ayudar a conectar a padres e hijos para educar a ambos respecto a la salud emocional.

4. Sustento Teórico

1.1. Estudios previos

Antecedentes

Sosa y Dávila (2020) desarrollaron un artículo titulado *Diseño de Material Didáctico Para Prevenir Depresión, Basado en Teorías Cognitivas*. Universidad de Sonora. Hermosilla, México.

El proyecto tuvo el objetivo de ayudar a niños que tengan depresión leve o estén en proceso de desarrollo de este trastorno, empleando terapias cognitivas a través de un material didáctico con el fin de disminuir la depresión en niños. Dicho material didáctico fue diseñado para prevenir y tratar la depresión leve mediante diferentes actividades en donde los niños obtengan herramientas y técnicas que les ayuden a tratar diferentes pensamientos erróneos y situaciones que los pudieran deprimir a largo plazo, resultando más sencillo para los niños responder a actividades que no requieran un análisis muy profundo.

Se llegó a la conclusión que el material didáctico es aceptado por parte de los niños de forma rápida y efectiva. Los colores, las formas, y las actividades propuestas lograron despertar su atención, llegando a ser capaces de identificar señales, síntomas y pensamientos presentes en ellos mismos, sirviendo como información para la identificación de un posible cuadro depresivo de modo que los padres tengan la oportunidad de actuar de forma temprana y prevenir dificultades emocionales en la vida de sus hijos. Asimismo, se descubrió que el tablero de juego enfocado en situaciones y contextos diversos, también preparaba a los niños para enfrentar casos en su día a día, brindándoles diferentes herramientas para desarrollar su inteligencia emocional.

Se ha considerado este proyecto en nuestra investigación porque demuestra la efectividad de detectar y prevenir la depresión en niños desde un enfoque didáctico y gráfico, siendo que dicho enfoque tiene funcionalidad en la detección temprana y en la prevención de una depresión clínica que requiera un tratamiento psicológico y/o farmacológico a largo plazo y pueda representar dificultades en el crecimiento y desarrollo de un niño.

Mendoza Cerrón (2020). *Diseño Gráfico para Medios Digitales como Herramienta de Desarrollo sobre la Inteligencia Emocional en Niños a través de Relaciones Filio-parentales*. Para optar por el título profesional de Licenciado en Arte y Diseño Empresarial. Universidad San Ignacio de Loyola.

La concentración de este trabajo fue el punto inicial bajo el que los seres humanos se desarrollan emocional y socialmente. Con esta investigación se busca explicar a las familias como una de las principales variables que influyen en el desarrollo emocional de los niños, debido a que es la principal entidad donde el niño se desenvuelve.

Se evalúan los estilos de crianza, la inteligencia emocional y su desarrollo desde la infancia, y las consecuencias que cada estilo de crianza tiene sobre el progreso de esta. En este proyecto se buscó que el público objetivo logre reafirmar el vínculo que se ha perdido en la sociedad, que se entienda que la crianza basada en el apoyo, el afecto y la comunicación pueden lograr que los niños aprendan a desarrollar correctamente sus emociones.

Esto fue planteado a través de una campaña digital por medio de Facebook, en la cual el propósito era encontrar la “receta” para lograr unir a las familias a través de la interacción por medio de consejos prácticos y actividades con el fin de brindar sugerencias de cómo se puede afianzar la relación con los hijos.

Esta tesis concluyó que existe un déficit en el nivel de inteligencia emocional en niños cuyos padres desconocen de los estilos de crianza adecuados para educar a sus hijos. Igualmente se reconoció la funcionalidad de la campaña como un medio de ayuda a los padres de familia para educar a sus hijos con mayor asertividad a través de mensajes breves y positivos, sumando la eficacia de transmitir el mensaje a través de un contenido simple y ordenado de la mano con ilustraciones infantiles minimalistas, logrando obtener un contenido que no solo pueda ser revisado por padres sino compartido directamente hacia los hijos.

Se consideró esta tesis dentro de la investigación porque no solo entiende la importancia de la familia como principal entidad donde los niños se desarrollan y la importancia de una crianza positiva para obtener buenos resultados, también nos brinda una guía sobre el tipo de contenido que induce a nuestro público objetivo a tomar acción sobre el tema y que estilos gráficos y códigos visuales son los ideales para la categoría que queremos abarcar.

Tibble Decastro S. (2012). *Diseño de Juegos Intergeneracionales para crear Momentos de Unión Familiar*. Para optar por el título de Diseñadora Industrial en la Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá, DC.

El objetivo de este trabajo de grado fue la creación de un juego que fortalezca los vínculos emocionales entre padres e hijos y a su vez genere momentos de unión familiar con el fin de incrementar los tiempos de calidad en la interacción padres-hijo, prevenir la predisposición de los niños a los vicios, conductas agresivas, pasivas y activas, el aislamiento social y la depresión infantil.

Este proyecto dio como conclusión el hallazgo de que jugar activamente logra un cambio positivo en la relación familiar, promoviendo el contacto corporal y demás objetivos. Además, se logró que los padres entendieran que debían participar activamente durante el juego, esforzándose

por recorrer las rutas planteadas y logrando divertirse con sus hijos en el proceso, disminuyendo su estrés por involucrarse en una experiencia activa.

Se consideró esta tesis dentro de la investigación porque entiende la importancia de crear un buen desarrollo emocional desde la infancia temprana y lo fundamental que es que los padres se involucren activamente en pasar tiempo y experiencias con sus hijos, fortalezcan el vínculo familiar en los hogares y tengan las herramientas necesarias para que los niños se críen con padres presentes. Asimismo, cuenta con hallazgos importantes acerca de cómo desarrollar una ruta estructurada dentro de la casa que pueda convertirse en un juego escala real.

Moreno Dulanto (2019) desarrolló la tesis *Piezas Gráficas sobre la Depresión Infantil y la Percepción en Estudiantes de Primaria de tres Instituciones Educativas Olivos*, para optar por el Título profesional de Licenciada en Arte y Diseño Empresarial, en la Universidad César Vallejo.

La tesis tuvo como objetivo determinar qué relación existe entre las piezas gráficas de depresión infantil y la percepción en estudiantes de primaria de tres Instituciones Educativas en el distrito de Los Olivos, siendo que dichos alumnos no comprendían en qué consistía un afiche informativo o un banner, se buscó que el tema de la depresión infantil fuera fácilmente perceptible a través de las piezas mencionadas por su utilidad como herramientas y suministros de información sintetizada para hacer llegar la problemática directamente a los sujetos en cuestión.

Posterior al análisis de los resultados del proyecto, se concluyó que las piezas gráficas representan una herramienta beneficiosa para visualizar hechos y temas de manera didáctica, creativa y progresiva para los estudiantes. Estableciendo que los componentes como el manejo del color, la tipografía y la diagramación representan una parte fundamental en la percepción de los estudiantes debido a los aspectos psicológicos, estéticos y sensoriales que simboliza cada elemento

respectivamente, siempre y cuando estos hayan sido empleados de manera funcional dependiendo el público al que se dirige cierta información.

Se eligió esta tesis como antecedente porque nos demuestra que el uso de las piezas gráficas como herramienta dinámica para comunicar una temática tan sensible a un público infantil, logra llamar la atención y despertar el interés del lector en descubrir el contenido de la pieza con tan solo percibir el material visual.

Sánchez del Valle (2015) diseñó y ejecutó el proyecto educativo *Incidencia de la Depresión Infantil en la Enseñanza Aprendizaje. Guía de Actividades Motivadoras para Docentes, Padres de Familia y Representante Legal*, previo a la obtención del Título de Licenciada en Ciencias de la Educación, en la Universidad de Guayaquil. Ecuador, Guayaquil.

El proyecto educativo tuvo como objetivo diseñar una guía de actividades motivadoras para dotar a docentes, padres de familia y representantes legales que sirva de ventaja para el proceso de adquisición en el desarrollo de enseñanza aprendizaje en los niños y niñas de 5 a 6 años con depresión infantil. Se idearon y diseñaron las actividades planteadas desde un enfoque estratégico para lograr que los niños, con la guía de un adulto, puedan expresar sus sentimientos y emociones a través de las actividades planteadas para así identificar a tiempo y a la par evitar un posible caso de depresión que afecte el desarrollo académico y emocional del menor.

Posterior al desarrollo del proyecto se llegó a la conclusión de que la herramienta diseñada ayuda a detectar la depresión infantil debido a que en las actividades realizadas en clase es posible observar rasgos de sintomatología depresiva en los niños puesto que el desenvolvimiento que ellos demuestran durante las actividades de la guía servirán de estudio y análisis para que el docente identifique señales de alerta y pueda comunicar oportunamente a los padres de familia para lograr una acción conjunta en búsqueda del bienestar del niño.

Este proyecto fue elegido dado que plantea un alcance distinto del diseño desde una perspectiva estratégica no sólo gráfica sino metodológica, ofreciéndonos la oportunidad de analizar cómo contribuir a la propuesta desde todos los ángulos posibles de nuestra profesión puesto que no solo nos reducimos a diseñar material visual sino también experiencias.

1.2. Marco teórico

1. Depresión

1.1 Conceptualización de depresión

La depresión (del latín *depressio*, que significa ‘opresión’, ‘encogimiento’ o ‘abatimiento’). Se puede decir que es un estado de ánimo que afecta en la vida de la persona que puede ser transitorio o permanente. Según la Organización Mundial de la Salud (2021) se define como un trastorno mental de nuestro organismo, “se caracteriza por la tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa, trastornos de apetito o sueño, falta de concentración y sensación de cansancio.” (párr.1)

La depresión es un trastorno con mayor frecuencia en todo el mundo, que puede convertirse en un problema de salud grave, causando sufrimiento a la persona afectada, alterando sus actividades diarias.

De acuerdo a Gonzalez, Pineda, Gaxiola (2018) “la depresión es un periodo de al menos dos semanas en las que hay un estado de ánimo deprimido o una pérdida de interés o placer por realizar actividades, sin ser atribuible a otras condiciones médicas.” (p.2)

Además podemos considerar que pueden estar relacionados en situaciones de ámbito académico, familiar, entre otros, generando mayor intensidad si no es tratado a tiempo.

1.2 Tipos de depresión

1.2.1 Trastorno depresivo mayor

La Depresión también denominada Trastorno Depresivo Mayor o Depresión Clínica, es un trastorno emocional que causa un sentimiento de tristeza constante y una pérdida de interés en realizar diferentes actividades. Según el artículo Actualización sobre el Trastorno Depresivo

Mayor (2020):

El trastorno de depresión mayor es una de las enfermedades más incapacitantes del mundo, es por esto que debe ser abordada de manera precoz, ya que sus síntomas pueden continuar en aumento, y esta misma se convierte en factor de riesgo para suicidio y otras causas de muerte. (p.14)

El TDM no solo tiene la capacidad de incapacitar a una persona de realizar sus actividades diarias, sino que, por la intensidad de sus síntomas estos pueden llevar a generar otros trastornos como los trastornos alimenticios y trastornos delirantes que prosiguen poniendo en riesgo la integridad y bienestar de la persona.

1.2.2 Trastorno Depresivo Persistente

El Trastorno Depresivo Persistente también conocido como La Distimia es un trastorno del humor depresivo caracterizado por un curso crónico, en ocasiones fluctuante, y de una intensidad leve pero que causa un malestar clínicamente significativo. De acuerdo a Jimenez, Gallardo, Villaseñor y Gonzales (2012):

Se considera que la distimia tiene peor pronóstico que el trastorno depresivo mayor y que puede producir igual o mayor limitación funcional, ya que los pacientes con distimia se quejan de que sus síntomas interfieren de manera importante con sus actividades sociales y su funcionamiento en el trabajo o la escuela. (p.2)

La característica principal de este trastorno es que, a diferencia del TDM, el TDP persiste por lo menos dos años en adultos y un año en adolescentes y niños. Es decir, que una persona que padece el mencionado trastorno debe atravesar los síntomas del mismo durante un largo período de tiempo el cual llega a representar importantes repercusiones en la calidad de vida.

1.2.3 Trastorno Ansioso-Depresivo

El Trastorno Ansioso-Depresivo es un trastorno que combina los síntomas de la ansiedad y la depresión. De acuerdo a Tiller (2013):

Se ha demostrado que el 39% de las personas con trastorno de ansiedad generalizada (TAG) también cumplen con los criterios para la depresión. Alrededor del 85% de los pacientes con depresión también experimentan síntomas significativos de ansiedad, mientras que la depresión comórbida ocurre en hasta el 90% de los pacientes con trastornos de ansiedad. (p.1)

La sintomatología de la ansiedad y la depresión se presentan en partes iguales, uno no predomina por el otro por lo tanto no está justificado un diagnóstico por separado y se llegó a la denominación de Trastorno Ansioso-Depresivo.

1.2.4 Depresión Atípica

Según la publicación de Depresión Atípica del portal Mayo Clinic (2019) “en una depresión atípica (también llamada «depresión con características atípicas»), el ánimo depresivo puede mejorar en respuesta a sucesos positivos. Otros síntomas clave comprenden mayor apetito, dormir demasiado, sentir pesadez en brazos o piernas y sentirse rechazado”. (párr.1)

Algunos síntomas de la depresión atípica podrían atribuirse a otros trastornos depresivos por tener características similares; sin embargo, lo que hace a la depresión atípica diferente a otras es que la persona que lo padece no pareciera tener la enfermedad a diferencia de los otros trastornos mencionados donde es visible en el físico y actitudes de la persona.

Otros medios como la BBC (2019) califica a la depresión atípica como “la depresión sonriente” debido a la característica de que “es difícil identificar quién puede estar padeciendo la enfermedad precisamente porque saben enmascarar su estado de ánimo real tras falsas muestras de felicidad”. (párr.3)

Tal información lleva a la conclusión de que la depresión atípica conlleva cierta peligrosidad a quien la padece ya que, por el mismo trastorno, tienen la capacidad de disimular los síntomas de su depresión de manera que incluso las personas de su entorno no pueden identificar el padecimiento de la persona.

1.2.5 Trastorno Afectivo Estacional

Según el artículo Trastornos Afectivos Emocionales, “Winter Blues” (2014).

El Trastorno Afectivo Estacional se define como la presencia de episodios depresivos mayores recurrentes en una época determinada del año con remisión total posterior cuando es superada dicha estación. [...] Donde también se sugiere que dichos episodios depresivos siguen un patrón estacional, ocurriendo en invierno, con cambios a periodos de eutimia o manía en primavera o verano. (p.1)

Este trastorno nos describe una depresión que puede ser producida en otoño o invierno y cuyos síntomas se apaciguan en los periodos de la primavera y el verano siendo muchos factores los implicados en el padecimiento como factores sociales, ambientales culturales.

1.2.6 Trastorno Bipolar

Según el National Institute of Mental Health (2019), el trastorno bipolar antiguamente llamado trastorno maníaco depresivo o depresión maníaca.

Es un trastorno mental que puede ser crónico o episódico (lo que significa que ocurre ocasionalmente y a intervalos irregulares). Puede ocasionar cambios inusuales, a menudo extremos y fluctuantes en el estado de ánimo, el nivel de energía y de actividad, y la concentración. [...] Además agregan la variedad de cambios en el estado de ánimo puede ir de un extremo a otro. En los episodios maníacos, una persona puede sentirse muy feliz, irritable u optimista, y hay un marcado aumento en el nivel de actividad. (p.2)

Se concluye que el Trastorno Bipolar envuelve en sus síntomas cambios de ánimo abruptos y en su mayoría que oscilan entre extremos donde muchas veces en medio de los episodios de cambios anímicos la persona puede llegar a presentar síntomas mixtos de la depresión lo que

complejiza el tratamiento y hace que este padecimiento sea una condición que debe ser tratada de por vida.

1.2.7 Trastorno ciclotímico

Según la publicación Ciclotimia (trastorno ciclotímico) de la plataforma Centro Médico ABC (2021).

El trastorno ciclotímico o ciclotimia es una afección mental que provoca cambios pendulares en el estado de ánimo, por lo que el paciente puede experimentar períodos depresivos o de extrema euforia. Se le considera una especie de trastorno bipolar, pero de menor gravedad. (párr.1)

El Trastorno Ciclotímico mantiene un riesgo importante ya que si no se recibe un correcto tratamiento ante la primera aparición de los síntomas estos pueden evolucionar con un potencial desenlace en el diagnóstico de trastorno bipolar.

1.3 Factores de la depresión

1.3.1 Factores Biológicos

Actualizaciones de neurobiología de la depresión (2012):

En la actualidad se cuenta con evidencia que implica diversos aspectos fisiológicos: los cambios en las estructuras cerebrales y su funcionamiento, la participación de las monoaminas, su metabolismo, el papel de sus transportadores y sus polimorfismos, y de otros neurotransmisores, como el glutamato y el ácido amino- γ -butírico (GABA), el papel de la neurogénesis, la interacción de la vulnerabilidad genética y el ambiente y el papel de la inflamación. (p.107)

En conclusión, al observar diferentes cambios en el organismo que puede dar lugar a un cuadro de depresión, como por ejemplo los efectos de los fármacos de otras enfermedades, enfermedades físicas con la depresión, entre otras.

1.3.2 Factores Genéticos

Según, Vasquez (2011) “Los familiares de los pacientes con depresión padecen la enfermedad con una frecuencia hasta tres veces superior a la de los familiares de los controles sanos.” (p.261)

Dicho esto, existe una relación entre depresión y herencia, si el paciente sufre de depresión es probable que haya sido herencia genética.

1.3.3 Factores Psicosociales De

acuerdo a Vásquez (2011)

Los eventos estresantes están estrechamente relacionados con los cuadros depresivos, en muchas ocasiones preceden al trastorno, empeoran el curso o son responsables de la resistencia terapéutica, algunos estudios recientes informan que la relación de la depresión con los factores productores de estrés como causantes del mismo. (p.261)

Asimismo, el entorno en el que vive la persona, su situación económica, entre otros, genera estrés, pudiendo desarrollar un trastorno depresivo.

1.4 Depresión infantil

“Los distintos modelos que explican la depresión en adultos extendieron su uso para explicar la depresión infantil luego de su reconocimiento como entidad patológica. Por esta razón

no hay un modelo teórico que se haya elaborado específicamente para los niños”. (Abello, Cortés, Barros, Mercado y Solano, 2014, p.193)

Aun así, esta es una enfermedad psiquiátrica frecuente y seria en niños y adolescentes clasificada dentro de los trastornos del humor. En el caso de los niños, este trastorno puede ser altamente interferente en su desarrollo.

1.5 Factores que impulsan la depresión infantil

Maltrato

Según la Organización Mundial de la Salud (2020)

“El maltrato infantil se define como los abusos y la desatención de que son objeto los menores de 18 años, e incluye todos los tipos de maltrato físico o psicológico, abuso sexual, desatención, negligencia y explotación comercial o de otro tipo que causen o puedan causar un daño a la salud, desarrollo o dignidad del niño, o poner en peligro su supervivencia, en el contexto de una relación de responsabilidad, confianza o poder”. (pp1)

Este es un problema complejo ya que es normalizado cuando es en pequeña escala, y hasta pueden realizarlo sin darse cuenta de ello, pero estos también causan daños en la salud emocional del niño que repercutirán en su desarrollo.

1.5.1 Maltrato físico

Sanchez Saya (2017) explica que el maltrato físico es toda acción que ponga en peligro la salud física o mental de un niño, lo prive de su libertad o dificulte su desarrollo, “este tipo de maltrato va de acciones tan drásticas como las lesiones permanentes o temporales como acciones simples como un golpe o acción intencional que le haga sufrir o producir dolor a un niño” (p.18)

Este tipo de maltrato, sin embargo, es uno de los más aceptados en nuestra sociedad, ya que se lo considera y justifica como castigo a una mala conducta, aunque este de hecho cause cambios en su conducta, daños en su autoestima e incluso que se repita el ciclo.

La violencia repetida no ayuda al niño a distinguir lo malo de lo bueno, sino que termina haciendo que la agresión y el maltrato se vean como algo normal. La experiencia frecuente de violencia intrafamiliar es un factor de riesgo para la realización de futuras acciones delictivas y violentas (Moreno y Machado, 2020, p.7)

1.5.2 Maltrato psicológico Según

Sanchez, (2017)

El maltrato infantil psicológico es la denominación que reciben las agresiones que los adultos descargan sobre los menores, produciéndoles daños emocionales, afectando su desarrollo intelectual, educación y su adecuada integración a la sociedad. Generalmente son los familiares cercanos quienes de manera intencional los lesionan, con el pretexto de corregir su conducta por desobediencia o no cumplimiento de las tareas encomendadas.

(p.5)

Este tipo de maltrato causa mucho daño en el desarrollo y autoestima del niño, sin embargo es difícil de detectar ya que no quedan huellas físicas de este y también se puede dar de manera inconsciente o menos explícita, por ejemplo a través de no darles el soporte emocional necesario, ignorándolos o privándolos de afecto.

1.5.3 Acoso escolar

Analizando el concepto de acoso escolar, Cano-Echeverri (2018)

Concluyó que el acoso escolar es una conducta de violencia intencional, sistemática y reiterada ejercida por uno o más estudiantes sobre otro(s), la cual se produce mediante agresiones físicas, agresiones verbales o psicológicas (intimidación, ridiculización, difamación, aislamiento, etc.), o hasta agresiones por redes sociales, creando una relación asimétrica de poder, bajo una insuficiente reacción de su entorno y red de apoyo, logrando que la víctima se sienta desprotegida e impotente. (p. 61)

En conclusión, el acoso escolar es un problema persistente que pone a la víctima en una posición difícil de salir sin el apoyo de quienes están alrededor y que puede generar problemas de autoestima, ansiedad e incluso cuadros depresivos, lo cual dificulta su integración en el ambiente escolar, aprendizaje y desarrollo presente y futuro.

1.5.4 Pérdida de un familiar

A lo largo del desarrollo del niño, suelen hacer frente a diferentes pérdidas, en algunos casos el fallecimiento de un familiar, ante una pérdida como esta, el menor se sumerge en un estado doloroso.

Según el Instituto Nacional de Salud del Niño San Borja (2021):

Los síntomas ante la depresión por pérdida de un familiar son: cambios en el estado de ánimo como irritabilidad, sentimientos de desesperanza o furia/ira, conflictos frecuentes con sus amigos y familia, llantos frecuentes con mayor dificultad para consolarlo, falta de sueño y/o despertarse durante la noche o estar durmiendo a todas horas, problemas de alimentación, pérdida de interés a las actividades que disfrutaba antes, problema de memoria, menos interés en sus tareas escolares y decaídas en su esfuerzo académico, cambios en la apariencia (falta de higiene), incremento en comportamientos riesgosos o

imprudentes, tales como el consumo de drogas o alcohol, pensamientos sobre la muerte o el suicidio. (p.6)

En conclusión, la pérdida de un familiar para un niño puede llegar a desarrollar una depresión severa, interfiriendo en su vida diaria, desde el rendimiento escolar hasta las relaciones con amigos.

1.5.5 Separación de los padres

La separación de los padres afecta a los niños interrumpiendo su estabilidad que ellos necesitan, llegando a sentir desamor, angustia lo que puede causar el aislamiento social.

Según Roizblatt, Leiva y Maida (2017):

El divorcio produce alteración del bienestar del niño si es contencioso y si se asocia a empeoramiento de la situación económica, mal funcionamiento conductual y emocional de los padres, crianza ineficaz, pérdida de contacto con uno de los padres, persistencia de conflictos entre los cónyuges y ausencia de acuerdos en la crianza. (p.167)

En resumen, la separación de los padres interrumpe el desarrollo natural de los niños, respecto a su salud mental, pueden sentir un colapso de todo el medio que los rodea y protege. Además, pueden manifestar sentimientos de culpa y deslealtad con alguno de sus padres, provocando inestabilidad emocional.

1.5.6 Trauma transgeneracional

Según Salvador (2019):

Los padres que han infringido daño y trauma ya sea por negligencia, abandono o malos tratos de cualquier tipo a sus hijos es debido a que ellos mismos arrastran a su vez un pasado traumático; y lo mismo podemos decir de los ancestros que precedieron. (p.1)

Es decir, trauma transgeneracional, se refiere a los efectos psicológicos y fisiológicos que un trauma experimentado por las personas tiene en las generaciones posteriores de ese grupo.

1.5.7 Hogar disfuncional

“Familia en la que los conflictos, la mala conducta, y muchas veces el abuso por parte de los miembros individuales se producen continua y regularmente, lo que lleva a otros miembros a acomodarse a tales acciones.” (López. P, Barreto. A, Mendoza. E y Salto. M, 2015) (p.2)

El entorno familiar es crucial en el desarrollo del futuro de los niños, un hogar disfuncional resalta todos aquellos comportamientos que no deberían ocurrir para que un niño tenga un crecimiento positivo. Vivir en un hogar disfuncional puede lograr que los niños obtengan ciertos rasgos de personalidad negativos.

En conclusión, los padres influyen de manera importante en la vida de los hijos proporcionando herramientas para un adecuado manejo de emociones, frustración, autoestima, etc. Los niños si no cuentan con un ambiente familiar funcional, tendrán que lidiar con conflictos internos, llegando a padecer depresión.

1.6 Importancia

La problemática elegida tiene la importancia de abordar el objetivo 3, Salud y Bienestar, de los Objetivos de Desarrollo Sostenible desde la perspectiva de la salud mental, siendo tanto la salud física y mental dos entes que mantienen una relación de consecuencia donde cualquier alteración o daño a uno representa un desbalance en el otro con potenciales repercusiones a largo plazo, y, considerando a los trastornos depresivos como los principales causales de una salud emocional inestable, se determinó centrar el problema con un enfoque en la prevención de la

depresión infantil tomando en cuenta que la mayor causa de depresión en la sociedad peruana tiene su raíz en algún evento traumático ocurrido durante la infancia sea por factores genéticos, del desarrollo y/o experiencia de vida. Sin embargo, a pesar de que dichos factores no siempre pueden ser evitados con algún sistema de prevención, se pueden otorgar herramientas de gestión emocional e impulsar las habilidades blandas durante el crecimiento para aprender a atravesar cualquier dificultad de modo que esta no evolucione a un problema a largo plazo en un niño y este acabe desarrollando una depresión cuyo impacto pueda extenderse a la adultez.

5. Beneficiarios

5.1 Directos

El proyecto “Punto & Coma - Padres en Reconstrucción” tiene su enfoque en un grupo etario infantil de 6 a 10 años de edad que pertenecen al sector socioeconómico B, C. El grupo mencionado conforma a niños y niñas que aún no han atravesado la etapa de la pubertad y necesitan un soporte emocional asertivo de sus padres para desarrollar sus emociones y demás habilidades de manera que puedan atravesar su crecimiento sin dificultades emocionales y mucho menos sin sufrir un cuadro depresivo que pueda afectar su futuro.

5.2 Indirectos

Los beneficiarios indirectos del proyecto “Punto & Coma - Padres en Reconstrucción” están conformados por padres jóvenes adultos (colocar edades y NSE) que tienen un primer hijo en crecimiento o hijos que aún no entran en la etapa de la pubertad.

(a) Arquetipo del cliente

Los beneficiarios son hombres y mujeres de entre 25 y 38 años de edad, que residen en Lima Metropolitana. Son personas que crecieron careciendo de una crianza consciente y asertiva por parte de sus padres lo que representó diversas dificultades en su desarrollo y los llevó a tener el deseo y voluntad de hacer las cosas diferentes con sus propios hijos. Debido a los antecedentes presentes en su crianza, estas personas han frecuentado psicólogos en el pasado o bien frecuentan psicólogos actualmente para mejorar aspectos de su persona y ser más funcionales en su día a día. Disfrutaban mucho pasar tiempo con sus amistades de la universidad o el trabajo, sea asistiendo a eventos o reuniones más privadas, ya que para la mayoría de ellos la relación con sus familiares directos no supone un tiempo de ocio agradable. Asimismo, tienen un nivel de reflexión personal interiorizado y una habilidad empática notable que los lleva a compartir material más analítico, humano y hasta psicológico en sus redes sociales, no tienen temor a hablar y debatir ideas sobre dichas temáticas con otras personas y lo harán siempre que tengan la oportunidad. Estas personas tomaron la decisión con su pareja de formar una familia aunque sienten temores e inseguridades sobre si podrán ser buenos padres para sus hijos, por lo que necesitan un soporte que los guíe y acompañe en el proceso de crianza para que ellos se sientan más seguros sobre la paternidad que están ejerciendo y sus niños no crezcan con las mismas dificultades que sus padres.

Sandra Espinoza tiene 36 años de edad y trabaja como profesora en un colegio privado cerca a su residencia en el distrito de San Luis. Vive con su pareja con quien tiene una relación de 10 años y una hija de 6 años. En su poco tiempo de

ocio le gusta juntarse con sus amigas de la universidad ya que se siente algo cansada por ejercer la maternidad y mantiene varias dudas sobre si lo que está haciendo es lo correcto a pesar de contar con el apoyo emocional y físico de su pareja. Suele hacerle muchas preguntas específicas a su psicóloga de confianza sobre el tema y también a su madre, aunque las interacciones con ella no le dan ese soporte que necesita. Sigue a varias cuentas de instagram, la aplicación que más frecuenta, que producen contenido más consciente y reflexivo, además de compartir memes* sobre su situación actual y pasada. También sigue a influencers que son madres y a menudo se siente identificada con varios comentarios que otras personas comparten en las publicaciones de estas influencers. Por sus antecedentes familiares sigue manteniendo dudas y generando conflictos internos sobre si está ejerciendo una buena maternidad y si puede criar asertivamente a su hija para que esta no padezca de los mismos obstáculos que ella tuvo que atravesar.

En base a este arquetipo desarrollado, se utilizó la herramienta mapa de actores para establecer a los actores involucrados con el reto de innovación. A continuación se explica la relación entre los dos grupos principales:

Centrales

Los actores centrales o actores principales están conformados tanto por los padres primerizos como por sus hijos. Las acciones del primero impactarán en el segundo y por ese motivo se establecieron a los padres como arquetipo principal el cual interactúa de primera mano con la solución propuesta.

Directos

Los actores directos están conformados por los entes que apoyan y/o influyen en los actores centrales. En este caso específico los actores directos están conformados por amigos de los padres de familia y familiares pertenecientes a la familia nuclear. A través de la solución el proyecto “Punto & Coma” busca establecerse como otro actor directo debido a que para el padre, a veces contar con amigos o familiares cercanos no es una alternativa debido a que no pueden ofrecerles las soluciones y respuestas específicas que buscan de manera empática, confiable y humana.

6. Propuesta de Valor

6.1 Propuesta de Valor

Romper el ciclo del trauma generacional es una necesidad para disminuir el número de adultos disfuncionales en nuestra sociedad. Por ello nuestra propuesta busca acompañar a padres primerizos a ejercer una crianza más consciente de sus hijos, a través de una comunidad virtual que le dé a dichos padres una red de apoyo segura donde no sólo resuelvan las dudas a sus consultas, maneras de aprender a enseñar inteligencia emocional a sus hijos y prevenir un cuadro depresivo en ellos, sino también se sientan identificados y acompañados mientras ejercen su maternidad y paternidad junto a otros padres que tienen el mismo propósito de detener el ciclo de disfuncionalidad familiar.

6.2 Segmento de clientes

En el proyecto se está considerando un cliente principal, conformado por padres jóvenes adultos que tienen entre 25 a 38 años y tienen un primer hijo en crecimiento o más de un hijo que aún no entra en la etapa de la pubertad, a ellos se les ofrecerá la información y contenido de la plataforma “Punto & Coma - Padres en reconstrucción” para que a través de esta aprendan sobre la problemática y reconstruyan su estilo de crianza hacia uno más saludable y consciente. Si bien todas las estrategias de marca serán dirigidas a los padres, todo el proyecto como conjunto sigue enfocado en la prevención de la problemática principal, por ende, el beneficiario directo conformaría a niños que aún no atraviesan la etapa de la pubertad y tienen entre 6 y 10 años. Ellos también podrán interactuar con la marca y conectarán con sus padres a través del juego propuesto dentro de la solución.

6.3 Canales

De los canales considerados en este proyecto, el principal se centra en una página web donde los padres encontrarán toda la información relacionada a la prevención de la problemática, podrán comprar nuestro juego y también resolver sus dudas sobre crianza y compartir consejos para apoyarse mutuamente en un ambiente seguro, nuestra página contará con moderadores para lograr ello. Asimismo, se difundirá publicidad e información del proyecto por medio de plataformas virtuales como Instagram, Facebook y TikTok. Así como también, utilizaremos el SEM como herramienta de marketing digital para optimizar la visibilidad de nuestra plataforma.

6.4 Relación con los clientes

Debido a que nuestra comunicación será casi exclusiva con los padres, cuyas edades rondan entre los 25 y 38 años, se busca tener un tono de comunicación didáctico y cercano. La información brindada a ellos puede tener palabras técnicas o conceptos psicológicos difíciles de entender para personas que no son expertos en el tema, por ende se plantea dicho lenguaje que hará más fácil para ellos procesar, interiorizar y empatizar con la información.

Nuestro contacto con los niños se dará a través del juego, es por ello que la marca también se desarrolló con visuales y gráficos didácticos para unificar nuestra comunicación e identidad en una propuesta más sólida que haga sentir a nuestro público, tanto padres como hijos, que están en un lugar seguro y humano.

6.5 Actividades clave

La actividad clave principal será la difusión de información del proyecto a través de nuestra página web y redes sociales. A su vez se considera el desarrollo del juego de mesa, su producción e impresión para poder ofrecerlo a nuestros clientes a través de la página web y redes sociales.

La segunda actividad clave será la venta del juego de mesa, este juego está pensado para funcionar a la par de la plataforma con un sistema de recompensas, que correrá activamente mientras el padre se informe sobre algún tema en específico en la plataforma.

Por último, para generar engagement con potenciales clientes y miembros de la comunidad se mantendrá una constante gestión de las redes sociales y la moderación del foro presentado en la página web.

6.6 Recursos clave

Para poder llevar a cabo el producto mínimo viable, en relación a la página web, se necesita un diseñador gráfico, un diseñador web, un comunicador y un moderador. Para la gestión de redes sociales y publicidad en las mismas requerimos un community manager y con respecto al desarrollo del juego se necesita de un arquitecto de interiores para diseñar la estructura tridimensional de las piezas del juego además de complementar su trabajo con un diseñador gráfico encargado del diseño de empaque y branding del mismo.

6.7 Aliados clave

Los aliados clave de nuestro proyecto son los centros comerciales, donde se exhibirá nuestro producto, principalmente en las secciones de jugueterías o tiendas de juguetería, así los clientes podrán ver y adquirir el producto en un medio presencial sin tener que pagar un delivery. También se generarán alianzas con influencers que tengan alineación con la filosofía de la marca y con el contenido de nuestro proyecto para que puedan promocionar, no solo nuestra marca sino también nuestra plataforma en sus redes sociales. Paralelo a eso, en caso de que nuestros usuarios encuentren primero nuestra plataforma y deseen comprar el juego por ese medio, nos aliamos con Olva Courier para la tercerización del envío.

Finalmente, nuestros aliados también serán centros educativos y consultorios psicológicos, psiquiátricos y médicos que puedan recomendar el producto directamente a los usuarios.

6.8 Fuentes de ingresos

El ingreso principal será por medio de la publicidad (segmentada) dentro de la plataforma.

Por otro lado también nos dedicaremos a la venta de productos relacionados a nuestro propósito, los cuales serán principalmente juegos de mesa didácticos que tendrán un costo de entre 100 a 150 soles, manteniendo un precio accesible para llegar a más familias.

6.9 Presupuestos

Tabla 1

Utilidad estimada en el primer trimestre del proyecto Comunidad virtual “Punto y Coma”

	Unidades	Precio de venta	Total
Ingresos	140	135	18900
Inversión Inicial			623
Gasto Trimestral			16706.70
TOTAL			1570.30

Nota. El gasto trimestral es porque se tuvo una proyección de ventas de 140 productos en los tres primeros meses.

Tabla 2

Descripción del presupuesto de inversión inicial en detalle

Tipo de recurso	Descripción	Unidades	P. unitario	Monto
Recurso de producción	de Brochas	4	5	20

(123)	Lijadoras	2	51.5	103
Recursos administrativos (500)	Gastos de constitución de empresa	1	500	
TOTAL				623

Nota. La inversión inicial es mínima porque se tercerizan la mayoría de los procesos de producción y logística.

Tabla 3

Descripción del presupuesto de gastos mensuales en detalle

Tipo de recurso	Descripción	Ud.	P. unitario	Monto
Recurso de producción (6391.2)	Planchas de MDF	31	89	2769
	Pintura /spray	8	15.9	127.2
	Corte laser	140	8	1120
	Impresión de manuales	140	glb	300
	Stickers	140	glb	240
	Consultoría psicólogos	1	glb	300
	Sueldo moderadores	2	512.5	1025

	Packaging	140	3	360
Recursos administrativos (1480)	Community manager	1	1300	1300
	Servicio de contaduría	1	80	80
	Servicios	glb	glb	100
Recursos logísticos (250)	Traslado planchas	glb	glb	160
	Movilidad agencia deliv.	glb	glb	90
Recursos financieros (200)	Pago publicidad redes		glb	200
TOTAL				8171.2

Nota. Los gastos estimados son para 140 unidades de producto al mes y costos creación de contenido.

Tabla 4

Proyección de utilidad estimada durante los 5 primeros meses

	Mes1	Mes2	Mes 3	Mes 4	Mes 5
Cantidad estimada	24	46	70	140	200

Ventas	3240	6210	9450	18900	27000
	5316.2	-	-	5316.2	7746.4
Gastos variables					
Gastos fijos	3005	3005	3005	3005	3005
IGV	-	795.2	1441	2236	2937
I.R. MYPE	27	52.6	86.7	160	228
Utilidad	-5108.2	2357.2	4917.3	8493	13084.4

Nota. La suma de los gastos fijos del primer mes y variables de los primeros 3 meses (8321.2), más la inversión inicial de 623 equivale al capital inicial 8944.2 .

7. Resultados

Se logró cumplir satisfactoriamente nuestro proyecto de innovación, gracias a que se pudo resolver la problemática de depresión en niños de 6 a 10 años de Lima metropolitana, mediante la creación de la comunidad virtual “Punto & Coma - Padres en Reconstrucción”. La cual ayuda a los padres a desarrollar la inteligencia emocional de sus hijos. En esta, se cuenta con una red de apoyo que consistirá de otros padres en la misma situación y así podrán resolver dudas, situaciones, consultas, entre otros y no sentirse solos en el proceso de crianza de sus hijos.

Validamos el proyecto con personas de nuestro público objetivo madres y padres de 25 a 38 años de edad que residen en Lima Metropolitana, mediante dos talleres generativos donde se reflejó el interés por la propuesta de valor, el juego planteado y las ganas de pertenecer a una comunidad donde se apoyen entre padres en el proceso de crianza de sus hijos. Logramos

concluir que los padres tienen la necesidad de pertenecer a una comunidad donde puedan conversar de temas complejos sin sentirse juzgados. Por lo contrario, desean encontrar un clima de aceptación y apertura. Además de obtener consejos de otros padres que han pasado por situaciones similares, ofreciendo nuevos puntos de vista a problemas cercanos.

Se logró validar el diseño y material del juego, siendo piezas que no hacen daño a los niños, logrando la aceptación de los padres para que los niños puedan armar sin ningún tipo de problemas, sin embargo, se dio la acotación de tener cuidado con las esquinas de las piezas para evitar posibilidad de accidentes. Además, dieron ideas como la posibilidad de poder personalizar el juego pintándolo o agregando accesorios, que se tomarán en cuenta a futuro.

8. Conclusiones

Para concluir se puede afirmar que el proyecto de innovación logra cumplir con nuestro objetivo de ayudar a prevenir la depresión en niños de 6 a 10 años en Lima Metropolitana, brindando una solución a la problemática planteada. Además, se logró generar un interés por parte de los padres en los métodos de crianza saludables y maneras para enseñar inteligencia emocional a sus hijos.

La creación de un juego de mesa ayuda a fortalecer los lazos entre padres e hijos, así como generar cercanía a temas complejos como la depresión infantil. Pero eso no es todo, el desarrollo de una comunidad donde los padres puedan sentirse apoyados y escuchados, ayuda a quitarle un poco el estigma a este tema y poder así generar decisiones con el bienestar de sus hijos en mente.

Asimismo, concluimos que nuestro proyecto de generar una comunidad ayudará a los padres de familia a entender situaciones que pasan los niños en cada etapa de su vida, sintiendo el

apoyo de otros padres que han pasado por las mismas situaciones. Así mismo reciben información que va a nutrir su aprendizaje como padres.

Como conclusión final, la propuesta logró una valoración positiva, se validó la presencia de ambientes tóxicos en el entorno digital y la sensación de necesitar seguir aprendiendo durante el crecimiento de sus hijos. Además, hubo una disposición a usar nuevas redes sociales propuestas, con el fin de crear un ecosistema confiable donde los padres puedan sentirse cómodos de hablar de temas complejos.

Se puede afirmar que los padres están dispuestos a comprar el juego “Las Piezas de un Hogar”, se recibieron buenas críticas del diseño, material y el valor. Se concluyó que uno de los aspectos más importantes para los padres de hoy en día, es pasar tiempo con sus hijos y si les deja un aprendizaje, mejor.

Se recomienda considerar y ser parte de la comunidad virtual “Punto & Coma” a todos aquellos padres que quieran aprender acerca de la inteligencia emocional y de la crianza gentil y responsable. Es recomendado como método para formar lazos entre padres e hijos, así como aprender acerca de temas complejos como la depresión infantil y cómo prevenirla.

9. Bibliografía

Abello D., Cortés O., Barros O., Mercado S. y Solano D. (2014). Prevalencia de depresión infantil en colegios oficiales de Barranquilla. *Tesis psicológica: Revista de la Facultad de Psicología*, 9 (1), 193-201. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4801843>

BBC News Mundo. (22 de Febrero, 2019). *Qué es la "depresión sonriente" y por qué es más peligrosa que los otros tipos.* <https://www.bbc.com/mundo/noticias-47320704>

Cano-Echeverri, M. M., Vargas-González, J. E. (2018). Actores del acoso escolar. *Revista Médica de Risaralda*, 24(1). http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0122-06672018000100011&lng=en&tlng=es.

Ciclotimia-trastorno ciclotímico. (4 de Mayo, 2021). Centro Médico ABC. <https://centromedicoabc.com/padecimientos/ciclotimia-trastorno-ciclotimico/>

Dávila Elizondo, A. B., & Sosa Compeán, L. B. (2022). Diseño para el tratamiento y prevención de la depresión en niños: material didáctico basado en teorías cognitivas. *MADGU. Mundo, Arquitectura, Diseño Gráfico Y Urbanismo*, 3(6). <https://doi.org/10.36800/madgu.v3i6.53>

De la Cruz-Vila N, Flores-Díaz K, Salazar-García M del C. (2015). Nivel de conocimiento de los padres de familia sobre las manifestaciones de depresión en niños de dos centros educativos. *Revista Enfermería Herediana*, 7 (2). <https://doi.org/10.20453/renh.v7i2.2533>

Depresión atípica. (15 de Enero, 2019). Mayo Clinic. <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseasesconditions/atypical-depression/symptoms-causes/syc-20369747>

Diaz-Villa, B. y Gonzalez-Gonzalez, C. (2012) Actualidades en neurobiología de la depresión. *Revista Latinoamericana de psiquiatría*, 11(3), 107-107. <https://www.medigraphic.com/pdfs/psiquiatria/rp-2012/rp123i.pdf>

Faros Sant Joan de Déu. (9 de Mayo, 2021). *Depresión en niños: información para padres y familiares*. <https://faros.hsjdbcn.org/es/articulo/depresion-ninos-informacion-padresfamiliares>

Gatón Moreno, Miren Aiala, González Torres, Miguel Ángel, & Gaviria, Moisés. (2015). Trastornos afectivos estacionales, "winter blues". *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 35(126), 367-380.

<https://dx.doi.org/10.4321/S021157352015000200010>

González Lugo, S., Pineda Domínguez, A., & Gaxiola Romero, J. C. (2018). Depresión adolescente: factores de riesgo y apoyo social como factor protector. *Universitas Psychologica*, 17 (3).<https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy17-3.dafr>

Instituto Nacional de Salud del Niño San Borja. (2021). Ansiedad y depresión aumenta en la población infantil en esta segunda ola a causa de la pérdida de un familiar.

<https://www.insnsb.gob.pe/blog/2021/05/03/ansiedad-y-depresion-aumenta-en-lapoblacion-infantil-en-esta-segunda-ola-a-causa-de-la-perdida-de-un-familiar/>

Jiménez-Maldonado, Miriam E, Gallardo-Moreno, Geisa B, Villaseñor-Cabrera, Teresita,

González-Garrido, Andrés A. (2013). La distimia en el contexto clínico. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 42 (2).

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502013000200008&lng=en&tlng=es.

López Mero, Patricia, Barreto Pico, Asunción, endoza Rodríguez, Eddy Rigoberto, & del Salto Bello, Max Walter Alberto. (2015). Bajo rendimiento académico en estudiantes y disfuncionalidad familiar. *MEDISAN*, 19 (9), 1163-1166. Recuperado en 10 de agosto de 2022, de

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S102930192015000900014
&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S102930192015000900014&lng=es&tlng=es)

Martínez, N. (2014). Trastornos depresivos en niños y adolescentes. *Revista Elsevier*, 12 (6).

[https://www.elsevier.es/es-revista-anales-pediatria-continuada-51-pdf-
S1696281814702070](https://www.elsevier.es/es-revista-anales-pediatria-continuada-51-pdf-S1696281814702070)

Mendoza, T. (2020). *Diseño gráfico para medios digitales como herramienta de desarrollo sobre la inteligencia emocional en niños a través de las relaciones filio-parentales*. [Tesis de Licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio institucional de la Universidad San Ignacio de Loyola. <https://repositorio.usil.edu.pe/handle/usil/9899>

Ministerio de Salud (2018). Lineamientos de Política Sectorial de Salud Mental. (54).

<http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4629.pdf>

Moreno Mora, R. y Machado Lubián, M. (2020). Formas de maltrato infantil que pudieran presentarse durante el confinamiento debido a la COVID-19. *Revista Cubana de Pediatría*, 92 (Supl. 1). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-

75312020000500015&lng=es&tlng=es.

Moreno, S. (2019). *Piezas gráficas sobre la depresión infantil y la percepción de estudiantes de primaria en tres Instituciones Educativas Olivos*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio digital institucional de la Universidad César Vallejo <https://hdl.handle.net/20.500.12692/70547>

National Institute of Mental Health. (2019). *Trastorno Bipolar*. Department of Health & Human Services-USA. https://www.nimh.nih.gov/sites/default/files/documents/health/publications/espanol/trastorno-bipolar/pdf_19-mh-8088s.pdf

Organización Mundial de la Salud. (8 de Junio, 2020). *Maltrato infantil*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/child-maltreatment>

Tibble, S. (2012). *Diseño de juegos intergeneracionales para crear momentos de unión familiar*. [Tesis de Titulación, Pontificia Universidad Javeriana]. Repositorio institucional de Pontificia Universidad Javeriana. <http://hdl.handle.net/10554/15575>

Sánchez del Valle, NOMBRE. (2015). *Depresión infantil en la enseñanza aprendizaje. Guía de actividades motivadoras para docentes, padres de familia y representante legal*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Guayaquil]. Repositorio institucional de la Universidad de Guayaquil. <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/14507>

Organización Mundial de la Salud. (13 de septiembre, 2021). *Depresión.*

https://www.who.int/es/health-topics/la-dépression#tab=tab_1

Piñar Sancho G, Suárez Brenes G, De La Cruz Villalobos N. Actualización sobre el trastorno

depresivo mayor. *Revista Médica Sinergia*, 5 (10).

<https://revistamedicasinergia.com/index.php/rms/article/view/610>

Tiller, J. (2013), Depression and anxiety. *Medical Journal of Australia*, 199 (6).

<https://doi.org/10.5694/mja12.10628>

Piñar-Sancho, G., Suarez-Brenes, G., De la Cruz-Villalobos, N. (2020) Actualización sobre el

trastorno depresivo mayor. *Revista médica sinergia*. 5 (12), 2-2.

<https://revistamedicasinergia.com/index.php/rms/article/view/610/1057>

Roizblatt, A., Leiva, V., Maida, A., (2017) Separación o divorcio de los padres. Consecuencias en los hijos y recomendaciones a los padres y pediatras. *Revista Chilena de Pediatría*. 89 (2), 167-167.

https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370410620180002001

[66#:~:text=El%20divorcio%20produce%20alteraci%C3%B3n%20del,](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S037041062018000200166#:~:text=El%20divorcio%20produce%20alteraci%C3%B3n%20del)

[y%20ausencia%20de%20acuer%20dos](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S037041062018000200166#:~:text=El%20divorcio%20produce%20alteraci%C3%B3n%20del,y%20ausencia%20de%20acuer%20dos)

Salvador, M. (15 de Enero, 2018). *La transmisión transgeneracional del trauma en la familia.*

Aleces. <https://aleces.com/wp-content/uploads/2019/08/articulo-5.pdf>

Sánchez Saya T. (2017) *El maltrato psicológico infantil y su influencia en la conducta de los niños / as de Básica Elemental y Media de la Escuela de Educación Básica “Planeta Azul”, ubicada en cantón Ambato, provincia de Tungurahua* [Trabajo Final de Graduación o Titulación, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio digital Universidad Técnica de Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/26803>

Vasquez-Machado, A. (2011) La depresión. *Revista de ciencias médicas*. 17(2), 260-261.

<https://core.ac.uk/download/pdf/280504656.pdf>