ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR TOULOUSE LAUTREC

MOODMATES

Proyecto de innovación para obtener el grado de Bachiller en Comunicación Audiovisual:

AUTOR:

JOSÉ SAUL ZEVALLOS PICKMAN

2023

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

Contenido



INVESTIGAR

Semanas de la 1 a la 6



IDEAR

Semanas de la 6 a la 10



DESARROLLAR

Semanas de la 10 a la 17

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

ETAPA: INVESTIGAR

SEMANA 2



Elegir ODS



Desigualdad de ingresos
Desigualdad de género
Desigualdad en educación
Migración y desplazamien to forzado
Desigualdad social
Desigualdad regional
Corrupción y falta de empatía
Oportunidad sin distinción de opción sexual
Oportunidad sin distinción de opción sexual
Corrupción y falta de empatía
Desigualdad social
Desigualdad regional
Desigualdad en educación por género
Desigualdad laboral por la universidad en la que estudiaste
Desigualdad por el color de piel
Desigualdad por discapacidad
Desigualdad por distinto idioma
Desigualdad de actuación del gobierno en beneficio a grupos poderosos
Sensibilación social
Desigualdad por etnia
Desigualdad de oportunidades entre Lima y el resto del país
Desigualdad de laboral que sufren personas con VIH
Desigualdad laboral que sufren las mujeres gestantes y madres solteras
Desigualdad en educación por falta de tecnología

Consumo excesivo
Educación y conciencia pública
Desechos y desperdicios de alimentos
Contaminación y residuos tóxicos
Extensión de la vida útil de los productos en el mercado
creatividad, Innovación y tecnología sostenible
Optimización del uso del agua, fomentando la reutilización hídrica en la extracción de materiales
Educación en reciclaje
Uso del agua para riego de áreas verdes en Lima
Conciencia Ambiental
Economía circular
Sostenibilidad con conciencia
Ciclo de vida de productos
Huella ecológica
Reutilización de Materiales reciclados
Responsabilid ad corporativa
Participación en la comunidad
Startup
Creatividad con eficiencia energética
Concientización con ayuda de organizaciones o municipalidades
Extracción de recursos naturales
Implementación de sistemas de gestión ambiental y ecodiseños certificados
Operaciones limpias a través de elementos libres o bajos en sustancias tóxicas
Objetivo de reducción de residuos aspirando a residuo cero



CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

Definir tema del proyecto

Metas asociadas a los ODS

- Migración y desplazamiento
- 10.a
- Desigualdad por discapacidad
- 10.2

Lo que me apasiona

- investigar sobre el tema
- Evitar el racismo y xenofobia
- problemas en otros países
- guerras internas de los países
- muertes a causa de la migración
- migración ilegal
- abandono del estado
- migración climática
- Conocer los verdaderos problemas
- Empatía por la gente con discapacidad
- Capacitación para poder ayudarlos
- Atención Médica de calidad
- toda empresa deberían tener su espacio para discapacitados
- ellos también sienten
- Infraestructura para discapacitados en oficina o escuelas
- Problemas en la accesibilidad Tecnológica

Lo que sé hacer (habilidades)

- seguimiento constante
- Justicia
- Consideración y valoración
- apoyo a las personas afectadas
- Empatía
- Cooperar y empatizar
- ayudar en lo posible
- Conocimiento en normativa de edificación para discapacitados
- Empatía
- comprender
- Empatía y llegada a las personas con discapacidad
- Buscar justicia ante una desigualdad

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

Definir tema del proyecto

Metas asociadas a los ODS

- Desechos y desperdicios de alimento — 12.6
- Educación y conciencia pública — 12.3
- Contaminación y residuos tóxicos — 12.4

Lo que me apasiona

- no tener conciencia de los alimentos desechados
- Dieta vegetariana
- empresas que botan alimentos
- comida en casa sobrante
- Ahorro de dinero en compra de alimentos
- Comer saludable
- exceso de comida chatarra
- personas que no se alimentan de manera sana
- todos merecen estar informados
- Conciencia del uso de agua
- desde niños aprender a gestionar sus residuos
- los padres deberían apoyar la educación
- Educación en reciclaje
- Aprender a reciclar desde niños
- Cuidar nuestro planeta
- El gobierno debería a fomentar programas
- Cambio climático extremo
- Consumo Excesivo de Recursos naturales
- Radiación solar
- Residuos Electrónicos (e-waste)
- Contaminación en Ecosistemas Vulnerables
- Gestión de Residuos Peligrosos
- Diseño de Productos Sostenibles
- Tirar basura en áreas que no se puede

Lo que sé hacer (habilidades)

- reciclar
- Investigación y creatividad para crear platos en base a alimentos
- Donar y colaborar
- optimizar
- Cómo comer saludable
- Conciencia de la pobreza
- enseñar a otros
- Conocimiento de cómo reciclar
- Compartir y transmitir conocimiento
- ser responsable
- Gestión de residuos para certificaciones en edificios sostenibles
- Impulsar el saber profundo
- utilizar lo necesario
- Responsabilidad en compras
- Desprenderme cada vez de más cosas innecesarias
- evitar la compra de productos tóxicos
- Conocimiento en productos naturales
- Conciencia de reciclaje y transmitirlo

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

Definir tema del proyecto

Metas asociadas a los ODS

- Migración y desplazamiento
- 10.a
- Desigualdad por discapacidad
- 10.2

Lo que me apasiona

- investigar sobre el tema
- Evitar el racismo y xenofobia
- problemas en otros países
- guerras internas de los países
- muertes a causa de la migración
- migración ilegal
- abandono del estado
- migración climática

Lo que sé hacer (habilidades)

- seguimiento constante
- Justicia
- Consideración y valoración
- apoyo a las personas afectadas
- Empatía
- Cooperar y empatizar

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

Tema

La Depresión como parte de la discapacidad psicosocial y la falta de una adecuada inclusión de los estudiantes de 18 a 24 años con esta discapacidad dentro de las universidades en Lima Metropolitana.



Mapa del problema

01 TODO LO QUE NO FUNCIONA

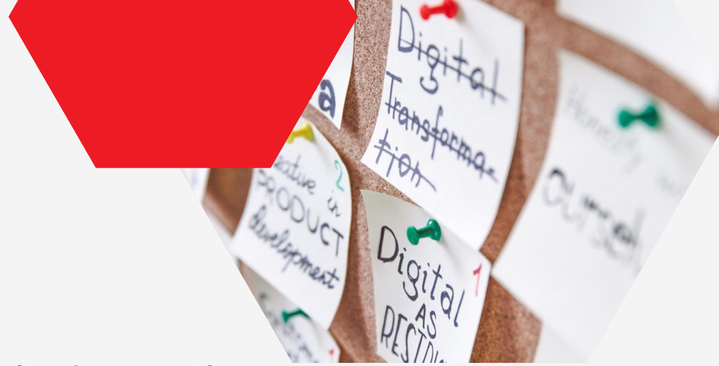
	Infraestructura inadecuada	Relación con docentes	Falta de comunicación de su discapacidad psicosocial	Falta de comunicación de su discapacidad psicosocial	Minimización de su sentir	Pandemia covid-19	Falta de empoderamiento y autoestima	Falta de inclusión	Problemas académicos	Suicidio o intentos suicidas	Aislamiento	Discapacidad invisible
¿Por qué?	Porque hay pocos espacios de recreación	No entienden su discapacidad	Por falta de conciencia de la discapacidad psicosocial	Miedo a ser rechazados y criticados	Falta de conocimiento y empatía	Incrementó los casos de depresión y ansiedad	Autoevaluación negativa	Existen prejuicios de la gente con depresión	Prolongan las horas de estudios	No encuentran motivo de vida	Evitan eventos sociales	No se ve a simple vista
¿Por qué?	Requiere mayor área y mayor costo	Falta de protocolos y capacitaciones en la universidad	Hay falta de información	Está mal visto por la sociedad	No existe empatía en la sociedad	Incertidumbre	Incapacidad de afrontar desafíos	Estigmatización social	Disminución de la motivación	Desafío de identidad o pertenencia	no quieren mostrar su vulnerabilidad emocional.	Personas ocultan su discapacidad
¿Por qué?	Mayor financiación de la universidad	Falta de empatía	Falta de educación respecto a la discapacidad psicosocial	Existe un estereotipo de la gente con depresión	Problema entre generaciones	aislamiento social	Falta de entendimiento por parte de la familia	Problema cultural	Fatiga, falta de concentración	Comparación con los demás	No verse minimizados	Falta de aceptación
¿Por qué?		Inteligencia emocional		Es un tema cultural			Falta de confianza		Falta de entendimiento por parte de su entorno	Presión social	No ser criticados	Prejuicios sociales
¿Por qué?										Redes sociales	Problema cultural	Problema entre generaciones

Mapa del problema

02 TODO LO QUE FUNCIONA

	Normativas dirigidas a personas con discapacidad psicosocial	Generación es más sensible	Visibilidad a través de internet / redes sociales	Charlas de comprensión y ayuda	Profesores empáticos	Apoyo entre la gente de la comunidad	Asistencia social en universidades	Talleres para padres
¿Por qué?	**Proporciona directrices y procedimientos para la evaluación de discapacidad psicosocial**	**Tienen el pensamiento más abierto**	**Evitar la soledad**	**Educación en la discapacidad psicosocial**	**Crean ambientes receptivos**	**Porque son empáticos**	**Están comprometidos con la evaluación y apoyo individualizado**	**Es un espacio de desarrollo personal para pensar, reflexionar y actuar en el contexto familiar**
¿Por qué?	**Empuja a las entidades a generar soluciones**	**Tienen menos prejuicios que generaciones más antiguas**	**Sentirse identificado**	**Ayudar a obtener un diagnóstico**	**Mayor confianza con el estudiante**	**Compromiso y solidaridad**	**Advocación, Abogan por los derechos y las necesidades de los estudiantes**	**Promueve el conocimiento de las necesidades de los hijos universitarios.**
¿Por qué?	**Acceso a servicios y los beneficios correspondientes**	**Existe mayor activismo y Conciencia Social**	**Sentido de pertenencia**	**Generar tratamiento**	**Mayor vulnerabilidad**	**Cambio cultural hacia una mayor inclusión y aceptación de la diversidad**	**Colaboración interdisciplinar para ayudar a los alumnos**	**Promover la participación consciente y activa de los miembros del lo familia en el proceso de la formación profesional de sus hijos.**
¿Por qué?	**Crea ambiente de inclusión**	**Mayor conciencia**		**Generar soporte y herramientas para el estudiante y docente**	**Inteligencia emocional**			
¿Por qué?		**Están conectados constantemente con el mundo el mundo a través de la tecnología**						

Matriz de Priorización



MENOS URGENTE DE RESOLVER

Problema cultural

Aislamiento social

Falta de empatía

Prejuicios sociales

MÁS URGENTE DE RESOLVER

Falta de educación respecto a la discapacidad psicosocial

Falta de protocolos y capacitaciones en la universidad

Problema entre generaciones

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

Proyecto

TEMA:
La Depresión como parte de la discapacidad psicosocial y la falta de una adecuada inclusión de los estudiantes de 18 a 24 años con esta discapacidad dentro de las universidades en Lima Metropolitana.



PROBLEMA:
La falta de inclusión de jóvenes estudiantes con depresión de 18 a 24 años en universidades de Lima Metropolitana.

Objetivo 10

Reducción de las desigualdades

10.2 promueve la inclusión social, económica y política sin discriminación por edad, género, discapacidad, raza, etnia, origen, religión o situación económica.

CONVENCIÓN SOBRE LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

CONTEXTO DPESTA

DEMOGRÁFICO

INVESTIGACIÓN DEL CONTEXTO

En Perú, casi un tercio de la población, aproximadamente 1 de cada 3 personas, tendrá algún problema de salud mental en algún momento de su vida. Sin embargo, la mayoría de las personas (8 de cada 10) que necesitan atención por problemas de salud mental no la reciben.
Enlace de referencia

En Perú, la depresión es un problema de salud pública que afecta a millones de personas. En 2021 se diagnosticaron más de 313 mil casos de depresión, y hasta septiembre de 2022 se notificaron más de 500 suicidios. Las cifras más recientes, de 2019, indican que hay un millón 700 mil personas con depresión en Perú.
Enlace de referencia

OPORTUNIDADES

El Día Mundial de la Salud Mental, que se celebra anualmente el 10 de octubre, tiene como objetivo llamar la atención sobre la importancia de la salud mental de los jóvenes. Esto se debe a que la mitad de los problemas de salud mental comienzan antes de la adolescencia, pero la mayoría de estos casos no son detectados ni tratados. La falta de atención a la salud mental de los jóvenes puede tener consecuencias graves para su desarrollo. Enlace de referencia

En 2021, se atendieron a 313 455 personas con depresión en el Perú a través de servicios de salud mental. Esto representa un aumento del 12 % con respecto a la etapa pre-pandemia.
Enlace de referencia

Dos de cada diez peruanos adultos sufre de algún tipo de trastorno mental, siendo la depresión el trastorno más común.
Enlace de referencia

AMENAZAS

Según un estudio estadístico de 2021, uno de cada diez peruanos tiene una discapacidad. Las personas con discapacidad que viven en el campo, en general, tienen menos acceso a servicios y recursos que las personas con discapacidad que viven en las ciudades.

Se considera que alrededor de 1300 millones de personas en el mundo tiene discapacidad.
Enlace de referencia

El suicidio es una tragedia que ocurre cada 40 segundos en el mundo. Entre los jóvenes de 15 a 29 años, es la causa número 2 de muerte a en el mundo y la tercera en América. Lamentablemente, la inversión en salud mental en estas regiones es baja, con solo el 2% de los presupuestos de salud en promedio.

En Perú, muchas personas con problemas de salud mental no se dan cuenta de que los tienen, o no quieren aceptarlos. Por eso, prefieren no hablar de ellos.

Uno de cada ocho peruanos de entre 16 a 26 años presenta depresión moderada a severa. Esto afecta su capacidad para adaptarse a la vida adulta, lo que puede tener consecuencias negativas para su salud, su educación y su empleo.

CONTEXTO DPESTA

POLÍTICO

INVESTIGACIÓN DEL CONTEXTO

Resolución 981-2016 del MINSA: Establece un reglamento que proporciona directrices y procedimientos para la evaluación de discapacidad psicosocial, lo que es fundamental para que a las personas con este tipo de discapacidad se les pueda conceder los servicios y asistencia que les corresponde. Enlace de referencia

La ley 29973 reconoce que las personas con discapacidad son ciudadanas y ciudadanos con los mismos derechos que las demás personas. Esta ley prohíbe la discriminación por discapacidad y establece que las personas con discapacidad deben tener las mismas oportunidades que las demás personas para participar plenamente en la sociedad.
Enlace de referencia

Decreto 001-2018-TR establece medidas para garantizar que las personas con discapacidad, incluidas las personas con discapacidad psicosocial, tengan las mismas oportunidades de empleo que las demás personas. Estas medidas incluyen la obligación de las empresas con más de 50 trabajadores de contratar un porcentaje de personas con discapacidad. Enlace de referencia

Se cuenta con un Plan Nacional que tiene como objetivo promover la inclusión social de las personas con discapacidad en el Perú, este plan va hasta el 2030. Enlace de referencia

La Ley N° 29973 busca garantizar que las personas con discapacidad, incluyendo a aquellas con discapacidad psicosocial, puedan acceder a la justicia sin obstáculos. Para ello, establece que los servicios de justicia deben ser accesibles en términos físicos y comunicativos.
Enlace de referencia

OPORTUNIDADES

El CONADIS es la entidad responsable de impulsar, articular y llevar a cabo investigaciones sobre la discapacidad según la Ley 29973, artículo 64.
Enlace de referencia

El Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Salud Mental desarrolla los lineamientos relacionados incluyendo para las personas con discapacidad psicosocial.
Enlace de referencia

Política Nacional para la Inclusión de la Persona con Discapacidad. Esta política establece los objetivos y lineamientos para la inclusión de las personas con discapacidad, incluyendo a las personas con discapacidad psicosocial.
Enlace de referencia

El Plan Nacional de Discapacidad establece las acciones para la inclusión de las personas con discapacidad, incluyendo a las personas con discapacidad psicosocial.
Enlace de referencia

La Ley de Igualdad de Oportunidades entre Mujeres y Hombres establece que las personas con discapacidad tienen derecho a iguales oportunidades en el empleo, la educación y la participación social. Enlace de referencia

AMENAZAS

Un estudio sobre el estado, progreso y visión que se tiene en relación a la asistencia a personas con discapacidad psicosocial en el Perú muestra la escasez de servicios y la centralización como desventaja dentro del país. Enlace de referencia

Un artículo de España en 2021 llamado "Estigmatización y discriminación de las personas con enfermedad mental", Revista de Neuropsiquiatría" encontró que las personas con problemas psicosociales tenían más probabilidades de experimentar estigmatización y discriminación. Las personas con discapacidad psicosocial también tenían más probabilidades de presentar depresión, ansiedad y el estrés.
Enlace de referencia

En un estudio se encontró que las personas con problemas psicosociales tenían más probabilidades de experimentar estigmatización y discriminación en línea. Este tipo de comportamientos pueden tener un impacto negativo significativo en la salud mental y el bienestar de las personas con problemas psicosociales.
Enlace de referencia

CONTEXTO DPESTA

ECONÓMICO

INVESTIGACIÓN DEL CONTEXTO

Según la Encuesta Nacional de Hogares (ENAHO) 2022, el 20,2% de las personas con discapacidad en Lima y Perú se encuentran sin empleo, en comparación con el 7,2% de la población general.

Según el mismo estudio en Lima y Perú, el 47,9% de las personas con discapacidad tienen un trabajo, en comparación con el 72,8% de la población general.

Los ingresos de las personas que tienen algún tipo de discapacidad generalmente se encuentran alrededor del 50% del resto de la población general.

De la misma forma sucede con la pobreza, la tasa de pobreza en Lima y Perú de las personas que cuentan con algún tipo de discapacidad es de 52%, a diferencia de la tasa de la población general que es la mitad.
Enlace de referencia

Menos del 2% del presupuesto nacional de Perú es destinado a proyectos relacionados a la salud mental.

OPORTUNIDADES

El CONADIS elaboró una guía para la inclusión laboral destinada principalmente para las personas que cuentan con una discapacidad psicosocial. Esta guía tiene por objetivo establecer procesos que mejoren la inclusión de estas personas dentro de las empresas, considerando que ellos tienen más restricciones para acceder a un empleo protegido.
Enlace a la referencia

Existen programas destinados a la población en condición de pobreza para aquellos que cuentan con una discapacidad severa desarrollados por el Ministerio de la Mujer y Poblaciones vulnerables.
Enlace de referencia

Un estudio sobre la inserción laboral de las personas con discapacidad en el mercado peruano indica que las empresas muestran una actitud propicia en relación a la contratación de estas personas.
Enlace de referencia

La ONU estableció un instrumento de derechos humanos, una serie de normas universales (no obligatorias) que sirven como herramienta para establecer igualdad de posibilidades para las personas con discapacidad. Enlace de referencia

AMENAZAS

En México el estudio denominado Discapacidad psicosocial: invisibilidad inaceptable. destaca como amenaza la falta de estudios e investigaciones de la discapacidad psicosocial.
Enlace de referencia

Un estudio en España realizado en el 2021 indica que la tasa de empleo de las personas con trastornos de salud mental se incrementó respecto al año 2020 al 17%.
Enlace de referencia

Un estudio del CONADIS indicó que, dentro del mercado laboral, las empresas no cumplen con lo dispuesto por la ley del Perú sobre la inclusión de las personas con discapacidad.
La baja inserción laboral de las personas con discapacidad se debe a que el Estado Peruano no cuenta con un sistema de control efectivo para garantizar el cumplimiento de la legislación en esta materia, y las empresas carecen de herramientas prácticas para la contratación e inclusión de personas con discapacidad.
Enlace de referencia

CONTEXTO DPESTA

SOCIOCULTURAL

INVESTIGACIÓN DEL CONTEXTO

De 1 de cada 3 personas con discapacidad en el país han sido víctimas de discriminación, estos resultados fueron revelados en una encuesta desarrollados por el MINJUSDH en el 2019. Los principales lugares en donde se desarrolla la discriminación es la calle, los hospitales públicos y los espacios de trabajos entre públicos y privados. Por conclusión se considera que las personas con esta condición son el cuarto grupo más marginados. Enlace de referencia

La convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad realizado por las Naciones Unidas acepta la discapacidad psicosocial, los trastornos mentales como la depresión o la esquizofrenia producen discapacidad psicosocial ya que limitan las actividades cotidianas de uno. Enlace de referencia

La Convención sobre los Derechos reconocida como el primer tratado sobre derechos humanos del siglo XXI. Es explícita en cuanto al reconocimiento detallado de todos los derechos humanos que las personas con discapacidad física, mental y entre otras, deben merecer la igualdad de condiciones. Estas personas, a lo largo de la historia, han sido tratadas como ciudadanos de segunda categoría. Enlace de referencia

OPORTUNIDADES

El Día Nacional de las Personas con Discapacidad existe y sirve para difundir conciencia acerca de la situación que enfrentan estos, instando a realizar todos los esfuerzos posibles para erradicar la discriminación estructural que les afecta.
Enlace de referencia

Según la legislación peruana, se menciona como persona con discapacidad a aquella que presenta deficiencias físicas, sensoriales, mentales o intelectuales y que al interactuar con diversas barreras actitudinales y del entorno, esta persona puede enfrentar obstáculos que le impidan ejercer plenamente sus derechos y integrarse de manera inclusiva y efectiva en la sociedad, en condiciones de igualdad con los demás.
Enlace de referencia

Los trastornos son más comunes de lo que se entiende, se dice que un 25% de la población tiene o tendrá un trastorno mental. En ese sentido es importante eliminar el estigma, educando a la sociedad incentivando la normalización y el interés.
Enlace de referencia

AMENAZAS

La situación social de las personas con estas condiciones son preocupantes ya que las investigaciones desde la Sociología, Antropología y Economía mencionan la existencia de barreras actitudinales y del entorno con las que tienen que lidiar las personas con discapacidad, además de un grupo de privaciones, estigmas, violencia y discriminación, más aún cuando son mujeres.

Las debilidades en la gestión educativa y formación de docentes afecta circunstancialmente la inclusión de estas personas en las aulas. En tanto, las actitudes negativas iniciales del personal educativo no ayudan a promover un trato igualitario.

Aquellos que experimentan problemas de salud mental y discapacidad psicosocial a menudo se encuentran en una situación de invisibilidad. Son objeto de discriminación y violaciones sistemáticas de sus derechos fundamentales, ya que enfrentan obstáculos significativos para acceder a la educación, participar en la empleabilidad y utilizar los servicios públicos.

Las personas con discapacidad psicosocial han sido marginadas, rechazadas y estigmatizadas a lo largo de la historia, considerándose ello uno de los problemas más agraviantes de este tipo de discapacidad.
Enlace de referencia

CONTEXTO DPESTA

TECNOLÓGICO

INVESTIGACIÓN DEL CONTEXTO

Defensoría del Pueblo en el 2021 encontró que el 75% de las personas con algún tipo de discapacidad enfrentan barreras para acceder a la tecnología.
El estudio también consideró que el 60% de las personas con discapacidad en Perú tienen acceso a una computadora o a Internet, pero solo el 30% usa estos dispositivos para emprender.

OPORTUNIDADES

En el sector salud mental, la investigación realizada en los últimos años menciona sobre el uso de interfaces de usuario avanzadas ha posibilitado el desarrollo de sistemas que simplifican la detección, tratamiento o apoyo de diversas problemáticas.
Enlace de referencia

Los tratamientos contra fobias específicas se han implementado exitosamente gracias a los sistemas de realidad virtual. Además, los dispositivos de Internet de las Cosas (wearables) destinados a la salud mental recopilan información sobre las interacciones y el comportamiento de la persona, con el objetivo de cuantificar su respuesta o evolución frente a un padecimiento específico.
Las ciber terapias son una opción que posibilita llegar a personas que muestran resistencia a consultar con un psicólogo. Además, presentan la ventaja de ser más asequibles en términos de costos y están disponibles en cualquier ocasión y lugar del mundo. Enlace de referencia

El gasto mundial en aplicaciones móviles de salud mental está proyectado alcanzar aproximadamente los USD 500 millones en 2022. Estos avances tecnológicos han contribuido a llenar ciertos vacíos en la atención que han surgido en este sector, especialmente con el aumento de desafíos relacionados con el COVID-19.
Enlace de referencia

AMENAZAS

Una empresa peruana especializada en la fabricación de prótesis para personas con discapacidad enfrenta el desafío de atender un número creciente de casos. Este aumento de la demanda hace que el trabajo sea más exigente y, como consecuencia, la capacidad de producción comienza a quedarse rezagada. Por lo tanto, a medida que se avanzan en soluciones tecnológicas, es necesario reorganizarse para mantenerse al ritmo del crecimiento.
Enlace de referencia

Respecto a salud mental, los adolescentes se ven afligidos por el uso constante de dispositivos electrónicos para llevar a cabo sus actividades diarias, lo que conlleva a la aparición de estrés, depresión y ansiedad. Enlace de referencia

En 2022, la Organización Internacional del Trabajo (OIT) descubrió que las personas con esta condición tienen una mayor propensión a desempeñarse en roles laborales que prescinden del uso de tecnología. Además, el estudio reveló que estas personas tienden a ocupar empleos que no les brindan la oportunidad de emplear sus habilidades tecnológicas.

CONTEXTO DPESTA

AMBIENTAL

INVESTIGACIÓN DEL CONTEXTO

A lo largo del tiempo, las personas con discapacidad han experimentado diversas formas de maltrato, marginación, exclusión social, etc. En la situación de la pandemia de COVID-19, se enfrentan a la paradoja de ver intensificadas estas problemáticas debido al aislamiento y al distanciamiento social. Además, el modelo de gestión pública en discapacidad muestra signos de un envejecimiento prematuro.
Enlace de referencia

La salud mental de los jóvenes ha sido considerablemente afectada por la pandemia. Según la investigación del Ministerio de Salud del Perú (MINSA) llevada a cabo en 2020, se observó un incremento en la prevalencia de síntomas depresivos en estudiantes universitarios del 20,4% en 2019 al 32,4% en 2022, lo que representa un aumento del 52,8%.

La salud mental de adolescentes y jóvenes se ha visto fuertemente atacada por la cuarentena. Durante este periodo, el 67.7% de las personas encuestadas experimentaron estrés, ansiedad o ataques de pánico. Además, el 20.2% manifestó la necesidad de tener ayuda psicológica. Enlace de referencia

OPORTUNIDADES

Un informe que evalúa el impacto de la pandemia a nivel nacional llega a determinar de que es imperativo desarrollar estrategias que mejoren el acceso universal a los servicios de salud mental. Esto incluye la participación de la población adolescente y joven en la concepción e implementar dichas estrategias y modalidades de atención, teniendo en cuenta las que se pide de este grupo demográfico. Se aboga por la inclusión de modalidades de atención innovadoras, como la telemedicina y la entrega a domicilio de medicamentos. Enlace de referencia

En medio de la pandemia por coronavirus, el Congreso de la República promulgó la nueva ley de salud mental del Ministerio de Salud para el año 2021. Esta legislación busca proporcionar acompañamiento virtual y telefónico a personas que enfrentan ansiedad, depresión, estrés y trastornos por consumo de sustancias psicoactivas. Asimismo, se incluye actividades preventivo-promocionales relacionadas con la salud mental.
Enlace de referencia

En Perú, al igual que en numerosos países, se ha registrado un agrandamiento de los casos de suicidio durante la pandemia. Esta situación realmente resalta la necesidad de llevar a cabo investigaciones más exhaustivas que nos permitan analizar diversos grupos de manera diferenciada. Estas investigaciones serán clave para ahondar en el análisis de los factores de riesgo, ver las trayectorias de enfermedad y comprender mejor a ciertos grupos que presentan una vulnerabilidad particular, con tasas elevadas de suicidio. Enlace de referencia

AMENAZAS

El Ministerio del Ambiente (MINAM) en 2022 encontró que Perú es uno de los tantos países más vulnerables al cambio climático a nivel global.

Conforme a la información adquirida por la Organización Mundial de la Salud (OMS), la depresión se categorizó como la segunda causa de discapacidad en el año 2020, siendo superada por las enfermedades cardiovasculares.
Enlace de referencia

Entre 40 y 30% de jóvenes de 19 y 26 años en el Perú mostraron síntomas de ansiedad y depresión tras la llegada de la pandemia.. Enlace de referencia

América Latina y el Caribe se destacan como una de las regiones más desiguales del mundo, si bien esta no repercute de manera pareja en todos sus habitantes, algunos grupos tienen mayores probabilidades de ser sobrerrepresentados entre los menos favorecidos y subrepresentados en roles de toma de decisiones que podrían otorgarles la oportunidad de modificar su situación. Tal es el caso de las personas con alguna condición.
Enlace de referencia

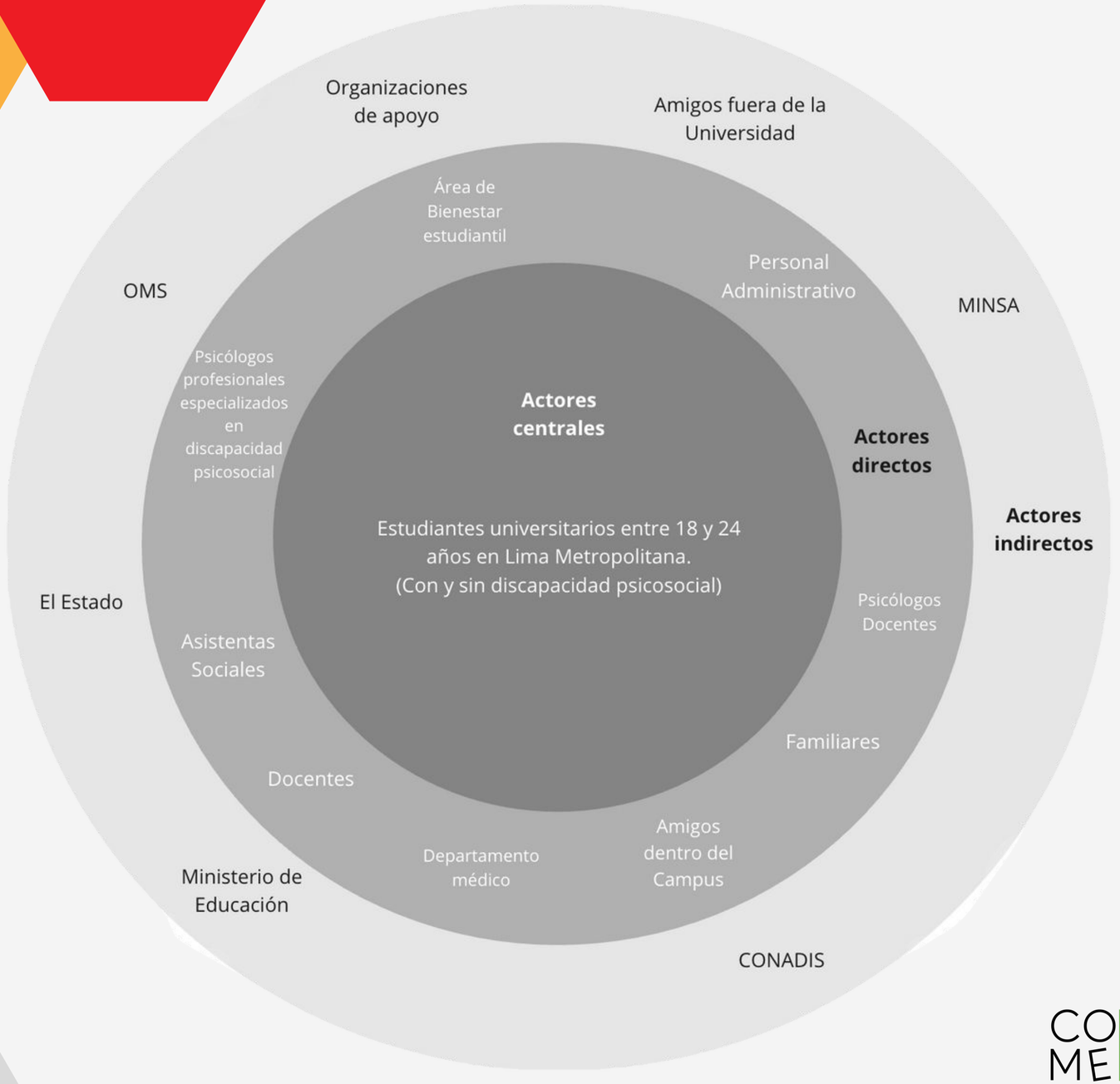
ETAPA: INVESTIGAR

SEMANA 3

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

MAPA DE ACTORES





CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

PLAN DE INVESTIGACIÓN CENTRADA EN PERSONAS



¿Qué quiero aprender? Define el objetivo de la herramienta de investigación	Método ¿Qué método utilizarás para levantar la información?	Característica de la muestra ¿Cómo es el perfil de las personas que serán reclutadas? Sé específico	Recursos ¿Qué materiales necesito para ejecutar esa herramienta de investigación?
CONOCER LOS PROTOCOLOS Y PROGRAMAS ACTUALES PARA EL DESEMPEÑO Y LA INCLUSIÓN DE AQUELLOS CON DISCAPACIDAD PSICOSOCIAL CONOCER LA EXPERIENCIA QUE TIENEN LOS DOCENTES POR LAS PERSONAS CON ESTA CONDICIÓN CONOCER BARRERAS SOBRE INCLUSIÓN EN EL ESPACIO EDUCATIVO CONOCER Y ENTENDER SOBRE LOS ACTORES CENTRALES, LO QUE SIENTEN Y LO QUE PIENSAN	10 ENTREVISTAS A PROFUNDIDAD	Adultos de 18 a 25 años Alumnos de pregrado de universidades en Lima metropolitana (Con y sin discapacidad) Profesores, Coordinadores de programas de apoyo, asistentes sociales.	Zoom, Meet Y Presencial
CONOCER LA INTERACCIÓN CON OTRAS PERSONAS Y CON SU ENTORNO CÓMO AFECTA LA INFRAESTRUCTURA EN LA INCLUSIÓN ACCESO A LOS RECURSOS TECNOLÓGICOS	3 OBSERVACIONES	Adultos de 18 a 25 años Alumnos de pre-grado con y sin discapacidad en Universidades de Lima Metropolitana.	Presencial
CONOCER LA PERCEPCIÓN QUE TIENEN LOS ESTUDIANTES POR LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD QUE DISCAPACIDAD ES LA MÁS O MENOS ACEPTADA EN QUÉ MEDIDA SE EDUCA A LAS PERSONAS CON TEMAS DE DISCAPACIDAD QUÉ TAN PREPARADA ESTA LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA PARA ATENDER A ALUMNOS CON DISCAPACIDAD	ENCUESTA 1 xx personas	Adultos de 18 a 25 años Alumnos de pre-grado con y sin discapacidad en Universidades de Lima Metropolitana. Personal administrativo.	GOOGLE FORM y Presencial impreso
INVESTIGACIONES Y ESTUDIOS LEYES Y PROYECTOS DE LEY PROYECTOS QUÉ TAN PREPARADA ESTÁ LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA PARA ATENDER A ALUMNOS CON DISCAPACIDAD	INVESTIGACIÓN DE ESCRITORIO	Las investigaciones y los proyectos deben venir de investigadores, alumnos egresados, proyectos de tesis e investigaciones para programas en la comunidad universitaria. Las leyes deben venir del Estado Peruano	Biblioteca de universidad, google académico y repositorios
CONOCIMIENTO DE LA DEPRESIÓN COMO DISCAPACIDAD CONOCIMIENTO DE SENTIMIENTOS DE DEPRESIÓN EN LOS ESTUDIANTES CONOCIMIENTO DE SENTIMIENTOS DE DEPRESIÓN	ENCUESTA 2 xx personas	Adultos de 18 a 25 años Alumnos de pregrado de universidades en Lima metropolitana (Con y sin discapacidad)	GOOGLE FORM y Presencial impreso

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

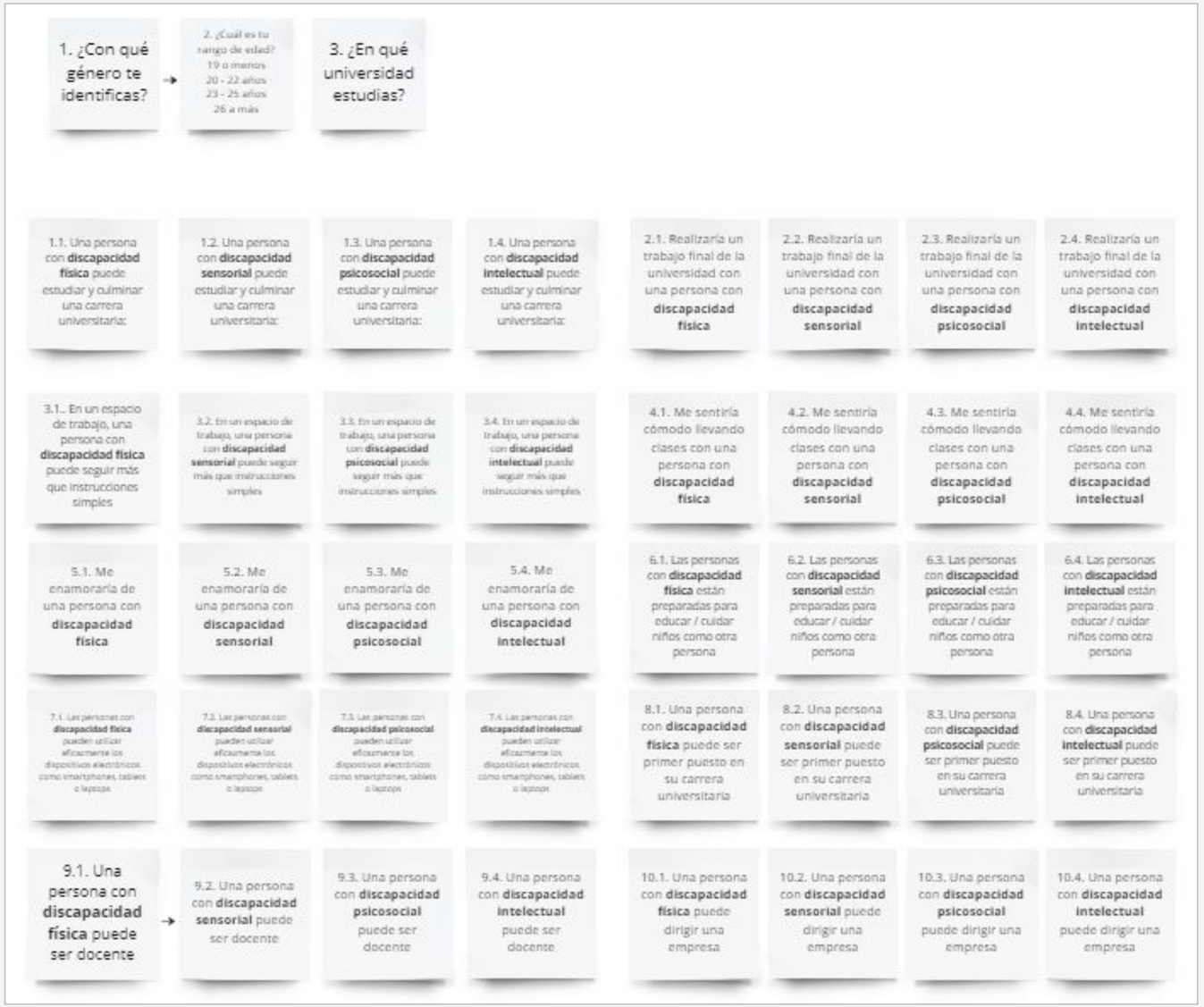
Guión de encuesta para estudiantes

Estamos realizando un proyecto el cual nos permita conocer las barreras y obstáculos que enfrentan los estudiantes y egresados con discapacidades, queremos saber cuánto sabes sobre las siguientes discapacidades

- Para el caso de la discapacidad física: Piense en una persona que tenga ausencia o limitadas las funciones de algún órgano/parte del cuerpo. (Ejemplo: persona en silla de ruedas, persona sin un brazo).
- Para el caso de la discapacidad sensorial: Piense en una persona que tenga alteración de alguna capacidad sensorial. (Ejemplo: persona sorda, persona ciega, persona con dificultades para ver incluso con anteojos).
- Para el caso de la discapacidad psicosocial: Piense en una persona que sea afectada temporal o permanentemente en su forma de pensar, relacionarse o interactuar. (Ejemplo: persona con esquizofrenia, depresión, persona con trastorno bipolar).
- Para el caso de la discapacidad intelectual: Piense en una persona que tenga limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual como en el comportamiento adaptativo. (Ejemplo: persona con Síndrome Down, persona con retardo mental)

Esta encuesta presenta una escala del 1 al 4 en donde 1= Totalmente en desacuerdo y 4= Totalmente de acuerdo. A mayor puntaje mayor actitud positiva frente a cada enunciado.

Link para acceder a la encuesta y los resultados:
https://docs.google.com/forms/d/1aQNpVVMcYAjvORKgrQaWn4qaJkEi-oY9C1yYbRmOofo/edit



GUION DE ENTREVISTAS PARA
Estudiantes CON discapacidad PSICOSOCIAL

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

INTRODUCCIÓN

Hola _____ mi nombre es _____. Queremos comentarte que mi equipo y yo, quienes pertenecemos a la escuela Toulouse Lautrec estamos realizando un proyecto de investigación. Este proyecto hace referencia a la inclusión de las personas con discapacidad y los problemas u obstáculos que podrían tener los alumnos y egresados con discapacidad dentro de las universidades. Por ello queremos hacerte una entrevista para conocerte y saber acerca de tu experiencia y vivencias en la universidad como estudiante o egresado. Nuestro objetivo es tener mayor entendimiento acerca del tema y buscar una solución para resolver este problema desde nuestro expertis. Esta entrevista tendrá ___ preguntas y durará aproximadamente 90 minutos. No hay respuestas buenas o malas, toda respuesta nos ayudará a comprender mejor el panorama y así desarrollar una idea que sea relevante. Esta entrevista será grabada con fines investigativos y todas las respuestas se mantendrán confidenciales.

SECCIÓN 1

- ¿Qué edad tienes?
- ¿Eres estudiante de universidad o ya egresaste?
- ¿Qué carrera estudiaste o te encuentras estudiando?
- ¿Qué te motivó a elegir esa carrera?
- Actualmente, ¿a qué te dedicas?
- ¿Cuántas veces a la semana asistes a la universidad (o trabajo) y en qué horarios?
- ¿Qué te llevó a decidirte por estudiar en la universidad a pesar de los desafíos asociados con tu discapacidad?

SECCIÓN 2

- ¿Qué papel han desempeñado los profesores y compañeros en tu experiencia académica? ¿Alguna anécdota positiva que te gustaría compartir en relación con tu discapacidad y la interacción con otros en la universidad?
- ¿Cuáles son las principales barreras o desafíos a los que te has enfrentado en tu vida académica debido a tu discapacidad? ¿Cómo los has superado?
- ¿Podrías compartir un poco sobre tu experiencia personal como estudiante universitario con discapacidad?
- ¿Qué te ha motivado a perseguir tus estudios a pesar de los desafíos?
- ¿Sientes que en tu universidad hay apoyo, servicios o para facilitar tu aprendizaje y participación académica?
- ¿Puedes compartir alguna experiencia significativa en la que hayas superado un obstáculo relacionado con tu discapacidad durante tu tiempo en la universidad?
- ¿Sientes si la infraestructura de tu universidad es la correcta para personas con discapacidad?
- ¿Sientes que los docentes realmente están preparados para dictar clases a personas con discapacidad?
- ¿Crees que los estudiantes están educados en este tema como para saber cómo apoyar a una persona con discapacidad en momentos de emergencia? ¿Por qué?
- ¿Qué rol desempeña a tu familia en relación a tu discapacidad?

SECCIÓN 3

- Hablemos sobre la conciencia y la sensibilización sobre la discapacidad. ¿Qué crees que se puede hacer para aumentar la comprensión y la empatía entre los estudiantes y el personal de la universidad en este tema?
- ¿Qué cambios específicos te gustaría ver implementados en la universidad para mejorar la accesibilidad y la inclusión de estudiantes con discapacidad?
- ¿Qué tipo de apoyo y recursos adicionales crees que serían beneficiosos para ayudarte a alcanzar tu máximo potencial académico y personal?
- En tu opinión, ¿Cuál es el papel de la tecnología en la creación de un campus universitario más accesible y amigable para las personas con discapacidad?
- ¿Qué experiencias positivas has tenido en la universidad que podrían servir como modelo para otras instituciones en términos de inclusión y accesibilidad?
- ¿Qué mensaje final o recomendación quisieras compartir con la administración, profesores y compañeros de la universidad para hacer del campus un lugar más acogedor y adecuado para todos los estudiantes, incluyendo aquellos con discapacidad?

CIERRE

- ¿Te gustaría decirnos algo adicional a las preguntas que hemos realizado? Recuerda que no hay respuestas buenas o malas, porque toda respuesta nos ayudará a comprender mejor el panorama y así desarrollar una idea que sea relevante y pueda sobre todo apoyar a la comunidad

GUION DE ENTREVISTAS PARA COORDINADORA

Programa de Apoyo en la inclusión a estudiantes

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

INTRODUCCIÓN

Hola _____ mi nombre es _____. Queremos comentarte que mi equipo y yo, quienes pertenecemos a la escuela Toulouse Lautrec estamos realizando un proyecto de investigación. Este proyecto hace referencia a la inclusión de las personas con discapacidad y los problemas u obstáculos que podrían tener los alumnos y egresados con discapacidad dentro de las universidades. Por ello queremos hacerte una entrevista para conocerte y saber acerca de tu experiencia en la universidad como coordinador (a) dentro del programa. Nuestro objetivo es tener mayor entendimiento acerca del tema y buscar una solución para resolver este problema desde nuestro expertis. Esta entrevista tendrá ___ preguntas y durará aproximadamente 90 minutos. No hay respuestas buenas o malas, toda respuesta nos ayudará a comprender mejor el panorama y así desarrollar una idea que sea relevante. Esta entrevista será grabada con fines investigativos y todas las respuestas se mantendrán confidenciales.

SECCIÓN 1

- ¿Hace cuánto trabaja para la universidad?
- ¿Es docente? Si es así, ¿a qué departamento / facultad pertenece?
- ¿Cómo surgió el programa de apoyo a la inclusión?
- ¿Hace cuánto surgió este programa?
- Cuéntame algunos logros del programa
- ¿Cada cuánto se realizan programas para promover la inclusión de las personas con discapacidad dentro de la universidad y sensibilizar a la comunidad?
- En la universidad se cuenta con la data actualizada de estudiantes con discapacidad?
- ¿Qué porcentaje de estudiantes con discapacidad hay en la universidad?

SECCIÓN 2

- Qué desafíos se han identificado en el censo y la identificación de personas con discapacidad en la universidad, especialmente para aquellos con discapacidades menos visibles?
- ¿Los estudiantes con discapacidad están obligados a presentar un carnet de identificación del CONADIS a la universidad?
- ¿Cual es la discapacidad más común que presentan los alumnos dentro de la universidad?
- ¿Cuáles son los problemas más importantes por los que debe atravesar un estudiante con discapacidad en la PUCP?
- ¿Cuáles son las principales quejas que han surgido en relación con las personas con discapacidad en la universidad?
- ¿Cree que existe frustración y baja autoestima en los estudiantes con discapacidad?, ¿cómo lo aborda la universidad?
- Por favor indicar cuales son los ajustes que se deben realizar en clases y durante exámenes a las personas con discapacidad.
- ¿Se han recibido quejas de otros estudiantes respecto a estos ajustes?
- ¿Cómo afectó la pandemia de COVID-19 a la educación de las personas con discapacidad en la universidad?

SECCIÓN 3

- ¿Qué proyección tiene la universidad para recibir estudiantes con discapacidad
- ¿Hay alguna política, reglamento para fomentar el ingreso a más estudiantes?
- Desde tu perspectiva, ¿cuál es el rol de la universidad en la inclusión? ¿Qué ámbitos abarca esta inclusión?

CIERRE

- ¿Cuáles son las principales barreras del programa?
- ¿Te gustaría decirnos algo más referente al tema?

GUION DE ENTREVISTAS PARA
Asistenta social en universidad

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

INTRODUCCIÓN

Hola _____ mi nombre es _____.
Queremos comentarte que mi equipo y yo, estamos realizando un proyecto de investigación. Este proyecto hace referencia a problemas u obstáculos que podrían tener los alumnos y egresados con discapacidad y la percepción que tienen las personas sin discapacidad hacia ellos.
Queremos que nos dé su punto de vista a partir de su experiencia. Por ello queremos hacerte una entrevista para conocerte y saber acerca de sus vivencias en la universidad.
Nuestro objetivo es tener mayor entendimiento acerca del tema y buscar una solución para resolver este problema desde nuestro expertos. Estas primeras entrevistas no serán grabadas.

SECCIÓN 1

¿Cuál es su experiencia y conocimiento sobre el tema de las personas con discapacidad en la comunidad universitaria?

¿Cuál es su disposición para colaborar en la mejora de las condiciones de las personas con discapacidad en la Universidad Ricardo Palma?

¿Cómo percibe el equilibrio entre la innovación y la atención a las personas con discapacidad en la universidad en la actualidad?

¿Qué tipo de presiones o expectativas existen por parte de la Defensoría del Pueblo y la SUNEDU en relación con las personas con discapacidad en la universidad?

¿Cómo se aborda la falta de aceptación de la condición de discapacidad por parte de algunas personas en la comunidad universitaria?

¿Qué desafíos se han identificado en el censo, la identificación y codificación de personas con discapacidad en la universidad, especialmente para aquellos con discapacidades menos visibles?

SECCIÓN 2

¿Qué desafíos específicos enfrentaron los alumnos con discapacidad motriz al regresar a clases presenciales después de la virtualidad, y cuál fue la naturaleza de las quejas de los padres?

¿Cómo afectó la accesibilidad de la universidad a la elección de carrera de los alumnos con discapacidad motriz, y cómo ha mejorado esta situación con los cambios en la infraestructura?

¿Puede profundizar en la cuestión de la salud mental tanto en personas con discapacidad como en aquellas sin discapacidad en la universidad? ¿Qué medidas se están tomando para abordar la depresión, ansiedad y otros problemas de salud mental?

¿Cómo se está abordando la cuestión de la frustración y la baja autoestima que experimentan muchas personas con discapacidad?

¿Cómo ha afectado la pandemia de COVID-19 a la educación de las personas con discapacidad en la universidad?

¿Cuáles son los principales problemas o quejas que han surgido en relación con las personas con discapacidad en la universidad?

¿Puede explicar más sobre la dinámica familiar y el soporte emocional para las personas con discapacidad en comparación con las personas sin discapacidad?

SECCIÓN 3

¿Puede proporcionar más detalles sobre las mejoras en la accesibilidad de la infraestructura de la Universidad Ricardo Palma?

¿Cómo se maneja la comunicación con padres intensos que puedan crear malestar en la relación con los asistentes sociales?

¿Qué información puede proporcionar sobre el cuadro de "discapacidad emocional" que mencionó y cómo se está tratando?

¿Cómo afectó la accesibilidad de la universidad a la elección de carrera de los alumnos con discapacidad motriz, y cómo ha mejorado esta situación con los cambios en la infraestructura?

¿Cómo se aborda el hecho de que muchas personas mantienen su discapacidad oculta y no la aceptan?

¿Cuál es la capacitación y sensibilización que se está brindando a los docentes para tratar adecuadamente a los alumnos con discapacidad en la universidad?

CIERRE

¿Le gustaría decirnos algo adicional a las preguntas que hemos realizado? Recuerde que no hay respuestas buenas o malas, porque toda respuesta nos ayudará a comprender mejor el panorama y así desarrollar una idea que sea relevante y pueda sobre todo apoyar a la comunidad.

GUION DE ENTREVISTAS PARA
Profesores de universidad

INTRODUCCIÓN

Hola _____ mi nombre es _____.
Queremos comentarte que mi equipo y yo, estamos realizando un proyecto de investigación. Este proyecto hace referencia a problemas u obstáculos que podrían tener los alumnos y egresados con discapacidad y la percepción que tienen las personas sin discapacidad hacia ellos.
Queremos que nos dé su punto de vista a partir de su experiencia. Por ello queremos hacerte una entrevista para conocerte y saber acerca de sus vivencias en la universidad.
Nuestro objetivo es tener mayor entendimiento acerca del tema y buscar una solución para resolver este problema desde nuestro expertis. Estas primeras entrevistas no serán grabadas.

SECCIÓN 1

¿Cuántos años tienes?

¿Cuánto tiempo tienes como docente en la universidad?

¿Qué cursos dicta como docente y de qué universidad(es)?

SECCIÓN 2

¿¿En qué curso tuviste la experiencia de enseñar a un alumno con discapacidad física?

¿Sabes por qué este alumno tenía esta discapacidad?

¿Previo al inicio de la clase con este estudiante, la universidad te informó acerca de su discapacidad? Si es así, de qué forma se manejó esta comunicación

¿Qué herramientas te brindó la universidad para que el alumno pueda aprender de la mejor manera y se sienta incluido en la clase?

¿Te preparaste de manera personal para saber cómo realizar una educación inclusiva? ¿Qué hiciste?

¿Qué problemas viste durante este curso que tenía el alumno, y cómo se solucionaron?

¿Cómo fue la interacción que tuviste con este estudiante? (Cuéntame el día a día y los exámenes)

¿Cómo fueron las interacciones que viste de este estudiante con el resto de alumnos?

SECCIÓN 3

¿En la universidad, ¿cómo se prepara al docente para incluir a los estudiantes con discapacidad en sus clases?

¿El estudiante con discapacidad tuvo un trato diferente de algún tipo? ¿Hubo alguna queja de otros estudiantes al respecto?

¿Qué mejoras se deben realizar en la infraestructura de la universidad para que una persona con discapacidad se sienta totalmente incluida?

De todos los problemas a resolver dentro del campus que tengan que ver con la inclusión a las personas con discapacidad, ¿cuál cree que es el más difícil?

¿Qué consejos cree que son fundamentales para aquellos docentes que nunca han trabajado con personas con discapacidad?

¿Que cree que es lo más difícil de trabajar con personas con discapacidad en la docencia?

CIERRE

Le gustaría decirnos algo adicional a las preguntas que hemos realizado? Recuerde que no hay respuestas buenas o malas, porque toda respuesta nos ayudará a comprender mejor el panorama y así desarrollar una idea que sea relevante y pueda sobre todo apoyar a la comunidad.

GUION DE ENTREVISTAS PARA
Psicólogos especialistas

INTRODUCCIÓN

Hola _____ mi nombre es _____.
Queremos comentarte que mi equipo y yo, estamos realizando un proyecto de investigación. Este proyecto hace referencia a problemas u obstáculos que podrían tener los alumnos y egresados con discapacidad y la percepción que tienen las personas sin discapacidad hacia ellos.
Queremos que nos dé su punto de vista a partir de su experiencia. Por ello queremos hacerte una entrevista para conocerte y saber acerca de sus vivencias en la universidad.
Nuestro objetivo es tener mayor entendimiento acerca del tema y buscar una solución para resolver este problema desde nuestro expertos. Estas primeras entrevistas no serán grabadas.

SECCIÓN 1

Introducción:
¿Cómo define la depresión como una discapacidad psicosocial y cómo afecta la vida diaria de quienes la experimentan?

Experiencia:
¿Podría compartir su experiencia profesional relacionada a la depresión como una discapacidad psicosocial y si tiene experiencia con jóvenes?

Conciencia:
Desde su perspectiva, ¿cómo creen que los jóvenes ven la depresión? ¿Esta generación es más susceptible, más sensible?

¿Cree que los jóvenes en general están conscientes de lo que implica la depresión como una discapacidad psicosocial?

¿Hay métodos convencionales para identificar si una persona joven está presentando un cuadro de depresión, usted conoce métodos más efectivos que podrían dar un indicador sobre esta problemática?

De acuerdo a su experiencia ¿Cuáles son algunos de los desafíos más comunes que los pacientes jóvenes con depresión y discapacidades psicosociales enfrentan en su vida diaria?

SECCIÓN 2

Apoyo
¿Sabe si las instituciones públicas y privadas brindan suficiente apoyo y recursos para jóvenes especialmente estudiantes universitarios con depresión?

¿Cómo puede el apoyo social y familiar jugar un papel importante en el tratamiento y la recuperación de las personas con depresión?

¿Sabe si las universidades brindan suficiente apoyo y recursos para estudiantes con depresión? Para usted, son ellas también responsables en dar soluciones a esta problemática

Apoyo de Pares y Compañeros:
¿Consideran que los familiares juegan un papel importante en el apoyo a los jóvenes especialmente estudiantes de universidad con depresión?

¿Consideran que los amigos y compañeros de clase juegan un papel importante en el apoyo a estudiantes con depresión y cómo cree que la ayuda podría ser más efectiva?

Inclusión Social
¿Cuáles son algunas barreras comunes que los estudiantes con depresión enfrentan en términos de inclusión en actividades académicas y sociales?

¿Ha observado un aumento en el aislamiento social entre los jóvenes como resultado de las medidas de distanciamiento social?

Acceso a Servicios de Salud Mental
¿Qué medidas creen que podrían mejorar el acceso y la disponibilidad de servicios de salud mental para jóvenes en las universidades?

¿Qué se puede hacer para fomentar una conversación más abierta sobre la salud mental y la depresión en el campus?

SECCIÓN 3

Pérdida de Familiares o Seres Queridos debido al COVID-19
Lamentablemente, algunas personas han perdido a familiares o seres queridos debido al COVID-19.
¿Ha trabajado con jóvenes o personas adultas que hayan experimentado esta pérdida?

Según su experiencia ¿Cómo aborda el duelo y el impacto emocional los jóvenes y adultos que han perdido a un familiar debido a una pérdida?

Inclusión y Depresión en Estudiantes Universitarios:
¿Cuál es su opinión sobre la inclusión de estudiantes universitarios que enfrentan la depresión como una discapacidad psicosocial?

Desde su experiencia, ¿cómo puede la universidad promover la inclusión efectiva de estudiantes con depresión en el campus? y ¿Cuáles son algunos de los desafíos más comunes que usted ve que los estudiantes con depresión enfrentan en términos de inclusión en actividades académicas y sociales?

Desde su perspectiva como profesional, ¿Qué cambios usted podría proponer en centros de estudios como universidades para mejorar la inclusión y el apoyo a estudiantes con depresión?

Educación:
¿Cómo considera la importancia de la educación y la concienciación sobre la salud mental entre los jóvenes en el contexto de la pandemia?

Efectos a Largo Plazo:
¿Cuáles son sus preocupaciones o consideraciones sobre los posibles efectos a largo plazo del COVID-19 en la salud mental de los jóvenes?

CIERRE

Recursos y Herramientas:
De acuerdo a tu experiencia ¿Cuáles son algunas estrategias o herramientas que han encontrado útiles para manejar el estrés y la depresión en jóvenes, especialmente universitarios?

Recomendaciones Finales:
¿Tienen alguna recomendación o consejo final para otros jóvenes universitarios que puedan estar lidiando con la depresión?

¿Hay algo más que deseen compartir o que consideren importante en relación con la depresión en las universidades?

GUIÓN TALLERES GENERATIVOS PARA CO-CREAR

INDICACIONES:

romper hielo | antecedentes | pregunta de reto de diseño | hablada, post its, miro, etc | explicación de la idea / storytelling | conectar ideas

OBJETIVO:

¿Cómo podríamos educar al entorno y brindar recursos a los estudiantes no diagnosticados para que sean escuchados y tratados?

Introducción a la dinámica:

Esta introducción dura 7 minutos

- Presentación del equipo de investigación y de cada persona en el taller.
- Mencionar los ODS
- Mencionar un poco sobre el proyecto
- Mencionar sobre la depresión es una discapacidad psicosocial

Dinámicas: plantea y diseña dinámicas para tu propio taller generativo, puedes basarte en el ejemplo o utilizar otras dinámicas para la co-creación con posibles usuarios.

Esta dinámica dura 28 minutos

- Presentación de cada persona de manera interactiva para una comunicación más fluida
- Hacer la pregunta de reto de diseño mediante un storytelling
- Cada persona arma su solución a base de la pregunta
- Avatares
- La solución se basaría en un explicación de storytelling

Cierre:

Esta cierre dura 11 minutos

- Apoyarlos con ideas en sus soluciones
- Trabajar esas ideas juntos
- Agradecimientos por participar

DIARIO DE OBSERVACIÓN

Día - horario - Lugar de la observación	Descripción del lugar	Descripción de las personas	Elementos y eventos observados: actividades, quehaceres, acciones, interacciones, comportamientos, situaciones, aspectos "normales" y "no normales", entre otros
Lunes a viernes / 6-7 pm / PUCP	Campus universitario, recorrido por centro de descanso, edificio de EEGGLL donde se encuentren los estudiantes	Estudiantes con o sin discapacidad	Se observó un estudiante con discapacidad, se muestra una persona tímida. Prefirió dar una entrevista dentro de una semana. Los estudiantes en general se muestran bastante inclusivos y detectan los problemas en el campus (físicos y sociales), se expresan con mucha claridad.
Lunes / 3 - 4:20 pm / URP	Campus universitario, área de Bienestar estudiantil	Asistente social	En plena actividad de su labor, en su modulo de oficina, conducta amable y con mucho interés en el tema
Martes / 9 - 9:40 am / URP	Campus universitario, área de Bienestar estudiantil	Asistente social	En plena actividad de su labor, en su modulo de oficina, conducta amable y con mucho interés en el tema
Jueves / 7 - 9:30 pm / URP	Campus universitario, bibliotecas de la Facultad de Ciencias Económicas	Estudiantes con o sin discapacidad	Estudiantes con o sin discapacidad
Viernes / 4 - 6:00 pm / URP	Campus universitario, bibliotecas de la Facultad de Traducción y Lenguas Modernas	Estudiantes con o sin discapacidad	Estudiantes con o sin discapacidad

ETAPA: INVESTIGAR

SEMANA 4



CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

DESCARGA DE ENCUESTAS

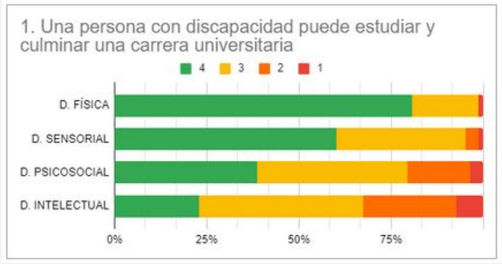
ENCUESTA 1: PARA ESTUDIANTES SIN DISCAPACIDAD

Sobre la percepción de las diferentes discapacidades en estudiantes universitarios.

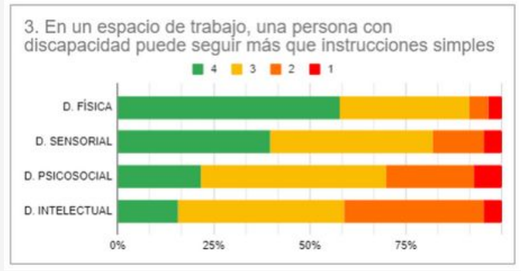
Esta encuesta se realizó a estudiantes universitarios y el objetivo es medir la percepción que tienen los estudiantes hacia las personas con discapacidad. Se presentan diversos enunciados y el encuestado debe indicar que tan de acuerdo se encuentra con ellos.
Esta encuesta se realizó a 83 estudiantes, el 51,8% de ellos indicó que tiene contacto con una persona con discapacidad (Familiar, persona cercana, amigo, compañero de clase)
La percepción es mayormente positiva en diferentes ámbitos, las discapacidades que tienen mayor aceptación por ellos son las discapacidades física y sensorial, las discapacidades que tienen menos aceptación son las discapacidades psicosocial e intelectual.
Enlace con resultados de la encuesta: https://docs.google.com/forms/d/1aQNpVVMcYAjvORKgrQaWn4qaJkEi-oY9C1yYbRmOofo/edit

83 ESTUDIANTES
UNIVERSIDADES: Pontificia Universidad Católica del Perú, Universidad Ricardo Palma, UPC, ISIL, UTP, UNI, Universidad Pacífico, Universidad de Lima, Universidad Peruana Cayetano Heredia, Toulouse Lautrec.



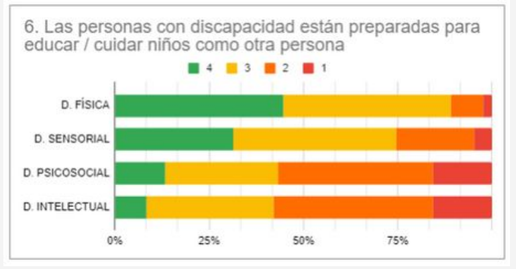


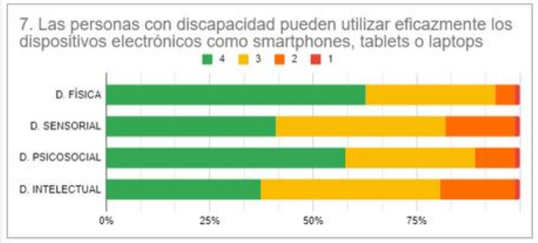


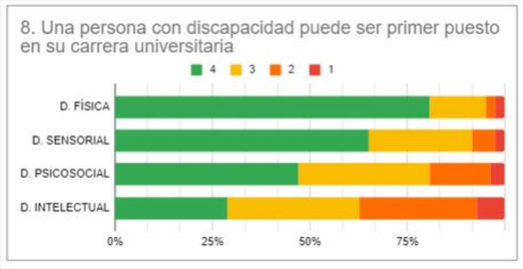




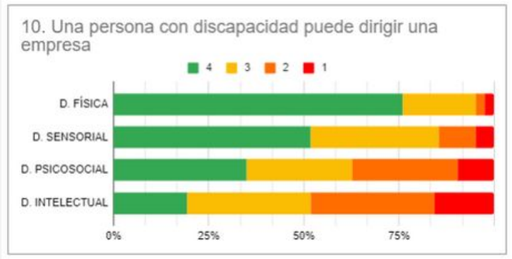










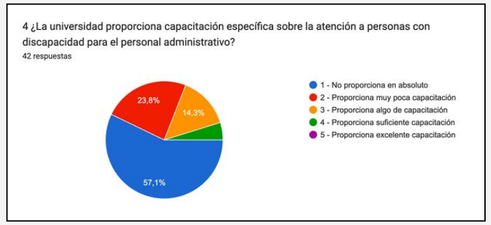


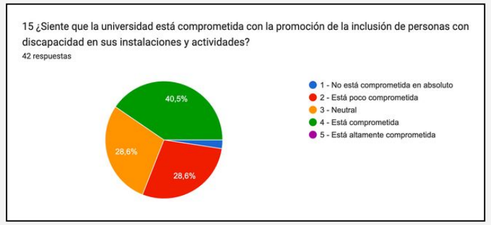
DESCARGA DE ENCUESTAS

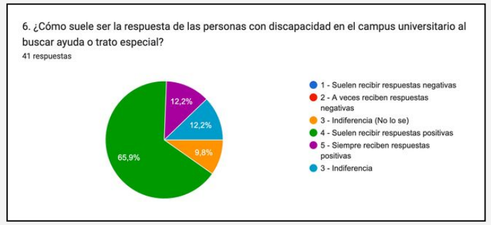
ENCUESTA 2: PERCEPCIÓN DEL PERSONAL ADMINISTRATIVO ACERCA DE LA DISCAPACIDAD DENTRO DEL CAMPUS

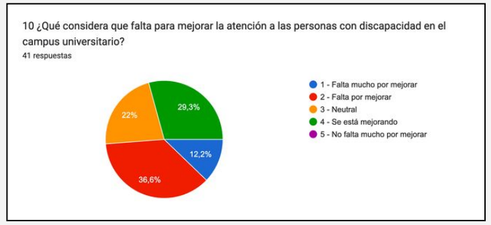
Sobre la salud mental y la depresión en estudiantes universitarios.

El objetivo de esta encuesta fue medir la percepción del personal administrativo de las universidades en relación a los servicios, inclusividad y atención que se brinda en el campus respecto a los estudiantes y trabajadores con discapacidad. https://docs.google.com/forms/d/1G0lvc7OKuEco9PN-KCJH1Hc-hfUV9KJxad-1NFhxa-A/edit



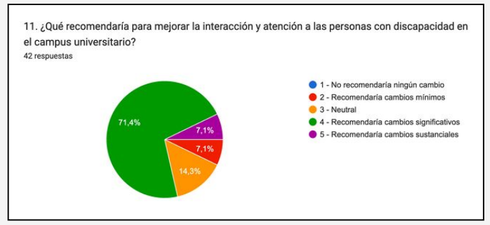


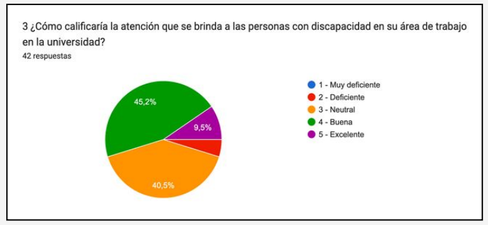


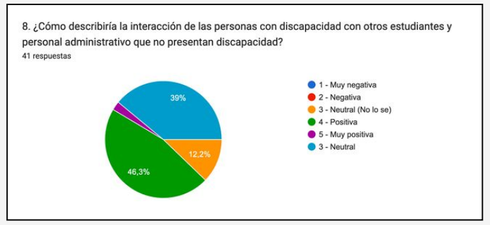




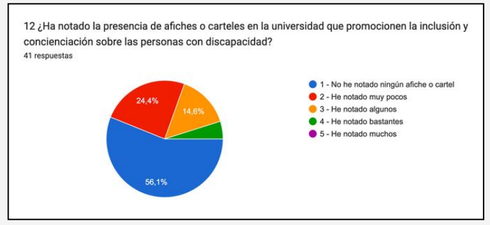


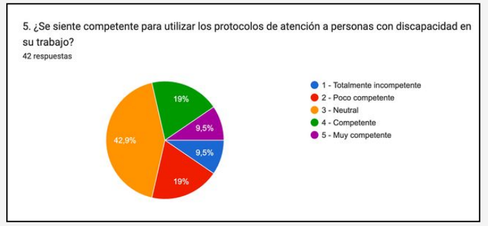


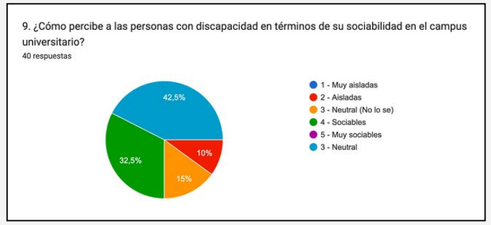


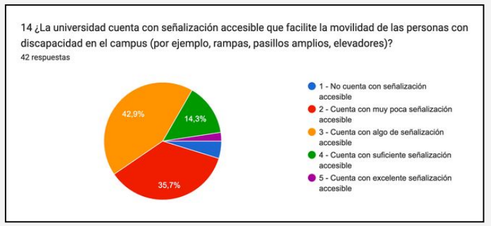












Comentarios de los encuestados:

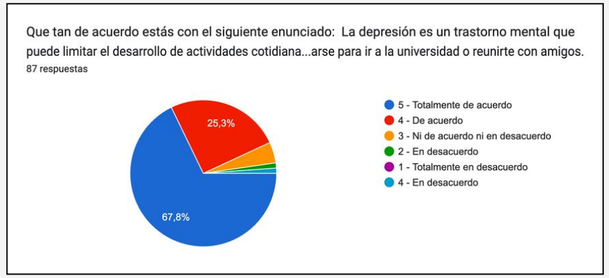
- Seguir mejorando las instalaciones y hacerlas más receptivas a las personas con discapacidad. Que el personal esté capacitado.
- Mayor participación en actividades que involucren actividades sociales
- Se tiene que difundir hacer campañas e informar sobre los accesos para las personas con discapacidad de esta forma nosotros sabremos cómo orientarlos.
- Incrementar las rampas y generar accesos a aulas y oficinas, preparar a los docentes para incluyan herramientas que fomenten la inclusión en la clases y en su dictado, capacitar al personal administrativo en la atención.
- Aumentar la presencia de afiches o carteles para difundir concientización.
- Campañas de inclusión a los alumnos que padecen algún tipo de discapacidad. Servicio de atención a alumnos con discapacidad.
- Hacer rampas en lugares accesibles, tener mayor comunicación Estar informado sobre las políticas de discapacidad en los diferentes grados de estudio.
- Se debe generar proyectos en la cual se incluya a las personas con habilidades diferentes, tales como habilitaciones de rampas en los alrededores del campus universitario, habilitación de ascensores en cada facultad, colocación de podotáctiles en los alrededores de la universidad, entre otros.
- No sé si los tienen, pero sería bueno tener protocolos para atención a personas con capacidades diferentes.

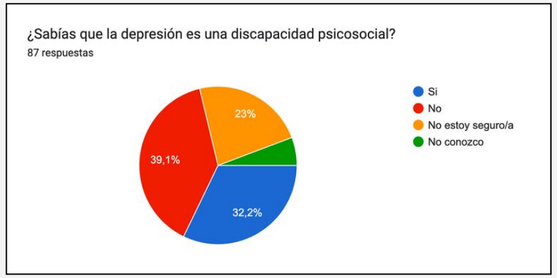
DESCARGA DE ENCUESTAS

ENCUESTA 3: SALUD MENTAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Sobre la salud mental y la depresión en estudiantes universitarios.

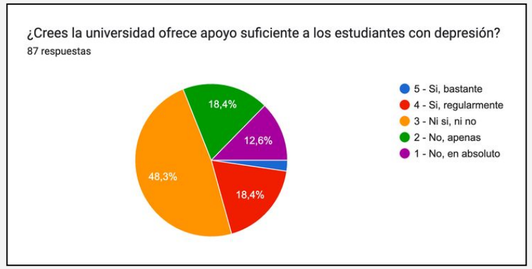
El objetivo de esta encuesta fue medir el estado de la salud mental de los estudiantes universitarios, identificar a qué nivel de asociación tienen los estudiantes de la depresión con una discapacidad psicosocial y en qué medida reciben ayuda emocional y psicológica de la universidad y si consideran ser efectiva.

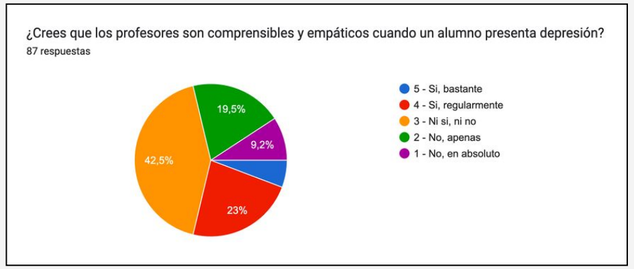




CONCLUSIÓN 1:

El 93,1% de los alumnos universitarios encuestados está de acuerdo con la definición de la depresión como discapacidad psicosocial, sin embargo solo el 32,2% sabe que la depresión es una discapacidad psicosocial. Con ello podemos decir que los alumnos universitarios son conscientes del tema pero no saben.



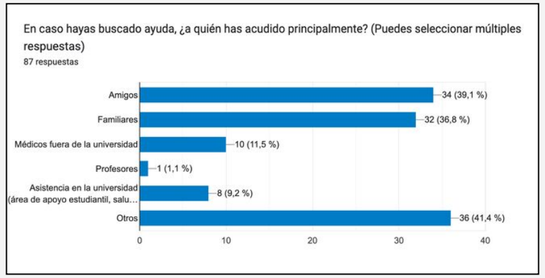


CONCLUSIÓN 4:

Sólo el 20,7% de los alumnos encuestados cree que la universidad ofrece apoyo suficiente a los estudiantes con depresión. Con esto podríamos concluir que los servicios (educación, salud, bienestar, otros.) que brinda la universidad no considera realmente a la depresión de los estudiantes, podría ser por falta de o una deficiencia en los servicios.

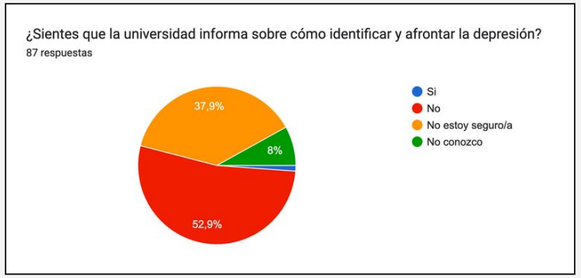
CONCLUSIÓN 5:

Sólo el 28,7% de los encuestados dio una respuesta positiva a si creen que los profesores son comprensibles y empáticos cuando un alumno presenta depresión. Es posible que los estudiantes no se sientan totalmente comprendidos por los docentes de la universidad, la mayoría considera que hay una falta de empatía.



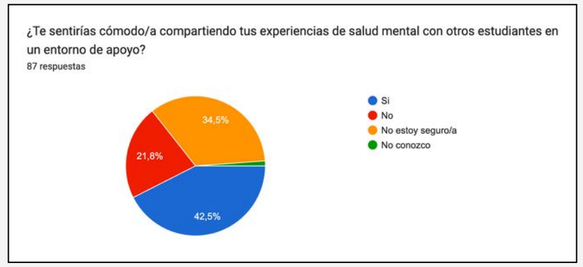
CONCLUSIÓN 2:

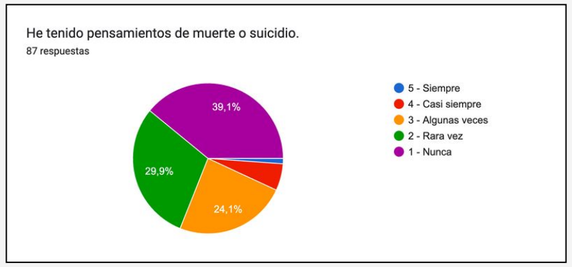
Sólo el 9,2% de los encuestados ha acudido a la asistencia de la universidad cuando ha buscado ayuda. Es decir que es posible que haya una necesidad desatendida dentro de la misma universidad.



CONCLUSIÓN 3:

Así mismo sólo el 1,1% de los encuestados siente que la universidad informa sobre cómo identificar y afrontar la depresión, esto nos quiere decir que no existe una verdadera difusión y educación del tema.





CONCLUSIÓN 6:

La actitud de los estudiantes es positiva en compartir experiencias en torno a la salud mental y apoyar a la comunidad en la lucha contra este trastorno.

CONCLUSIÓN 7:

24% de los alumnos encuestados alguna vez ha pensado en suicidio, lo que determina que 2 de cada 10 estudiantes algunas veces piensa en quitarse la vida.

DESCARGA DE ENCUESTAS

FOTOS DE ESTUDIANTES LLENANDO LAS ENCUESTAS









DESCARGA DE ENTREVISTA

ENTREVISTA 1: ASISTENTA SOCIAL UNIVERSIDAD RICARDO PALMA

Entrevistador: Jose Saul Zevallos Pickman

Nombre de la entrevistada: Soledad Salinas

Fecha y hora: 29 de septiembre de 2023 de 3:00 pm a 4:20 pm

En la reunión se destacaron varios puntos de interés mencionados a continuación:

- Muchas personas con discapacidad no aceptan su condición.
- No todas las personas con discapacidad poseen el carnet del CONADIS.
- Existe resistencia por muchos alumnos con discapacidad dando excusas para no tener el carnet.
- El censo, la identificación y codificación de personas con discapacidad en la universidad es un desafío, especialmente para personas con discapacidad auditiva y otras condiciones menos visibles que no aceptan su discapacidad.
- Se observó que muchas personas con discapacidad experimentan frustración y baja autoestima. Es el tema que más destacó.
- La educación virtual debido a la pandemia de COVID-19 benefició a las personas con discapacidad motriz.
- Se resaltó que la accesibilidad (infraestructura) en la URP ha mejorado significativamente, y no se han registrado quejas significativas en este aspecto.
- Por otra parte algunos alumnos han presentado quejas y malestar en relación con las personas con discapacidad, lo que sugiere la necesidad de una mayor sensibilización.
- Existen padres intensos que crean malestar en la comunicación entre los asistente sociales.

Conclusión Resaltada:

La reunión resaltó un aspecto crítico: muchas personas con discapacidad enfrentan desafíos emocionales significativos, como la frustración, la baja autoestima y, en algunos casos, el rechazo.

Además, se observó que algunos alumnos han presentado quejas y malestar relacionados con las personas con discapacidad. Esto destaca la urgente necesidad de una mayor sensibilización en la comunidad universitaria para fomentar la aceptación, la comprensión y el respeto hacia las personas con discapacidad.

DESCARGA DE ENTREVISTA

ENTREVISTA 2: ESTUDIANTE CON DISCAPACIDAD PSICOSOCIAL (DEPRESIÓN) UNI

Entrevistadora: Ana Carolina Bezada Sánchez

Nombre del entrevistado: Adam Fatama

Fecha y hora: 01 de octubre de 2023 de 7:00 pm a 8:00 pm

En la entrevista se destacaron varios puntos de interés que les comparto: Cabe resaltar que el entrevistado es alumno de la UNI:

- Depende del profesor, dice que en general son distantes con el trato hacia personas con discapacidad
- Menciona que dejo muchas cosas de lado al comienzo por su discapacidad pero ha intentado dar lo mejor
- Dice que no hay mucho apoyo por parte del profesor o comunidad ya que depende de cuanto le agrades a un profesor para que te apoye.
- Menciona que la infraestructura no está preparada para personas con discapacidad.
- Ni alumnos ni profesores están preparados para apoyar a personas con discapacidad.
- La mayoría de estudiantes son apáticos e introvertidos en general.

Conclusión Resaltada:

La reunión resaltó un aspecto crítico: muchas personas con discapacidad en la universidad no son tomadas en cuenta y se normaliza el maltrato de profesores a alumnos. Esto destaca la urgente necesidad de una mayor sensibilización en la comunidad universitaria para fomentar la aceptación, la comprensión y el respeto hacia las personas con discapacidad.

Para revisar el audio de la entrevista:

https://drive.google.com/file/d/11Kj8MvvDR44FccOK_ut7mA5MmCz3C-tu/view?usp=drive_link

DESCARGA DE ENTREVISTA

ENTREVISTA 3: ASISTENTA SOCIAL UNIVERSIDAD RICARDO PALMA

Entrevistador: José Saul Zevallos Pickman

Nombre de la entrevistada: Soledad Salinas

Fecha y hora: 29 de septiembre de 2023 de 3:00 pm a 4:20 pm

En la reunión se destacaron varios puntos de interés:

- Muchos alumnos especialmente con discapacidad motriz fueron muy afectados por el tema de volver a clase después de la virtualidad. las quejas vinieron de los padres que ya estaban cansados.
- Me comentó que hay un alumno con discapacidad auditiva que egresó con el primer puesto de la carrera de medicina.
- También me mencionó que hay alumnos con problemas de discapacidad motriz que tuvieron que cambiar de carrera porque la universidad presentaba problemas de accesibilidad, eso se podía ver en algunas carreras. Con los cambios que hicieron en infraestructura ya se presenta menos.
- Algo que me llamó la atención es que varios alumnos discapacitados eligen la carrera de veterinaria porque se sienten más aceptados por los animales.
- Me comenta que tanto las personas con discapacidad y sin discapacidad están presentando problemas de salud mental, existen muchos casos de depresión, ansiedad y medicación. Al parecer se está viendo un nuevo cuadro de discapacidad emocional, muy interesante para tratar.
- Otro punto que me llamó la atención fue que las personas discapacitadas se encuentran cubiertas y protegidas por su familia dándoles un soporte emocional, mientras que las personas sin discapacidad se encuentran abandonadas por sus familias, muchos con hogares fracturados.
- Me informó que muchas personas mantienen su discapacidad oculta y no la aceptan.
- Un dato importante es que muchos docentes no están capacitados para ni sensibilizados para tratar a un alumno con discapacidad.

Conclusión Resaltada:

El regreso a clases presenciales tras la virtualidad afectó a estudiantes con discapacidad motriz y generó quejas de padres. A pesar de los desafíos, algunos estudiantes con discapacidad hubo un alumno que sobresalió académicamente en la carrera de medicina. Hubo problemas de accesibilidad en la universidad, pero se realizaron mejoras. Se destaca que la salud mental es un problema creciente para todos, y las personas con discapacidad reciben más apoyo familiar. Muchas personas ocultan su discapacidad. Finalmente, la falta de capacitación docente es una preocupación importante en la inclusión educativa.

DESCARGA DE ENTREVISTA

ENTREVISTA 4: PROFESOR FACULTAD DE CIENCIAS ECONÓMICAS URP

Entrevistador: Jose Saul Zevallos Pickman

Nombre del entrevistado: Dr. José María Cardich

Fecha y hora: 03 de Octubre de 2023 de 3:00 pm a 4:20 pm

Puntos destacados de la entrevista:

- No hay protocolos de docentes para tratos con personas con discapacidad.
- No habían rampas ni ayuda por parte de la institución para que su alumno con discapacidad motriz en piernas pudiera subir a clases.
- También me mencionó que no hay sensibilización de parte de bienestar universitario. No hay comunicación, no tiene conocimiento los docentes, deberían difundirlo.
- No hay protocolo ni sensibilización de parte de bienestar universitario. No hay comunicación, no tiene conocimiento los docentes, deberían difundirlo.
- Con respecto a profesores discapacitados. El profesor con prótesis era amigable, tenía que desenvolverse. El profesor era bastante distinguido. Era dirigente
- En la URP debería haber un protocolo especial, para docentes y área psicológica, empleados.
- Hace años sí hubo un programa de agrupación de familiares de trabajadores y docentes que tenían síndrome de down. Era un tema de emprendimiento donde los chicos vendían sus productos. Pero eran externos, como alumnos.
- Se debe reconocer que las personas con discapacidad como steven Hopkins que tenía intacta la parte intelectual, pero una universidad los apoyo.
- Otra cosa importante que he notado de esta generación, es que tiene más comunicación.
- Ahora son más humanos y solidarios que antes la universidad, están mejor comunicados.

Conclusión Resaltada:

En esta entrevista con el Dr. José María Cardich, un experimentado profesor de la Facultad de Ciencias Económicas de la Universidad Ricardo Palma, se destacan varias conclusiones importantes. En primer lugar, la universidad carece de un protocolo y de herramientas específicas para apoyar a estudiantes con discapacidad, lo que resalta la falta de preparación institucional para la educación inclusiva. El profesor menciona que, a pesar de la ausencia de apoyo oficial, trató al estudiante con discapacidad como a cualquier otro alumno y destacó su actitud independiente y su deseo de superarse.

En segundo lugar, el testimonio del profesor destaca la necesidad de sensibilizar y preparar a los docentes para la inclusión de estudiantes con discapacidad en sus clases. El profesor Cardich señala que la falta de comunicación y sensibilización en la universidad es un problema y sugiere que se debe implementar un protocolo especial, tanto para docentes como para el personal psicológico y empleados. Además, se destaca que la generación actual muestra una mayor conciencia y solidaridad hacia las personas con discapacidad, lo que sugiere un cambio positivo en la sociedad en general en términos de inclusión y comunicación.

Esta entrevista resalta la importancia de desarrollar políticas y protocolos de inclusión efectivos en las instituciones educativas y de promover la conciencia y la sensibilidad hacia las personas con discapacidad en la comunidad universitaria.

DESCARGA DE ENTREVISTA

ENTREVISTA 5: PROFESOR FACULTAD DE ARQUITECTURA URP

Entrevistador: Jose Saul Zevallos Pickman

Nombre de la entrevistada: Dra. Ana del Cisne

Fecha y hora: 03 de Octubre de 2023 de 3:00 pm a 4:20 pm

Puntos destacados de la entrevista:

En la reunión se destacaron varios puntos de interés que les comparto:

- Ella menciona que le tocó una alumna que tenía problemas para hablar, pero no en la URP. Esta alumna tenía una persona que la acompañaba en clase. Pero tenía talento con las manos, cuando hacía maquetas. Fue una alumna muy destacada.
- Me comentó que en la URP no le avisan, cuando entro a clase hay veces que nota que la tiene personas con discapacidad.
- Una de las razones de estudiar su maestría en pedagogía fue llegar a este tipo de alumnos, se sentía frustrada en algún momento cuando no podía comunicar con esta alumna.
- He visto tres casos. una alumna con sordo muda, luego un alumno con silla de ruedas y ahora hace poco una alumna que era demasiado tímida que la considero con discapacidad, tenía miedo de todo y no se podía comunicar bien.
- Ella siempre trata de empoderar a sus estudiantes, siempre da apoyo y trata de que hablen y se comuniquen. Los motivo con videos y música antes de iniciar. Justo por eso ganó un premio en la UPN por trabajar con equipos de trabajo y dar sus clases así.
- Faltan espacios recreativos.
- Hay problemas con el tema ambiental, mejores espacios. Ha mejorado pero aún falta
- Faltan baños para personas con discapacidad, no hay ambientes especiales.
- Falta integración, unidad y desarrollo
- Falta una escuela de docentes
- Hay que dar mejor Calidad humana e integrarla la Universidad
- Una vez tuve un accidente y me quedé en silla de ruedas, viví en carne propia los problemas de las personas con discapacidad, me ayudaron pero si tuve dificultades en el acceso al campus.

Conclusión Resaltada:

En esta entrevista con la Dra. Ana del Cisne, profesora de la Facultad de Arquitectura de la Universidad Ricardo Palma, se destacan varias conclusiones importantes. En primer lugar, la falta de preparación y apoyo institucional en la URP para la inclusión de estudiantes con discapacidad es evidente. La universidad no informa ni capacita a los docentes sobre estudiantes con discapacidad, lo que resalta la ausencia de protocolos y sensibilización en este aspecto.
En segundo lugar, la Dra. Ana del Cisne muestra una actitud de compromiso personal para mejorar la educación inclusiva, habiendo estudiado pedagogía y aprendido lenguaje de señas por su cuenta. Esto pone de manifiesto la importancia de la iniciativa individual en la búsqueda de la inclusión, pero también subraya la necesidad de una mayor formación institucional. Además, la profesora destaca la importancia de crear espacios físicos accesibles en el campus y la necesidad de una mayor calidad humana y empatía en la universidad.

En resumen, esta entrevista enfatiza la necesidad de que las instituciones educativas, como la URP, implementen políticas de inclusión, formación docente y mejoras en la accesibilidad física para garantizar una educación inclusiva y de calidad.

DESCARGA DE ENTREVISTA

ENTREVISTA 6: PROFESOR FACULTAD DE CIENCIAS ECONÓMICAS URP

Entrevistador: Jose Saul Zevallos Pickman

Nombre del entrevistado: Ing. Teodoro Guija

Fecha y hora: 01 de Octubre de 2023 de 9:00 am a 9:40 am

Puntos destacados de la entrevista:

- No ha visto que a los alumnos con discapacidad se les incluya en la imagen de la universidad, en el tema de publicidad.
- A las personas con discapacidad no se les valora, y da la sensación que a la Universidad no les interesa.
- En la URP nunca se dio cuenta que había una persona con discapacidad, en la UPN te capacitan, te avisan y te capacitan a través de un sistema mooc.
- En la URP no se les prepara a los docentes para tratar con alumnos con discapacidad, a pesar que hay regulaciones y normatividades por ley que se deben de dar.

Conclusión Resaltada:

En esta entrevista con el Ing. Teodoro Guija, profesor de la Facultad de Ciencias Económicas de la Universidad Ricardo Palma, se destacan varias conclusiones relevantes. En primer lugar, se pone de manifiesto la falta de preparación y apoyo institucional en la URP para la inclusión de estudiantes con discapacidad. La universidad no informa ni capacita a los docentes sobre estudiantes con discapacidad, lo que refleja una carencia de protocolos y sensibilización en este tema.
En segundo lugar, se observa una diferencia significativa en la experiencia del profesor cuando enseña a un estudiante con discapacidad en la Universidad Privada del Norte (UPN), donde recibió capacitación y apoyo, en contraste con su experiencia en la URP. Este contraste subraya la importancia de la formación y el respaldo institucional para los docentes que enseñan a estudiantes con discapacidad. Además, el testimonio del profesor resalta la falta de visibilidad y valoración de las personas con discapacidad en la universidad y la necesidad de una mayor atención e inclusión.

Se observa en esta entrevista la necesidad de que las instituciones educativas como la URP implementen políticas y programas efectivos de inclusión y capacitación para docentes, así como la importancia de valorar y dar visibilidad a las personas con discapacidad en el entorno universitario.

DESCARGA DE ENTREVISTA

ENTREVISTA 7: FAMILIAR A CARGO DE ESTUDIANTE CON DISCAPACIDAD VISUAL

Entrevistadores: Ana Bezada y Pamela Pacora

Nombre de la entrevistada: Carolina Ramos

Fecha y hora: 05 de Octubre de 2023 de 8:30 pm / 9:00 pm

Puntos destacados de la entrevista:

- Menciona que su sobrino quien cuida tuvo una infancia difícil debido a su discapacidad pero con el tiempo ha ido aceptándolo
- Su sobrino trata de ser independiente a pesar de su discapacidad
- Ella le inculcó desde pequeño ser fuerte y amarse a sí mismo
- Ella lo apoya tanto en lo económico como en lo emocional
- No suele mencionar como le va en la universidad pero ella ha notado que desde que entro se ha vuelto menos introvertido y sale con sus amigos de la carrera quienes lo ayudan en sus actividades al estar estudiando.

Conclusión Resaltada:

La autoestima y el apoyo constante la ayudó para que su sobrino no cayera en depresión por su discapacidad, menciona que las personas fueron duras con él pero desde que entró a la universidad, sus amigos también lo cuidan. Piensa que enseñarles del amor propio los ayudará a poder salir solos en el futuro.

Para revisar el audio de la entrevista:

https://drive.google.com/file/d/1foj2Vve0MqrakkSDltu2cTQnqx5g-e5F/view?usp=drive_link

DESCARGA DE ENTREVISTA

ENTREVISTA 8: FAMILIAR A CARGO DE PERSONA CON DISCAPACIDAD PSICOSOCIAL

Entrevistadora: Pamela Pacora

Nombre de la entrevistada: Clotilde Fonseca

Fecha y hora: 30 de septiembre de 2023 de 8:00 pm / 8:40 pm

Puntos destacados de la entrevista:

- El familiar entrevistado siente que la persona con discapacidad fue un soporte en la casa, ayudando en los quehaceres, en el cuidado de los niños y en el cuidado de la mamá cuando ya estaba mayor. Sus familiares no tuvieron problema en dejarla sola en la casa o que saliera a la calle.
- La persona discapacitada fue diagnosticada a los 18 años y fue tratada desde entonces hasta la fecha de hoy.
- Tuvo apoyo familiar en cuanto a sus estudios y su cuidado, nunca fue presionada por su familia para trabajar.
- La persona con discapacidad terminó sus estudios primarios y secundarios y además tuvo una carrera técnica que llevó durante la secundaria la cual le permitió obtener un trabajo. Esta persona llevó sus estudios en el tiempo regular, en ese momento tuvo apoyo de una prima quien estudiaba en las mismas clases.
- La persona con discapacidad llegó a trabajar sin embargo no estuvo mucho tiempo, según el relato no se sintió cómoda en el ambiente donde trabajaba.
- El familiar piensa que una persona con esta discapacidad, siempre y cuando esté tratada, puede llegar a hacer una vida medianamente normal.
- En la actualidad la persona se mantiene en casa porque ya es una persona mayor y además el andador no la deja caminar muy bien.
- El familiar indica que no recibe ningún trato diferente en el hospital debido a que el área donde acuden es especialmente para esos casos.
- El familiar indica que cuando la persona era joven si recibía miradas extrañas de otras personas.

Conclusiones resaltadas:

- Las personas con discapacidad psicosocial, en este caso esquizofrenia, pueden cuidar de niños o personas mayores, además se pueden desempeñar en distintos actividades del hogar sin supervisión. Es indispensable el soporte familiar y el tratamiento constante.
- Las personas cercanas a una persona con discapacidad psicosocial, en este caso esquizofrenia, conocen a un nivel muy alto como enfrentar cualquier situación y tienen un nivel alto de aceptación.
- Las personas con discapacidad psicosocial, en este caso esquizofrenia, pueden conseguir empleo y realizar una carrera técnica, mejor aún si existe un apoyo familiar.
- Es la familia que se adapta a la persona con discapacidad y no viceversa.
- Las personas con discapacidad psicosocial, en este caso esquizofrenia, pueden cuidar de personas adultas mayores y realizar tareas complejas. Para estas tareas no necesitan supervisión.
- El tratamiento médico constante, pastillas y apoyo familiar son indispensables para que estas personas se sientan adaptadas totalmente.

Para revisar las preguntas y la entrevista completa ver el siguiente enlace:
https://docs.google.com/document/d/1px-pNHg6w9gxHPbECvQjOBe4zeIijzP3uluXiIy6bps/edit?usp=drive_link
Para revisar el audio de la entrevista:
https://drive.google.com/file/d/1y16QiZQKMmBtzph4P4tDKQ_ze8houlft/view?usp=drive_link

DESCARGA DE ENTREVISTA

ENTREVISTA 9: PERSONA CON DISCAPACIDAD PSICOSOCIAL (ESQUIZOFRENIA)

Entrevistadora: Pamela Pacora

Nombre de la entrevistada: Paula Fonseca

Fecha y hora: 01 de Octubre de 2023 de 6:00 pm / 7:00 pm

Esta entrevista se realizó a una persona que posee esquizofrenia, actualmente tiene 72 años y fue diagnosticada a los 18. Esta persona además de la esquizofrenia tiene una discapacidad física desde hace 3 años, y por ello requiere el uso de un andador. Esta persona se percibe como una persona mayor (anciana).

Puntos destacados de la entrevista:

- Esta persona no se percibe como una persona con esquizofrenia dentro del punto de vista del entrevistador.
- Esta persona realizó su vida de una forma regular, sus episodios no fueron severos.
- Esta persona recuerda datos muy exactos de su vida, recuerda momentos de la infancia, adolescencia y adultez. Nombre de personas, calles, etc.
- Su infancia hasta los 18 años vivió con sus abuelos y tíos, ella indica que fue una infancia dura porque habían muchas peleas en aquella casa.
- Esta persona ayudó en los quehaceres del hogar, ayudó en la cocina, la limpieza y en el cuidado de los niños (de su hermana).
- Esta persona cuidó a su madre cuando estuvo muy anciana, llegaba a cambiar pañales a una persona adulta.
- Esta persona llevó su primaria, secundaria y carrera técnica de forma normal. Llegó a conseguir un empleo, sin embargo no siguió debido a que indicó que eran muy exigentes.
- Esta persona sufrió un deterioro hace 3 años debido a un problema de la presión (por su edad) lo cual le llevó a usar andador y no le permite hablar de forma fluida (voz baja y ronca).

Conclusión Resaltada:

- La esquizofrenia tiene diferentes grados de severidad y tipos, la percepción de que todas las personas tienen problemas para relacionarse con otros o que desarrollan problemas de agresividad o ira es erróneo.
- Una persona con esquizofrenia y de acuerdo a su grado, tratada a temprana edad puede desempeñarse en el trabajo, en tareas del hogar y cuidar niños y personas mayores, no necesita de supervisión ni explicaciones constantes de las tareas que debe hacer.
- Crecer y desarrollarse en un círculo de apoyo familiar y comprensión es fundamental para que esta persona pueda desarrollarse de la mejor manera.
- La persona con discapacidad que siente el apoyo familiar, no percibe la esquizofrenia como un impedimento.

Para revisar el audio de la entrevista:

https://drive.google.com/file/d/1KOu0Gorp7C9UL0AFfPaa5PEhgDafQrV2/view?usp=drive_link

DESCARGA DE ENTREVISTA

ENTREVISTA 10: PROFESORA MEDICINA VETERINARIA UPC

Entrevistadora: Pamela Pacora

Nombre de la entrevistada: Dra. Lia Segami

Fecha y hora: 03 de Octubre de 2023 de 8:00 pm / 9:00 pm

La docente enseña Veterinaria desde el año 2016 en la UCSUR y desde el 2018 en la UPC. Ha tenido estudiantes con distintos tipos de discapacidaddes, prevalentemente discapacidad psicosocial: Depresión.

Puntos destacados de la entrevista:

- La profesora indicó que ha tenido alumnos con discapacidad física (silla de ruedas), discapacidad sensorial (persona sorda), discapacidad psicosocial (depresión con intento de suicidio, TDAH, Bipolaridad, borderline). Comenta que conforme pasan los años tiene mayor cantidad de alumnos con depresión y que estos son los casos que más abundan en la universidad. Los alumnos están diagnosticados en su gran mayoría, y si no lo están se hace un reporte médico para detectar.
- En la universidad donde labora le informaron antes del inicio del curso que las tendrá un alumno con discapacidad física o sensorial, sin embargo en el caso de la depresión no se le informa.
- La profesora recibió una comunicación y curso (autodidáctico) previo al inicio de clases de cómo incluir a sus alumnos en clase y lo que debe hacer para estar incluidos, en el caso de la alumna con discapacidad auditiva y los alumnos con TDAH.
- Consideran que la infraestructura (mobiliario) para las personas con discapacidad física no está preparada para las clases prácticas en ambas universidades.
- En el caso de la UCSUR no hay ningún tipo de capacitaciones y la infraestructura no está preparada en su mayoría para las personas con discapacidad.
- La profesora dice que muchas veces no sabe cómo proceder en darle apoyo a los alumnos con depresión, no sabe si está bien o se aprovechan de la situación. La universidad solo indica que deben reportar al área psicológica, sin embargo no le brindan las herramientas o las pautas específicas al docente para saber cómo actuar en clase (cómo proceder en asistencia, en exámenes).
- Muchos de los casos con depresión surgen durante la carrera, los alumnos no cuentan con un diagnóstico al ingresar.
- La universidad no les avisa de los alumnos con depresión y tampoco los prepara para los retos que esto supone en las clases.
- Dentro de todas las capacitaciones que recibe el docente dentro de la universidad, hay una capacitación de apoyo al estudiante con habilidades especiales o discapacidad (virtual).
- La profesora percibe que los alumnos con depresión y ansiedad se acercan a ella por un tema de empatía. Desde su expertise trata de darles los mejores consejos y define a su criterio cómo llevar las clases y la educación, considerando que la universidad no le da las pautas.
- En el caso de intento de suicidio, la sensación que tiene el profesor es de preocupación, angustia, frustración y miedo de que pueda pasar a mayores.
- Consideran que la interacción de los estudiantes sin discapacidad hacia los estudiantes con discapacidad es muy buena.
- La profesora indica que el peor problema relacionado a la discapacidad es la impotencia (referente a la depresión) porque no puedes acompañarlo en todo el proceso. No tienes la formación psicológica para afrontar estos temas.
- No todos los profesores tienen la empatía o la apertura para tratar estos temas. Se requiere inteligencia emocional y capacitaciones.
- Los profesores deben ser vulnerables para entender los problemas de discapacidad.
- Considera que la universidad no le da las herramientas necesarias para tratar a los alumnos con depresión y problemas de salud mental.

Conclusión Resaltada:
Las universidades brindan capacitaciones a los profesores en los casos que la discapacidad sea física o sensorial. Para lo casos de discapacidad psicosocial no existe una capacitación ni pautas para las clases, solo se derivan al área de atención psicológica de la universidad. La aceptación por parte de los alumnos es buena. Algunos profesores son empáticos y pueden lidiar con estos temas, otros profesores posiblemente no le den importancia debida y aíslan más al alumno. En el caso de la depresión, la frustración viene de ambos casos: por parte de los estudiantes a muchas veces no poder rendir al 100% y por parte del profesor de no poder dar las pautas correctas para desarrollar la educación del alumno.

Para revisar el audio de la entrevista:
https://drive.google.com/file/d/1wOA2BUZ9hAmzYS00LsU1hHl70JuW6eZq/view?usp=drive_link
https://drive.google.com/file/d/1F09cuHO76Urmb8AozIdyPE_vg4P6A7CQ/view?usp=drive_link

DESCARGA DE ENTREVISTA

ENTREVISTA 11: PROFESOR FACULTAD DE ARQUITECTURA URP

Entrevistador: José Saul Zevallos Pickman

Nombre del entrevistado: Profesor Dominino Vilca

Fecha y hora: 06 de Octubre de 2023 de 10:00 am / 12:00 pm

Puntos destacados de la entrevista:

- El profesor indicó que el arte es una buena herramienta de comunicarse y de incluir personas, el arte y las ciencias van de la mano y construyen la educaciòn.
- Las personas se descubren en el arte. Nos descubrimos.
- El arte te genera conducta, paciencia, valor y fuerza de voluntad

Conclusión Resaltada:
En primer lugar, destaca la falta de preparación y comunicación por parte de la universidad en lo que respecta a estudiantes con discapacidad. El profesor Vilca no fue informado previamente sobre la discapacidad de los alumnos, lo que refleja una carencia en la coordinación y el apoyo institucional para la inclusión. A pesar de esta falta de información, el profesor utilizó su experiencia y habilidades para adaptar su enseñanza a las necesidades de los estudiantes con discapacidad, lo que demuestra la importancia de la adaptabilidad y la empatía de los docentes.
La experiencia del profesor Vilca resalta la capacidad del arte como una herramienta poderosa para la inclusión de personas con discapacidad. Los estudiantes sordomudos se destacaron en su taller, y el profesor señala que el arte puede ser una forma efectiva de comunicación y expresión para aquellos que tienen dificultades en la comunicación verbal. Esto subraya la importancia de explorar enfoques creativos y alternativos en la educación inclusiva.

Finalmente, la entrevista revela que la universidad no ofrece capacitación específica para docentes en relación con la enseñanza a estudiantes con discapacidad. Esto sugiere la necesidad de implementar programas de formación y sensibilización para los docentes con el fin de garantizar una educación inclusiva y de calidad en el entorno universitario.

En resumen, esta entrevista enfatiza la importancia de la adaptabilidad, la comunicación efectiva y la exploración de enfoques creativos en la educación inclusiva, así como la necesidad de una mayor preparación institucional y apoyo para los docentes.

Para revisar las preguntas y la entrevista completa ver el siguiente enlace:
https://docs.google.com/document/d/1WCE9hKnGaXivAfiXO_D66fyqNMv09tFcL1MtKt2NiBM/edit?usp=drive_link

DESCARGA DE ENTREVISTA

ENTREVISTA 12: COORDINADORA DEL PROGRAMA DE APOYO A LA INCLUSIÓN DE ESTUDIANTES PUCP

Entrevistadora: Pamela Pacora

Nombre de la entrevistada: Profesora Micaela Plaza (Facultad de Educación)

Fecha y hora: 06 de Octubre de 2023 de 10:00 am / 12:00 pm

Micaela es docente de la Facultad de Educación y a la vez es tutora del Programa de Apoyo a la inclusión a estudiantes de la PUCP. Este programa realiza diversos servicios gratuitos para la inclusión de estudiantes con discapacidad dentro del campus. Este programa trabaja con todas las discapacidades incluyendo discapacidad psicosocial.

- El programa existe desde el 2016, pero agarra fuerza en el 2020, durante la pandemia se realiza de manera virtual. En 2022 crece el equipo a 4 personas.
- El programa es voluntario, el servicio del programa es gratuito. Existen 3 servicios: Servicio de tutoría con corte pedagógico (no psicológico), Ajustes razonables y Servicio de concientización al campus, actividades en los jueves culturales. Los profesores no pueden llevar al alumno a inscribirse en el programa, tampoco puede haber un trato con los padres.
- El alumno debe brindar un carnet de conadis o un diagnóstico que muestre que tenga algún tipo de discapacidad. Se trabaja con todos los tipos de discapacidades.
- El programa no puede compartir cifras exactas, pero se considera que el 7% a 12% de los estudiantes están en el programa. Considerando que existen 24,086 alumnos matriculados es muy poco.
- El mayor tipo de discapacidad que se encuentra en el programa es la discapacidad psicosocial.
- La mayoría de alumnos no sabe que la depresión o la ansiedad es una discapacidad psicosocial. El programa tiene muy claro el concepto de discapacidad y los explica.
- El mayor problema para el programa son los profesores (no todos) que tienen resistencia a entender acerca de la discapacidad. Los profesores jóvenes tienen más apertura. Los casos de discapacidad psicosocial son más difíciles de trabajar en relación a la apertura por parte de los profesores. Algunos alumnos han recibido comentarios negativos por parte de algunos profesores que conocen su discapacidad.
- El programa sugiere a los alumnos que una vez se les apruebe sus ajustes razonables se acerquen al profesor y le comenten. Ven buenos resultados después de esta conversación.
- El programa hace una serie de preguntas (muchas) para realizar los ajustes en clase de una manera razonable y justa para el alumno discapacitado y también para el resto de los alumnos en clase. Los ajustes son diferentes para cada alumno porque cada discapacidad y cada situación de cada alumno es distinta.
- El programa realiza programas de sensibilización los jueves culturales, en todas las ferias. Además realizar capacitaciones a las facultades, delegados, jefes, profesores. 2 veces al año entrevistas dinámicas (realizadas por empresas) solo a los alumnos del programa para que consigan trabajo.
- El proceso dura 10 días hábiles desde que el alumno solicita el ajuste hasta que la facultad emite la resolución, siempre y cuando el alumno cumpla con subir y presentar la documentación necesaria.
- Hay muchos alumnos con discapacidad que al final de su carrera no requieren ajustes porque la idea es empujarlo a que sean totalmente responsables e independientes.
- En el programa hay 2 docentes de la carrera de educación, y 2 psicólogos. La idea es tener las dos partes, acompañamiento emocional y pedagógico.
- La mayoría de alumnos que se tiene en el programa tienen discapacidad psicosocial. Muchas veces una discapacidad diferente genera una discapacidad psicosocial. Sobre todo más post-pandemia. Se aconseja al alumno con discapacidad psicosocial que lleve una terapia por fuera o también se deriva a OBP (Oficina de Bienestar Psicológico). El programa tiene una base de datos de psicólogos a los que el alumno puede contactar.
- Hay alumnos (porcentaje pequeño) que cuentan que en su casa sus papás no quieren que se diagnostiquen o se atiendan con un psicólogo o que se les invalida su discapacidad psicosocial. También hay problemas económicos.

Se aconseja al alumno con discapacidad psicosocial que lleve su tratamiento completo y siempre con acompañamiento psiquiátrico.

Para revisar el audio de la entrevista:
https://drive.google.com/file/d/1tgne4veG5UsxlWq9Uf04ama6oab0txCL/view?usp=drive_link

DESCARGA DE ENTREVISTA

ENTREVISTA 13: PROFESORES ESPECIALISTAS EN DISCAPACIDAD PUCP

Entrevistadora: Pamela Pacora

Nombre de los entrevistados: Renata Bregaglio Lazarte y Renato Constantino Caycho de la Facultad de Derecho PUCP

Fecha y hora: 09 de Octubre de 2023 de 04:30 pm / 05:40 pm

Ambos entrevistados son docentes de la facultad de Derecho de la pontificia Universidad Católica del Perú, la profesora Bregaglio es docente de Facultad desde el 2008 y el profesor Constantino es docente de Facultad desde el 2020.
Cabe resaltar que la profesora Renata Bregaglio es especialista en Derechos humanos y pertenece a la comisión de discapacidad de la PUCP.

Conclusiones de la entrevista:
La profesora Renata indicó que se especializa en derechos humanos, y luego en discapacidad, no por motivación sino por trabajo, le parece interesante porque parece hay mucho trabajo por hacer en el país. Actualmente ven casos concretos dentro del campus para hacer reflexionar a la comunidad universitaria y dentro de su facultad. Inicialmente los alumnos llegaban a ellos por quejas por parte de alumnos con discapacidad, la universidad tenía una necesidad muy grande en diversos aspectos de la inclusión, es así como se realiza la investigación de “HACIA UNA UNIVERSIDAD PARA TODOS: Propuestas para una PUCP inclusiva”. El diagnóstico que se hizo en la universidad sirvió mucho para hacer el problema visible, se instaló una mesa para trabajar temas de discapacidad y luego se llamaron a las diversas unidades para trabajar el problema desde diversos aspectos del campus. La Dirección de Responsabilidad social es quien lidera esta mesa y fue quién impulsó, junto con la Dirección de Asuntos estudiantiles, los protocolos para el Programa de Inclusión a estudiantes.

Desde el 2015 se ha avanzado mucho en los cambios necesarios para la correcta inclusión dentro del campus, sin embargo falta mucho para internalizar las adaptaciones (principal regulación del reglamento). La mayor queja de los estudiantes con discapacidad: los docentes no conocen este reglamento y no saben cómo llevarlo.

La profesora indica que considera que podría haber un rechazo de diversos docentes a aplicar las medidas de los protocolos ya que esto conlleva a un tiempo y costo adicional. Es más fácil atender discapacidades visibles que las discapacidades invisibles. Lo generacional puede tener un efecto diferente en cómo ve el docente la discapacidad, cuando la discapacidad es visible genera lástima, y cuando es invisible genera incredulidad, que no existe o no importa.

Hay una invisibilidad muy grande en relacionar la depresión con discapacidad psicosocial. Hay una cultura muy fuerte que no hay que quejarse, no crear problema. La discapacidad psicosocial es difícil de entender por la sociedad, algunos docentes dudan por la invisibilidad, por la falta de entendimiento de la depresión y las condiciones de los problemas de salud mental. Hay un estigma de peligrosidad hacia discapacidad psicosocial inclusive el reglamento de matrícula artículo 29 indica que un alumno puede ser suspendido por enfermedades mentales. La inclusión del estudiante con discapacidad psicosocial es muy complicada por los estigmas y por sus necesidades invisibles.

La profesora Renata menciona que es importante la identificación y a la vez el respeto a la no identificación, además indica que si un docente tiene alguna sospecha de tener un alumno con esta discapacidad debería existir un protocolo para la correcta identificación pero también respetando la individualidad, que si la persona no se identifica como discapacitada no se le debe presionar. La profesora considera que se deberían tener espacios seguros para las personas con discapacidad para que puedan identificarse sin temor. Así mismo indica que porque una persona identifique su discapacidad no quiere decir que sepa específicamente cuales son los ajustes que debe tener en clase.

Según los profesores se han implementado mejoras para la accesibilidad física de los estudiantes con discapacidad, sin embargo existen todavía muchas medidas en infraestructura que faltan, sobre todo para estudiantes con discapacidad visual y física. Es importante que todos los servicios de la universidad sean accesibles para todos, y que todos ellos se deben interiorizar y dar por hecho.

Para revisar el audio de la entrevista:
https://drive.google.com/file/d/1aKNpirU1JfySIDf0SKLsqI7q79X2VtMc/view?usp=drive_link
https://drive.google.com/file/d/1s5X1ZLfMOgEDBoJsfinm5N7zKjwzLoK6/view?usp=drive_link

DESCARGA DE ENTREVISTA

ENTREVISTA 14: PSICÓLOGO ESPECIALISTA

Entrevistadora: José Saul Zevallos Pickman

Nombre del entrevistado: Mag. Lenin Cárdenas Angulo

Fecha y hora: 10 de Octubre de 2023 de 10:00 am / 11:00 am

Conclusiones de la entrevista:

En esta entrevista, el psicólogo Lenin Cárdenas Angulo aborda varios aspectos relacionados con la depresión como una discapacidad psicosocial y su impacto en la vida diaria, especialmente en jóvenes. A continuación, se presentan algunos puntos clave y conclusiones de la entrevista:

Definición de la depresión: Cárdenas destaca que la depresión no es una enfermedad física, sino mental. Además, resalta la importancia de un diagnóstico adecuado realizado por un profesional de la salud mental, ya sea un psiquiatra o un psicólogo. Esto subraya la diferencia entre la depresión y otras condiciones médicas.

Síndrome de Estrés Post Traumático (TEPT): El entrevistado menciona el contexto peruano, donde el TEPT es un tema relevante debido a experiencias pasadas de terrorismo. También señala que a veces se crea una percepción exagerada de este trastorno para promover la medicación, lo que puede no ser la mejor solución.

Impacto en los Jóvenes: Cárdenas destaca cómo la depresión y otros problemas de salud mental afectan a los jóvenes, especialmente después de la pandemia. Señala que la falta de interacción social, el acceso a drogas y el uso excesivo de tecnología pueden agravar estos problemas, incluso afectando la capacidad de atención.

Conciencia de la depresión: Según el psicólogo, muchos jóvenes no tienen conciencia de la gravedad de la depresión y a menudo se automedican o ignoran sus síntomas. Esto puede llevar a un empeoramiento de la condición y un retroceso en el desarrollo personal.

Desafíos para los Pacientes Jóvenes: Cárdenas menciona la importancia de abordar la depresión de manera holística, incluyendo la nutrición y la psicología nutricional. También resalta que los jóvenes con depresión enfrentan desafíos relacionados con la regulación emocional y el impacto en su calidad de vida.

Recomendaciones Finales: El psicólogo ofrece varias recomendaciones para los jóvenes que enfrentan la depresión, como la participación en grupos de ayuda mutua, el compromiso en actividades recreativas, el enfoque en el arte y el deporte, y la consideración de la salud corporal. También hace hincapié en la importancia de la privacidad y el consentimiento informado en el tratamiento de la salud mental.

Finalmente el Psicólogo Lenin Cárdenas resalta la importancia de abordar la depresión desde una perspectiva integral y brindar apoyo a los jóvenes que enfrentan esta condición. Además, destaca la necesidad de concienciar sobre la depresión y superar el estigma asociado a la salud mental, al tiempo que se respetan los derechos humanos de los pacientes.

Para revisar las preguntas y la entrevista completa ver el siguiente enlace:
https://docs.google.com/document/d/1SQ8Gew8lkIi7FZwtWtBAit4sAMF8N68QhlqwvDJ4j3A/edit?usp=drive_link

DESCARGA DE ENTREVISTA

ENTREVISTA 15: PSICÓLOGO ESPECIALISTA

Entrevistadora: José Saul Zevallos Pickman

Nombre del entrevistado: Mag. Mike Arthur Herrán Sifuentes

Fecha y hora: 10 de Octubre de 2023 de 11:00 am / 12:00 am

Conclusiones de la entrevista:

En la entrevista al psicólogo Mike Herrán, se destacan varias estrategias valiosas para abordar la depresión en el entorno universitario. La utilización de técnicas como el cuadrante emocional y la identificación de estudiantes con base en señales como la falta de participación y la entrega de trabajos, junto con el apoyo y derivación adecuados al área psicológica de la universidad, resaltan la importancia de la detección temprana y el acceso a servicios de salud mental. La promoción de la salud mental y la implementación de protocolos educativos en las universidades son pasos esenciales para abordar el estigma en torno a la salud mental y proporcionar apoyo efectivo a los estudiantes.

Además, la entrevista subraya la necesidad de crear conciencia y promover campañas preventivas para abordar las percepciones negativas sobre la salud mental en el entorno universitario. La importancia de la comunicación efectiva, la promoción del enfoque de la Organización Mundial de la Salud y el refuerzo de las fortalezas individuales son elementos clave para promover un enfoque de psicología positiva en la universidad.
En resumen, la entrevista destaca la importancia de la detección temprana, el apoyo efectivo y la promoción de la salud mental en el entorno universitario, junto con la necesidad de abordar desafíos relacionados con la atención y la inclusión social.

Para revisar las preguntas y la entrevista completa ver el siguiente enlace:
https://docs.google.com/document/d/1asiXs86Y-7OiFxS1WR8fKq9vVLICPRoqzHMf1Oci2SU/edit?usp=drive_link

ORGANIZAR LA INFORMACIÓN

Patrones y similitudes de los datos compilados

DEPRESIÓN COMO DISCAPACIDAD PSICOSOCIAL

- Se han registrado más casos en los últimos años
- Discapacidad que no se percibe como tal
- Discapacidad que crea retrasos en vida estudiantil
- Muchos alumnos son sociables con amistades, pero se sienten solos
- Hay casos de alumnos que han querido suicidarse
- La pandemia ha desencadenado más casos

SOPORTE FAMILIAR

- Se crean especie de tribus entre amigos
- Muchos de los alumnos sin discapacidad se siente abandonados por sus familiares
- Las personas con discapacidad son apoyadas por sus familiares
- No siempre los padres son los primeros familiares en apoyar

CAPACITACIÓN AL DOCENTE

- Hay universidades si manejan protocolos como la UPN
- No todos los profesores tienen inteligencia emocional
- No cuentan con una plataforma de capacitación ni comunicación
- No en todos los casos se les informa con antelación sobre un alumno con discapacidad
- Los docentes no cuentan con protocolos para tratar los casos en el aula

SENSIBILIZACIÓN

- No hay empatía por parte de muchos profesores
- Pérdidas de vidas por la pandemia del Covid
- Falta de información en los tipos de discapacidad
- Se hicieron propuestas aisladas, por un tiempo corto

PROTOCOLOS

- No existen protocolos respecto al día a día en el aula
- El el aspecto administrativo no saben si hay protocolos
- Los profesores no saben como tratar con una persona con discapacidad en una emergencia
- En el tema académico no hay protocolos claros

ADAPTACIÓN

- En algunas universidades no se han realizado cambios
- Hay avances con respecto a 10 años atrás, pero aún es insuficiente
- Se tiene una buena disposición al cambio, pero nadie la realiza de forma sistematizada

COVID-19

- Según estimaciones epidemiológicas en varios lugares del mundo hubo un incremento en trastornos de ansiedad y en trastornos depresivos muy cercanos al 30%.
- Durante el 2019, entre el 60% y 70% de los pacientes que se atienden en los servicios de salud mental del país son menores de 18 años, ello debido a que existen Centro de Salud Mental Comunitarios en todo el país.
- El 23,4% de la población adulta de Lima alguna vez ha deseado morir y un tercio de los adolescentes considera el suicidio como una solución a sus problemas
- Muchas personas perdieron a sus familiares y eso junto otras cosas aumentaron la tasa de depresión

FALTA DE EDUCACIÓN

- Muchas personas con discapacidad no aceptan su condición
- Las personas con discapacidad no tienen su carnet del CONADIS
- Las personas no saben acerca de las discapacidades

INFRAESTRUCTURA

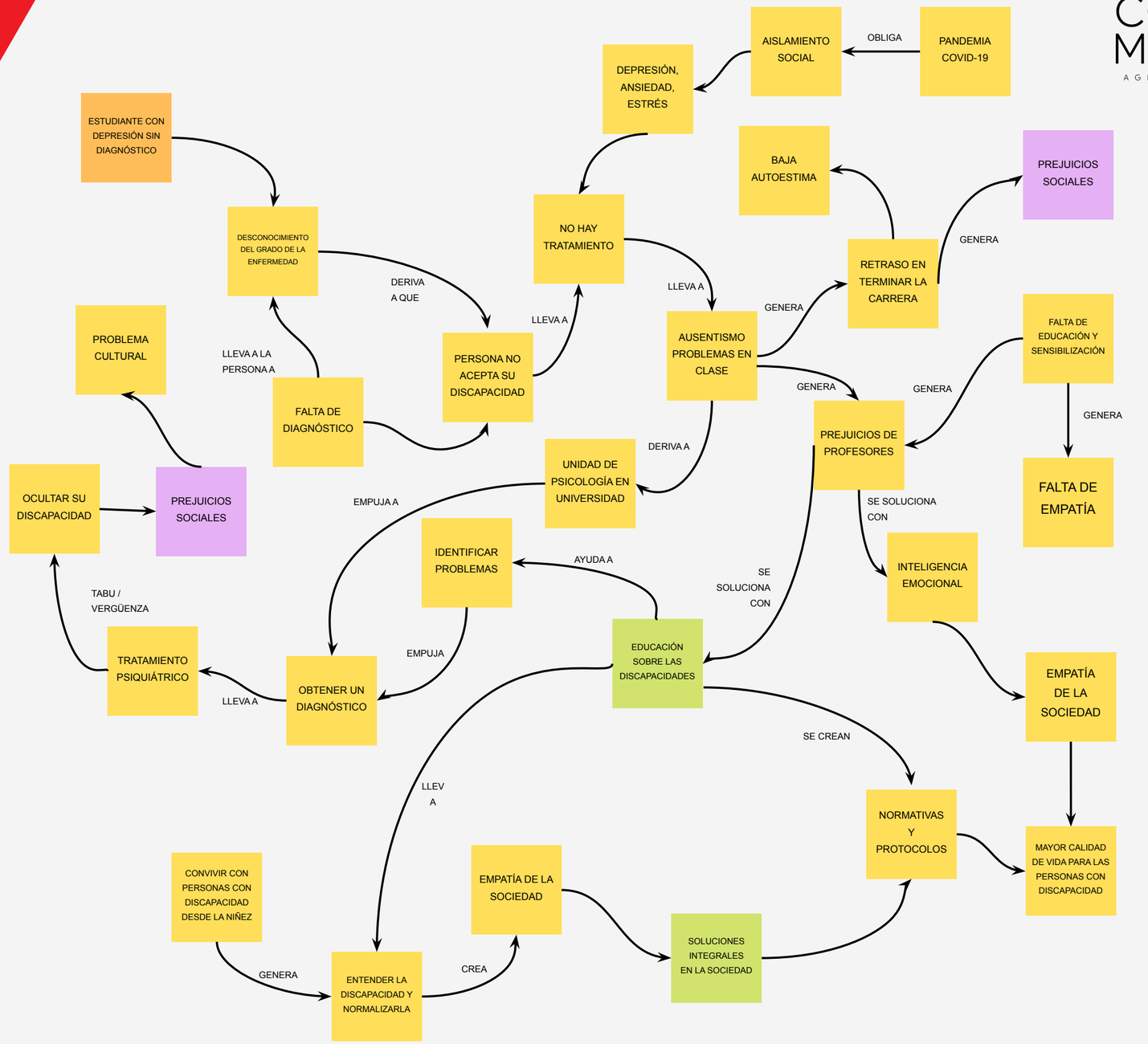
- Solo hay señalización en el estacionamiento
- Mobiliario no inclusivo
- Hay poca señalización
- Falta espacios acondicionados a la recreación
- Los alumnos cambian de carreras por infraestructura poco inclusiva
- No hay acceso a salones

AISLAMIENTO

- Las personas con discapacidad son introvertidos o al menos en su mayoría
- Muchos no aceptan ayuda. Quieren valerse por sí solos.
- Alumnos con discapacidad postulan más a a carrera de veterinaria
- Suelen tener la autoestima baja por su condición

INTERPRETAR

En esta etapa de interpretación creamos un diagrama a partir de la interpretación de la investigación basada en encuestas y entrevistas, lo que implica condensar datos clave en pasos visuales. Primero, identificamos los patrones y las tendencias en las respuestas recopiladas. Luego, organizamos estos hallazgos en etapas lógicas y secuenciales. Definimos oraciones cortas para la representación de acciones, decisiones y procesos, asignando una posición específica a cada elemento. Conectamos estos elementos con flechas para indicar la dirección del flujo de información. Además añadimos detalles relevantes y ajustamos la estructura según la complejidad del proceso. Finalmente, revisamos y validamos el diagrama para asegurar su coherencia y comprensión intuitiva.



INSIGHTS

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

1. Describimos el contexto...	2. Comunicamos el dilema...	3.Identificamos el porqué...	4. Descubrimos la motivación...	5. Estado ideal
1. Un estudiante tiene sentimientos de depresión donde siente tristeza profunda que puede durar mucho tiempo pero al comunicarlo con sus padres porque necesita ayuda profesional, estos solo lo ignoran por los prejuicios que existen. 2. El profesor de universidad se muestra accesible a los alumnos, un estudiante que tiene depresión le cuenta que necesita ayuda porque no puede realizar las actividades regularmente 3. Un estudiante con depresión severa que se encuentra diagnosticado presenta problemas de rendimiento en la universidad. 4. La Docente - Psicóloga (Psicoterapeuta) trabaja en Bienestar del estudiante y a la vez imparte clases en la universidad. Está en contacto constante con estudiantes que presentan problemas de depresión. Se preocupa por los alumnos con discapacidad psicosocial. Observa un aumento de los problemas psicosociales entre los estudiantes después de la pandemia, pero nota que la Universidad no les da la atención necesaria.	1. La pandemia de COVID-19 ha llevado a que la mayoría de estudiantes entraran en cuadros depresivos pero no eran tomados en cuenta por sus padres, esto debido a que ellos pensaban que había otras cosas más importantes a las cuales preocuparse. 2. El profesor tiene disposición de ayudar pero no quiere que el alumno se aproveche de la situación. No sabe qué facilidades dar al alumno. No sabe con qué unidades de la universidad apoyarse. Conoce otros profesores dentro de la universidad que tienen pensamientos anticuados y sabe que tratan mal a los alumnos que tienen depresión y necesitan ayuda. 3. A pesar de haber presentado el diagnóstico a los profesores y a la facultad de su universidad no recibe apoyo ni ajustes en clase, recibe comentarios discriminatorios por parte de algunos profesores. Constantemente debe hacer valer sus derechos, eso le trae discusiones. 4. Ayuda a los estudiantes con discapacidad psicosocial, sin embargo por los protocolos de la psicología tradicional se siente impedida de expresar sus propios sentimientos. Esta frustración le impide conectar con estos estudiantes de una manera auténtica y profunda, lo que hace que sea más difícil para ella ayudarlos.	1. La depresión no era un tema sonado en la época de ellos o se relacionaba con la locura. 2. La universidad no brinda protocolos al profesor para lidiar con esta discapacidad en clase. Los profesores deben actuar bajo su propia experiencia y perspectiva. No todos tienen la suficiente inteligencia emocional para llevar el proceso correcto. 3. La facultad no ve la necesidad de hacer ajustes en clase porque no considera la depresión como discapacidad, los profesores tienen pensamientos anticuados y juzgan su rendimiento y condición. 4. Los alumnos de hoy son más sensibles, pero las metodologías psicológicas utilizadas en los sistemas educativos son tradicionales y anticuadas. No existen protocolos efectivos ni para docentes ni para psicólogos, de cómo abordar las necesidades actuales de los alumnos con depresión.	1. Los estudiantes quieren apoyo de sus seres queridos para poder mejorar y no estar solos. 2. Mejorar la inclusividad en un ambiente educativo en donde el nivel de enseñanza y de profesionalismo es alto, la universidad es el ejemplo de lo que debería ser la sociedad 3. Un estudiante con depresión diagnosticada, teniendo pruebas de ello, debería ser tomado en serio y ser apoyado en las dificultades que presente en clase. 4.. Está motivada por el deseo de ayudar a los estudiantes con discapacidad psicosocial. Ella quiere ofrecer un entorno seguro y de apoyo en el que puedan sentirse comprendidos y aceptados. Ella cree que la comunicación efectiva, los nuevos protocolos y la inclusión son la clave para que los estudiantes superen con éxito la depresión.	1. Encontrar una forma en que los padres dejen los prejuicios sociales y puedan apoyar a sus hijos de la depresión. 2. La universidad brinde educación en inteligencia emocional y protocolos para que los profesores puedan incluir a los alumnos con depresión en sus clases con una comunicación empática. Que esta comunicación sea emitida por una unidad autoridad. 3. El estudiante con depresión debería estudiar en un espacio de cero discriminación y ser aceptado con su diagnostico de depresión, teniendo las herramientas adecuadas para llevar un buen rendimiento académico sin tener que pelear por ello. 4. La docente psicóloga (Psicoterapeuta) se siente feliz y libre expresando sus sentimientos, estos le permiten conectar con los estudiantes de manera auténtica y más profunda, brindándoles el apoyo profesional, emocional y académico que necesitan para superar con éxito la depresión. Además, cuenta con los protocolos y metodologías psicológicas adecuadas para esta nueva generación de jóvenes.

INSIGHTS	
	1. El estudiante con signos de depresión aún no diagnosticado siente que por los prejuicios sociales de su círculo no recibirá ayuda, sin embargo, lo expresa de alguna forma hasta encontrar un alivio. 2. El profesor a pesar de tener la disposición de ser inclusivo no puede ayudar al alumno ya que la universidad no le da las herramientas adecuadas sin embargo impartiendo inteligencia emocional y protocolos se puede mejorar la comunicación y educación en empatía e inclusividad en las aulas de clase. 3. El estudiante con depresión diagnosticada sabe que su discapacidad no es validada por sus profesores ni por su facultad a pesar de tener la prueba suficiente de ello, sin embargo pelea por sus derechos comunicándolo de una forma directa. 4. La Docente - Psicóloga (Psicoterapeuta), se siente petrificada emocionalmente al ver a los estudiantes con depresión luchando por superar sus desafíos y no poder ayudar ni conectar de manera más profunda y efectiva con ellos, sin embargo está convencida que una actualización en la metodología psicológica en la universidad mejoraría la inclusión, comprensión y el apoyo a los estudiantes con depresión.

ETAPA: INVESTIGAR

SEMANA 5



CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

ARQUETIPOS ELEGIDOS

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

ALUMNA CON SÍNTOMAS DE DEPRESIÓN PERO NO ESTÁ DIAGNOSTICADA



Cecilia Morales

Alumna que presentan síntomas de depresión
pero no está diagnosticada

¿Quién es tu arquetipo?
Cecilia es una estudiante universitaria de 20 años que muestra varios síntomas de depresión, aún no tiene un diagnóstico pero ha buscado información para saber qué es lo que puede tener.

Presta atención a su salud física y ha notado que emocionalmente se ha sentido desganada, cuando habló con sus padres le dijeron que solo era una etapa o que había otras cosas en las que pensar.

¿Qué dice o piensa?
Sabe que está mal pero al ser estudiante no cuenta con el dinero para ir a un psicólogo por lo que ha buscado en foros de internet y ayuda gratuita, mas no le ha sido suficiente porque sabe que necesita algo más profundo.

Comportamientos

¿Cómo vive tu arquetipo el problema?
Cecilia vive su problema de depresión como algo serio pero al ser dependiente de sus padres no puede pagar un psicólogo personal. Ha leído diferentes fuentes en internet para ver exactamente que tiene pero los resultados son muy generales.

¿Qué es importante saber sobre sus comportamientos?
Cecilia creció en una familia tradicional y no era muy sociable cuando estuvo en el colegio, eso le chocó al entrar a la universidad y se volvió más introvertida.

¿Cómo tu arquetipo ve el mundo?
Sabe que después de la pandemia la visión de muchas personas de su entorno cambiaron para bien como para mal, en su caso aprecio más la vida y por eso quiere ayuda, quiere vivir sin sentir una terrible tristeza que la atormenta día a día.

Pains y Gains

¿Qué le duele/molesta? (Pains)
Sabe que está mal pero al ser estudiante no cuenta con el dinero para ir a un psicólogo, eso le frustra porque sabe que sus padres son muy ignorantes en el tema de la salud mental.

Cuando cuenta su situación a sus amigos, ellos no saben cómo apoyarla por lo que solo le dicen comentarios que ella siente vacíos.

Le comentó a sus maestros que no se sentía bien y estos la llamaron dramática.

¿Qué quiere o necesita? (Gains)
Cecilia necesita consciencia y aceptación de sus problemas emocionales tanto como de familia y amigos.

Quiere ser feliz y que la depresión no la impidan a tener que hacer sus cosas ya que al vivir desganada o desmotivada solo le trae problemas en sus estudios.

ARQUETIPOS ELEGIDOS

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

ALUMNO CON DIAGNÓSTICO DE DEPRESIÓN SEVERA



Carlos Sanchez

¿Quién es tu arquetipo?

Carlos Sánchez es un estudiante de 21 años que está estudiando arquitectura en la universidad. Tiene una discapacidad psicosocial donde experimenta síntomas de depresión.

¿Cómo se ve?

Carlos es un joven sociable que se ve feliz y amigable en la superficie, pero experimenta muchos momentos de tristeza que lo desganan y lo llevan a retrasarse en clases.

¿Qué hace?

Hace todo lo posible para que su depresión no interfiera en sus estudios.

¿Qué dice o piensa?

Carlos no es una persona que hable de su depresión más que circulo cercano y docentes ya que está diagnosticado, se dice a sí mismo que todo mejorará en su tiempo.

Comportamientos

¿Cómo vive tu arquetipo el problema?

Carlos vive el problema de su depresión severa con responsabilidad, sin embargo, cuando se acercan las fechas importantes de entrega de su universidad deja de lado su tratamiento porque sabe que sus profesores no le tendrán consideraciones.

¿Qué es importante saber sobre sus comportamientos?

Aunque Carlos es sociable y aparenta felicidad en público pero en privado comparte esos sentimientos negativos que tiene con sus amigos más cercanos o padres.

¿Cómo tu arquetipo ve el mundo?

Carlos ve el mundo como un lugar desafiante para las personas que luchan contra la depresión ya que, aunque hayan algunos lugares que los toman en cuenta, sigue existiendo desconocimiento de la importancia de cómo tratar a una persona con discapacidad psicosocial.

Pains y Gains

¿Qué le duele/molesta? (Pains)

Carlos le molesta el poco tacto que tienen sus maestros respecto a su depresión ya que según ellos es una excusa para no ser responsable.

Le duele tener que discutir con los docentes porque eso lo altera y puede terminar teniendo una crisis.

Le molesta que la facultad tampoco lo apoye a pesar que presentó su diagnóstico como prueba de su depresión.

¿Qué quiere o necesita? (Gains)

Carlos necesita que se le tome en serio su diagnóstico y que no se le discrimine por su depresión. Que los docentes le brinden ajustes razonables en clase para que la depresión no sea un impedimento para su rendimiento académico.

ARQUETIPOS ELEGIDOS

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

DOCENTE EMPÁTICA



Luisa Ramirez

¿Quién es tu arquetipo?

Luisa Ramírez es un docente de 37 años que enseña Veterinaria en la universidad. Tiene 7 años de experiencia como docente universitario.

¿Cómo se ve?

Luisa es una profesora apasionada por su materia y dedicada a su trabajo.

¿Qué hace?

Imparte clases, realiza investigaciones y participa en actividades académicas. Por su cuenta se capacita en diferentes aspectos para mejorar su docencia.

¿Qué dice o piensa?

Luisa es consciente de las barreras que pueden enfrentar los estudiantes con discapacidad psicosocial en sus clases. Hace lo posible. Cree que es importante educarse más sobre este tema. Pero la Universidad no le brinda protocolos e información sobre el manejo de estos estudiantes. Por su experiencia enseñando y su empatía aprendió a manejar estas situaciones.

Comportamientos

¿¿Cómo vive tu arquetipo el problema?

Luisa vive el problema desde la perspectiva académica, brindando apoyo a sus alumnos con discapacidad psicosocial.

¿Qué es importante saber sobre sus comportamientos?

Luisa está dispuesta a aprender sobre la inclusión y a adaptar su enfoque de enseñanza para acomodar a estudiantes con discapacidad psicosocial. Está abierto a la sensibilización y la formación. Los estudiantes sienten confianza y se acercan a Luisa porque muestra vulnerabilidad.

¿Cómo tu arquetipo ve el mundo?

Luisa ve el mundo desde una perspectiva más empática y comprensiva, se educa sobre las necesidades de sus estudiantes con discapacidad y se convierte en un promotor de la igualdad de oportunidades académicas.

Pains y Gains

¿Qué le duele/molesta? (Pains)

Luisa siente frustración y preocupación por los estudiantes que tienen discapacidad psicosocial porque no se siente segura si los está guiando de la manera adecuada. Esto podría hacer que algunos estudiantes se sientan excluidos o limitados en su aprendizaje.

No le han explicado ningún tipo de protocolo.

Considera que otros profesores no tienen la empatía para educar a estudiantes con discapacidad psicosocial.

¿Qué quiere o necesita? (Gains)

Luisa quiere que la universidad le brinde protocolos para llevar correctamente la educación de sus alumnos con depresión y discapacidad psicosocial.

A pesar que Luisa tiene muy buena disposición necesita aprender sobre más sobre la inclusión y adaptar sus métodos de enseñanza para hacer que sus clases sean más accesibles. Quiere ser un profesor que se comunique más efectivamente dándoles oportunidades de aprendizaje por igual a todos sus estudiantes.

ARQUETIPOS ELEGIDOS

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

LA DOCENTE - PSICÓLOGA (PSICOTERAPEUTA)



María Lopez

María Lopez es una psicóloga especializada en psicoterapia y además docente de la universidad. Es una mujer de 47 años que trabaja como docente en la Facultad de Medicina y también como psicóloga en el área de bienestar estudiantil de la Universidad. Tiene 20 años de experiencia trabajando en la universidad.

¿Cómo se ve?

María se ve como figura materna, una persona cálida, compasiva y comprensiva. Es una mujer de complexión delgada, de cabello castaño y ojos marrones.

Siempre tiene una sonrisa en el rostro y una actitud amable.

Se ve como una mujer comprometida con su profesión siempre dispuesta a mejorar.

¿Qué hace?

María es una excelente terapeuta, es paciente y comprensiva, y además siempre está dispuesta a ayudar a sus pacientes. Además es una excelente docente, es apasionada por su trabajo

¿Qué dice o piensa?

Se da cuenta que esta discapacidad está aumentando y menciona a sus colegas docentes este problema desde su perspectiva como Psicóloga (psicoterapeuta). María siente que la Universidad no hace lo suficiente para ayudar a los alumnos con depresión. Dice: "Se que puedo hacer una diferencia en la vida de estos estudiantes, pero necesito apoyo. Estoy decidida a cambiar esta situación, aunque sea por un pequeño grupo de estudiantes". A María, por su profesión, le cuesta expresar sus propios sentimientos.

Piensa que el uso de otro de la psicoterapia resolvería varios problemas la forma de abordar la depresión. Cree que esta generación necesita más atención y ayuda emocional, pero siente que ella los excluye emocionalmente por los mismos protocolos de su profesión.

Comportamientos

¿Cómo vive tu arquetipo el problema?

Se siente atrapada entre su deseo de ayudar a los alumnos y los límites éticos de su profesión que le impide acercarse más. Se pone en riesgo tanto su propia objetividad y emocionalidad como la del alumno.

¿Qué es importante saber sobre sus comportamientos?

Es una persona muy empática. Es capaz de ponerse en el lugar de los demás y comprender sus sentimientos.

Está dispuesta a ir más allá para ayudar a los estudiantes.

Es una persona muy comprometida con su trabajo. Está dispuesta a hacer todo lo posible para ayudar a sus alumnos y pacientes.

¿Cómo tu arquetipo ve el mundo?

María es capaz de ver el mundo desde la perspectiva de los demás. Es una persona que es capaz de entender las experiencias, es empática. Se educa sobre las necesidades de los estudiantes con discapacidad Psicosocial desde la psicoterapia.

Cree que todos los seres humanos merecen ser tratados con respeto y dignidad teniendo las mismas oportunidades.

Pains y Gains

¿Qué le duele/molesta? (Pains)

María siente frustración y preocupación por los estudiantes que tienen algún tipo de discapacidad psicosocial en especial los que presentan el cuadro de depresión.

Le duele no poder hacer más por los alumnos, se da cuenta que su ayuda profesional es muy superficial y no genera una mejora sustancial.

Le molesta que la universidad no cambie y no se adapte a las nuevas metodologías de psicoterapia, guías y protocolos para abordar a los alumnos con depresión y problemas psicosociales.

Le duele la falta de sentir verdadero por el otro.

Le preocupa el futuro de los estudiantes con discapacidad psicosocial.

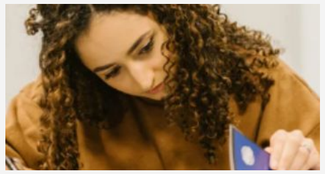
¿Qué quiere o necesita? (Gains)

Quiere sentirse más libre, ser vulnerable.

Quiere encontrar un equilibrio entre su deseo de ayudar a los demás y expresar sus emociones sin perder su objetividad profesional. Está consciente que esta nueva generación de alumnos son más sensibles y vienen de una pandemia que los afectó de forma negativa.

María necesita sacar esa calidez y amor que tiene, y sabe que actualizando las guías y protocolos para los docentes y alumnos puede producir un cambio positivo en la universidad.

RETO DE DISEÑO



ALUMNA CON SÍNTOMAS DE DEPRESIÓN pero no está diagnosticada

ARQUETIPO

Alumna que presentan síntomas de depresión pero no está diagnosticada

le duele/necesita

DOLOR/NECESIDAD

Le duele que su entorno sea ignorante en el tema de depresión y no le brinde recursos económicos para su tratamiento

por que

INSIGHT

El estudiante con signos de depresión aún no diagnosticado siente que por los prejuicios sociales de su círculo no recibirá ayuda, sin embargo, lo expresa de alguna forma hasta encontrar un alivio.

¿Cómo podríamos educar a la comunidad universitaria y brindar recursos a los estudiantes no diagnosticados para que sean escuchados y tratados?

acción o intención

Alumna que presenta síntomas de depresión pero no está diagnosticada

arquetipo

Eliminar prejuicios sociales, sentir seguridad y mejorar el entendimiento del entorno

efecto deseado

RETO DE DISEÑO



ALUMNO CON DIAGNÓSTICO DE DEPRESIÓN SEVERA

ARQUETIPO

Alumno con discapacidad psicosocial debido a su depresión

le duele/necesita

DOLOR/NECESIDAD

Le molesta el poco tacto que tienen sus maestros respecto a su depresión ya que según ellos es una excusa para no ser responsable por eso necesita que los maestros estén informados de cómo tratar a un estudiante con depresión

por que

INSIGHT

El estudiante con depresión diagnosticada sabe que su discapacidad no es validada por sus profesores ni por su facultad a pesar de tener la prueba suficiente de ello, sin embargo pelea por sus derechos comunicándolo de una forma directa.

¿Cómo podríamos crear consciencia y mejorar el tacto en los maestros para que se les valide la discapacidad a los estudiantes con depresión diagnosticada?

acción o intención

Alumno con discapacidad psicosocial debido a su depresión

arquetipo

eliminar la ignorancia de los maestros sobre la depresión y reconocer los derechos de los estudiantes con esta discapacidad.

efecto deseado

RETO DE DISEÑO



DOCENTE EMPÁTICA

ARQUETIPO		DOLOR/NECESIDAD		INSIGHT
Docente empática	**le duele/necesita**	Frustración y falta de herramientas para guiar adecuadamente a los estudiantes en clase	**por que**	Tengo buena disposición pero no puedo ayudar, falta buena comunicación, protocolos e inteligencia emocional

---

¿Cómo podríamos crear herramientas para guiar a los estudiantes con depresión en clase basada en inteligencia emocional?

acción o intención

Docente empática

arquetipo

que permita mejorar la comunicación y la educación en empatía e inclusividad en clase.

efecto deseado

RETO DE DISEÑO



LA DOCENTE - PSICÓLOGA (PSICOTERAPEUTA)

ARQUETIPO		DOLOR/NECESIDAD		INSIGHT
Psicóloga (Psicoterapeuta) de la Universidad	**le duele/necesita**	Le duele no poder hacer más por los alumnos, se da cuenta que su ayuda profesional es muy superficial y no genera una mejora sustancial.	**por que**	se siente petrificada emocionalmente al ver a los estudiantes con depresión luchando por superar sus desafíos y no poder ayudar ni conectar de manera más profunda y efectiva con ellos, sin embargo está convencida que una actualización en la metodología psicológica en la universidad mejoraría la inclusión, comprensión y el apoyo a los estudiantes con depresión.

¿Cómo podríamos mejorar el servicio al estudiante con depresión mediante la implementación de una metodología psicológica actualizada que promueva la articulación y comunicación entre psicólogos, docentes y usuarios?

acción o intención

Psicóloga (Psicoterapeuta) de la Universidad

arquetipo

Crear un entorno universitario más inclusivo para los estudiantes, con una adecuada calidad en la atención.

efecto deseado

ETAPA: INVESTIGAR

SEMANA 6

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

LIENZO, TEMA, PROBLEMA, RETO

ODS



META ESPECÍFICA DE LA ODS

10.2 De aquí a 2030, potenciar y promover la inclusión social, económica y política de todas las personas, independientemente de su edad, sexo, discapacidad, raza, etnia, origen, religión o situación económica u otra condición

CONTEXTO

De acuerdo a nuestra legislación, la persona con discapacidad es aquella que tiene una o más deficiencias físicas, sensoriales, mentales o intelectuales, de carácter permanente que, al interactuar con diversas barreras actitudinales y del entorno no ejerza o pueda verse impedida en el ejercicio de sus derechos y su inclusión plena y efectiva en la sociedad en igualdad de condiciones que los demás. En Perú, se estima que el 12,8% de la población de entre 16 y 26 años tiene síntomas depresivos moderados a severos La depresión es una discapacidad psicosocial ya que limita el desarrollo de actividades cotidianas. La prevalencia de síntomas de depresión en estudiantes universitarios aumentó del 20,4% en 2019 al 32,4% en 2022

EL TEMA

La Depresión como parte de la discapacidad psicosocial
y la falta de una adecuada inclusión de los estudiantes con esta discapacidad dentro de las universidades en Lima Metropolitana.

DATOS RELEVANTES DEL PROBLEMA

Falta de educación y aceptación respecto a la depresión como discapacidad psicosocial, lo que conlleva a la falta de una coordinación efectiva en las instituciones educativas universitarias.
La falta de educación además resulta en la insuficiente sensibilización y comunicación que dificulta la inclusión de los estudiantes universitarios en diversos ámbitos educativos.
Persisten desafíos en la colaboración en la comunidad universitaria, lo que hace que perpetúe el estigma en torno a la depresión. Existan aún prejuicios en torno a la discapacidad psicosocial por parte de algunos docentes.
La invisibilidad de la depresión hace que la sociedad la acepte como discapacidad y no se tome en consideración al momento de crear ajustes razonables para las personas con este trastorno.

DESARROLLO DEL PROBLEMA

PROBLEMA

La falta de una adecuada inclusión de los estudiantes universitarios con depresión en rango de edad de 19 a 26 años dentro de las universidades en Lima Metropolitana.

DATOS RELEVANTES DE LAS PERSONAS, ASOCIADO AL PROBLEMA

Los alumnos universitarios saben de la definición de la depresión como discapacidad psicosocial pero no son conscientes que es una discapacidad.
Los alumnos universitarios sienten que la universidad no informa sobre cómo identificar y afrontar la depresión y no buscan apoyo dentro dentro de la institución.
La falta de protocolos en el aula crea frustración en el docente o exclusión del alumno en momentos de crisis.
La falta de una comunicación efectiva de la discapacidad psicosocial conlleva a que psicólogos y facultades / profesores trabajen independientemente y desarticulada.

LIENZO, TEMA, PROBLEMA, RETO: ENTENDIENDO A LAS PERSONAS

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

ARQUETIPO



Cecilia Morales es una estudiante universitaria de 20 años que muestra varios síntomas de depresión, aún no tiene un diagnóstico. Presta atención a su salud física y ha notado que emocionalmente se ha sentido mal.

DOLORES PRINCIPALES

Se siente sola y frustrada, no tiene dinero ni los recursos para ir a un psicólogo. Sus padres no entienden la importancia de la salud mental.
Sus maestros no le creen y sus amigos no saben cómo apoyarla.

BENEFICIOS ESPERADOS

Hay una mejor compresión de la depresión en el campus. Quiere ser feliz y que la depresión no la impidan a tener que hacer sus cosas ya que al vivir desganada o desmotivada solo le trae problemas en sus estudios.

ARQUETIPO



Carlos Sánchez es un estudiante de 21 años. Tiene una discapacidad psicosocial diagnosticada. Es sociable en la superficie, pero experimenta tristeza. Hace todo lo posible para que su depresión no interfiera en sus estudios. No habla de su depresión.

DOLORES PRINCIPALES

Le duele tener que discutir con los docentes porque eso lo altera y puede terminar teniendo una crisis. Le molesta el poco tacto que tienen sus maestros respecto a su depresión ya que según ellos es una excusa para no ser responsable. Le molesta que la facultad tampoco lo apoye a pesar que presentó su diagnóstico como prueba de su depresión.

BENEFICIOS ESPERADOS

Necesita que se le tome en serio su diagnóstico y que no se le discrimine por su depresión. Que los docentes le brinden ajustes razonables en clase para que la depresión no sea un impedimento para su rendimiento académico.

ARQUETIPO



Luisa Ramírez Docente empático es un docente de 37 años. Tiene 7 años de experiencia como docente .Es una profesora apasionada por su materia y dedicada a su trabajo y alumnos. Se capacita consecuencia. Es empática.

DOLORES PRINCIPALES

Siente frustración y preocupación por los estudiantes que tienen discapacidad psicosocial porque no se siente segura si los está guiando de la manera adecuada. Esto podría hacer que algunos estudiantes se sientan excluidos o limitados en su aprendizaje.
No le han explicado ningún tipo de protocolo.
Considera que otros profesores no tienen la empatía para educar a estudiantes con discapacidad psicosocial.

BENEFICIOS ESPERADOS

Que la universidad le brinde protocolos para llevar correctamente la educación. Tener las herramientas sobre cómo adaptar sus métodos de enseñanza para hacer que sus clases sean más accesibles e inclusivas. Quiere ser un profesor que se comunique más efectivamente dándoles oportunidades de aprendizaje por igual a todos sus estudiantes.

ARQUETIPO



María López es una psicóloga especializada en psicoterapia y además docente de la universidad. Tiene 20 años de experiencia trabajando directamente con alumnos en la universidad.

DOLORES PRINCIPALES

Siente frustración y preocupación por los estudiantes que tienen algún tipo de discapacidad psicosocial en especial los que presentan el cuadro de depresión.
Le duele no poder hacer más por los alumnos, se da cuenta que su ayuda profesional es muy superficial y no genera una mejora sustancial.
Le molesta que la universidad no cambie y no se adapte a las nuevas metodologías de psicoterapia.

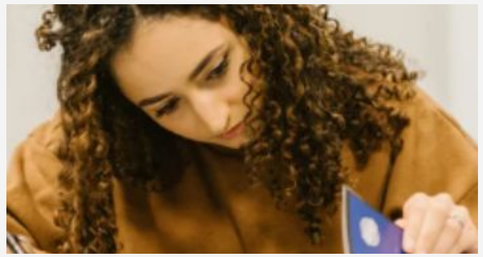
BENEFICIOS ESPERADOS

Cuenta con los protocolos y metodologías psicológicas adecuadas para esta nueva generación de jóvenes en la universidad. Los docentes y psicólogos se conectan con los estudiantes de manera auténtica y más profunda, brindándoles el apoyo profesional, emocional y académico. Hay una mejor compresión de la depresión en el campus.

LIENZO, TEMA, PROBLEMA, RETO: ENTENDIENDO A LAS PERSONAS

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

ARQUETIPO



INSIGHT

El estudiante con signos de depresión aún no diagnosticado siente que por los prejuicios sociales de su entorno no recibirá ayuda, sin embargo, lo expresa de alguna forma hasta encontrar un alivio.

RETO DE DISEÑO

¿Cómo podríamos educar al entorno y brindar recursos a los estudiantes no diagnosticados para que sean escuchados y tratados?

ARQUETIPO



INSIGHT

El estudiante con depresión diagnosticada sabe que su discapacidad no es validada por sus profesores ni por su facultad a pesar de tener la prueba suficiente de ello, sin embargo pelea por sus derechos comunicándolo de una forma directa.

RETO DE DISEÑO

¿Cómo podríamos crear herramientas para guiar a los estudiantes con depresión en clase basada en inteligencia emocional?

ARQUETIPO



INSIGHT

El profesor a pesar de tener la disposición de ser inclusivo no puede ayudar al alumno ya que la universidad no le da las herramientas adecuadas sin embargo impartiendo inteligencia emocional y protocolos se puede mejorar la comunicación y educación en empatía e inclusividad en las aulas de clase.

RETO DE DISEÑO

¿Cómo podríamos crear consciencia y mejorar el tacto en los maestros para que se les valide la discapacidad a los estudiantes con depresión diagnosticada?

ARQUETIPO



INSIGHT

La Docente - Psicóloga (Psicoterapeuta), se siente petrificada emocionalmente al ver a los estudiantes con depresión luchando por superar sus desafíos y no poder ayudar ni conectar de manera más profunda y efectiva con ellos, sin embargo está convencida que una actualización en la metodología psicológica en la universidad mejoraría la inclusión, comprensión y el apoyo a los estudiantes con depresión.

RETO DE DISEÑO

¿Cómo podríamos mejorar el servicio al estudiante con depresión mediante la implementación de una metodología psicológica actualizada que promueva la articulación y comunicación entre psicólogos, docentes y usuarios?

ETAPA: IDEAR

SEMANA 7

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

ARQUETIPO ELEGIDO: ALUMNA CON SÍNTOMAS DE DEPRESIÓN PERO NO ESTÁ DIAGNOSTICADA

A base de este arquetipo se realizaron 4 tipos de alumnos asociados en el lienzo de propuesta de valor



CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

LIENZO DE PROPUESTA DE VALOR

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

ALUMNO CON DEPRESIÓN DIAGNOSTICADA (EN TRATAMIENTO)



Propuesta de Valor

Brindar al cliente la herramienta para enfrentarse al entorno, entendiendo de forma simple su discapacidad y poderla explicar al resto con datos concretos y adecuados. Da ejemplos claros de cómo se manejan estas situaciones en otras universidades del mundo.

Gain Creators
(Creadores de Beneficios)

Características del servicio
Brindar información de la discapacidad indicando
Brindar herramientas al alumno para enfrentar las discusiones día a día, Contiene información fidedigna y es de rápida visualización.
Contiene lenguaje simple para facilitar entendimiento y a la vez complejo para ser usado hacia las autoridades de la universidad.
El producto es de bajo costo o nulo.

Pain Relievers
(Alivios para dolores)

La solución ayudaría a reducir el tiempo y esfuerzo que invierte en explicar su discapacidad a los docentes, teniendo información fidedigna a la mano, sin tener que buscarla de varias fuentes por su cuenta.
Al reducir el esfuerzo se reduce la carga emocional que requiere para hacer valer sus derechos como estudiante con discapacidad.

¿Cómo podríamos educar a la comunidad universitaria y brindar recursos a los estudiantes con depresión para que sean escuchados y tratados dentro del campus?

Gain
(Beneficios)

Beneficio esperado: Los profesores comprendan las limitaciones que le da su discapacidad en torno a las actividades en clases.
Requisito mínimo: Aceptación de su depresión como discapacidad por parte de su entorno.
Beneficio deseados: Que las autoridades brinden ajustes razonables con una prueba de su depresión (diagnostico).
Beneficio no deseado: No incurrir en costos para hacer valer sus derechos como estudiante con discapacidad.

Jobs to be done
(Trabajos por hacer)

- Funcional: Presentar diagnóstico para generar credibilidad, presentar pruebas.
- Social: Discusiones con docentes para hacer valer sus derechos.
- Emocionales: Aparentar felicidad con personas del entorno.

Pains
(Dolores)

- Poco tacto de los profesores respecto a su depresión.
- Discusiones constantes con docentes para hacer valer su discapacidad
- Falta de apoyo por parte de las autoridades a pesar de tener pruebas de su discapacidad.

LIENZO DE PROPUESTA DE VALOR

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

ALUMNA CON DEPRESIÓN NO DIAGNOSTICADA (NO TRATAMIENTO)



Propuesta de Valor

PsicoCampus Virtual
(MenteUniversitaria AI)
A través de nuestro sistema de autodiagnóstico interactivo, te guiamos en un viaje que comienza con un cuestionario reflexivo. Nuestra inteligencia artificial procesa tus respuestas y, después de una conversación con un amigable psicólogo virtual, recibirás recomendaciones y acceso a recursos para cuidar tu bienestar. ¿Necesitas apoyo personalizado? ¡También puedes programar una cita con nuestro psicólogo del campus!
En PsicoCampus Virtual, estamos aquí para ti en cada paso de tu camino hacia la salud mental, la felicidad y el éxito profesional

Gain Creators
(Creadores de Beneficios)

- A través de una terapia y tutoría psicológica integrada con un enfoque positivo, esta buscará el bienestar de vivir una vida más plena y feliz logrando un equilibrio entre su vida y el progreso académico.
- Al través de la difusión de este servicio de terapia, contribuimos a la inclusión, sensibilización y la concienciación en la comunidad universitaria.

Pain Relievers
(Alivios para dolores)

- Reducción del abandono y deserción de estudiantes
- Ayudarìa a los estudiantes con depresión a completar sus carreras de manera más eficiente, lo que ahorra tiempo y dinero aliviando la carga financiera a los padres.
- Mejora el éxito académico de los alumnos formando profesionales competentes
- Contribuyendo a la sensibilización y concienciación de la comunidad universitaria

¿Cómo podríamos educar a la comunidad universitaria y brindar recursos a los estudiantes con depresión para que sean escuchados y tratados dentro del campus?

Gain
(Beneficios)
Requisitos Mínimos: Adquirir habilidades de comunicación para expresar sus sentimientos accediendo a un tratamiento especializado asequible para abordar su depresión en el campus.
Beneficios Esperados: Alcanzar una vida más plena y feliz, experimentando aceptación y comprensión.
Beneficios Deseados: Obtener una mayor estabilidad emocional y bienestar psicológico y así progresar académicamente y alcanzar el éxito.
Beneficios No Esperados: Contribuir a la concienciación y al apoyo a otros en situaciones similares, lo que podría llevar a un crecimiento personal, emocional, mayor autoaceptación y autoestima.

Jobs to be done
(Trabajos por hacer)

- Proporcionar recursos y apoyo a estudiantes no diagnosticados con depresión.
- Obtener un diagnóstico de depresión.
- Recibir tratamiento psicológico adecuado en el campus.
- Sociales:
- Educar y sensibilizar al entorno (familiares, amigos y maestros) para comprender y aceptar mejor los síntomas de la depresión.
- Emocionales
- Reducir el sufrimiento emocional de los estudiantes.
- Ayudar a los estudiantes a recuperar la autoestima y la confianza en sí mismos.

Pains
(Dolores)
-La carencia de apoyo de quienes la rodean agrava su sensación de aislamiento, llevándola a cargar sola una pesada carga emocional.
La incapacidad para expresar sus sentimientos la aísla aún más, impidiéndole buscar apoyo de amigos, profesores y la universidad.
La incapacidad de costear el tratamiento especializado aumenta su sufrimiento y profundiza su depresión.

LIENZO DE PROPUESTA DE VALOR

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

ALUMNO CON DEPRESIÓN DIAGNOSTICADA QUE OCULTA SU DISCAPACIDAD (CON TRATAMIENTO)



Propuesta de Valor

Es una plataforma o canal utilizando microlearning (Tik Tok) que ofrece videos cortos de microaprendizaje que toca temas de relevancia en la comunidad universitaria como: la salud mental, depresión, escuela para padres, temas de género, etc.
Se creará una comunidad

Descubre el bienestar a través de microaprendizaje y forma parte de una comunidad que se preocupa por ti.

Gain Creators
(Creadores de Beneficios)

- A través de la plataforma al estilo de TikTok los estudiantes pueden acceder a recursos valiosos de microaprendizaje, fortalecer su autoaceptación y confianza, y conectarse con una comunidad de apoyo que comparte sus experiencias.

- A través de una comunidad los alumnos y docentes podrán conectarse con la intención de fortalecer la comunicación, resiliencia emocional y la autoestima. Se construirá un entorno más inclusivo.

Pain Relievers
(Alivios para dolores)

- Los vídeos de microaprendizaje motivan a los estudiantes a comprometerse activamente con su bienestar emocional.
- Las video sesiones fomentan una comunicación más abierta y efectiva entre las comunidad universitaria, los servicios y la familia.

¿Cómo podríamos educar a la comunidad universitaria y brindar recursos a los estudiantes con depresión para que sean escuchados y tratados dentro del campus?

Gain
(Beneficios)

- Requisitos Mínimos: Aceptación de su orientación sexual, apoyo emocional, mejora en el rendimiento académico y bienestar físico.
- Beneficios Esperados: Bienestar emocional, éxito académico, salud y bienestar físico.
- Beneficios Deseados: Felicidad personal y aceptación familiar.
- Beneficios No Esperados: Empoderamiento y contribución al apoyo de otros en situaciones similares.

Jobs to be done
(Trabajos por hacer)

Funcionales:

- Encontrar apoyo emocional para superar la depresión.
- Recuperar el rendimiento académico y avanzar en su carrera universitaria.
- Lograr una mejor salud y bienestar físico, incluyendo la pérdida de peso.

Sociales:

- Obtener la aceptación de su familia y vivir de manera auténtica.
- Conectar con un círculo social que lo respalde y lo haga sentir incluido.

Emocionales

- Superar la lucha interna de ocultar su orientación sexual y la depresión.
- Experimentar una vida más plena y feliz.

Pains
(Dolores)

La falta de aceptación familiar debido a su orientación sexual y su depresión.
Los desafíos académicos y la presión de sus padres.
La depresión, que lo lleva al aislamiento y afecta su vida social y emocional.
La dificultad para perder peso y alcanzar sus objetivos de salud.
La brecha entre sus deseos de un estilo de vida lujoso y su situación económica limitada.

LIENZO DE PROPUESTA DE VALOR

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

ALUMNO SIN DEPRESIÓN CON AMIGO CERCANO / NOVIO CON DEPRESIÓN DIAGNOSTICADA



Propuesta de Valor

Un espacio de comunicación especial para aquellos que cuidan a una persona con depresión.
Ofrecer información y recursos que los ayude a comprender la depresión, sus causas y cómo pueden desempeñar un papel de apoyo en la recuperación de su pareja.
También, enseñar a los jóvenes estrategias y habilidades de afrontamiento para lidiar con el estrés y las emociones que surgen de vivir con una pareja con depresión.

Gain Creators
(Creadores de Beneficios)

- Un lugar donde se sentirán comprendidos ya que tratar con una persona con depresión los puede llegar a cansar mentalmente.
- Un grupo de expertos que los ayude a comprender todo lo que tiene que ver la depresión y la discapacidad psicosocial en general.
- Sentirse más aliviados consigo mismos .

Pain Relievers
(Alivios para dolores)

- Eliminará la falta de compresión al tratar a una persona con depresión.
- Experimentar menos estrés, preocupación y ansiedad relacionados con la depresión de su ser querido.
- Amigos y familiares cercanos muestren más comprensión y apoyo al tener ya los conocimientos, esto puede crear un entorno que facilite la recuperación de esa persona.

¿Cómo podríamos educar a la comunidad universitaria y brindar recursos a los estudiantes con depresión para que sean escuchados y tratados dentro del campus?

Gain
(Beneficios)

- Requisitos mínimos: guía de apoyo para saber cómo apoyar a personas con depresión.
- Beneficios esperados: Eliminar las burlas de profesores y alumnos respecto a la depresión
- Beneficios deseados: Educación sobre la depresión a ella y su entorno.
- Beneficios no esperados: Reducir los niveles de angustia y estrés al manejar situaciones con la personas con depresión.

Jobs to be done
(Trabajos por hacer)

Funcionales: Animar a los seres cercanos tristes.

- Social: Busca la empatía para trabajar la depresión de otros.
- Emocionales: Reciprocidad, él me ayudó entonces yo lo ayudo a él.

Pains
(Dolores)

- No existe una guía para saber si lo que hace es correcto.
- Impotencia ante comentarios negativos de personas que no están educadas al respecto.
- No lograr comprender la información que aparece en otras fuentes.

ETAPA: IDEAR

SEMANA 8



CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

LIENZO DE PROPUESTA DE VALOR

Después de la realización de las 4 propuestas de valor se decidió unirlas y definir todo en uno solo



CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

LIENZO DE PROPUESTA DE VALOR

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

¿CÓMO PODRÍAMOS EDUCAR AL ENTORNO Y BRINDAR RECURSOS A LOS ESTUDIANTES NO DIAGNOSTICADOS PARA QUE SEAN ESCUCHADOS Y TRATADOS?



Propuesta de Valor

- Autodiagnóstico interactivo y guía de recursos
- Herramienta para enfrentarse al entorno
- Videos de micro aprendizaje temas de relevancia salud mental
- Herramientas y estrategias para lidiar con emociones y el entorno
- Guía de comunicación para cuidar a una persona con depresión

Gain Creators
(Creadores de Beneficios)

- Brindar Recursos valiosos de aprendizaje fortalecer autoaceptación
- Conexión con expertos en el tema
- Generar Conexión con una comunidad de apoyo con alumnos y docentes
- Brinde Terapia y tutoría
- Brindar información con lenguaje simple
- Brindar herramientas para enfrentar al entorno
- Brindar información fidedigna con lenguaje simple

Pain Relievers
(Alivios para dolores)

- Reduce la deserción académica
- Entorno sensibilizado y educado
- Compromiso del estudiante de su bienestar emocional
- Reducción de tiempo y esfuerzo = ahorro de dinero
- Fomento de comunicación abierta
- Información fidedigna a la mano

reto de diseño

Gain
(Beneficios)
Beneficios esperados: Aceptación, comprensión y bienestar
Requisitos mínimos:
Aceptación, herramienta para abordar adecuadamente el tema
Beneficios deseados:
Progreso académico, ajustes razonables, estabilidad emocional
Beneficios no deseados:
Contribuir a la concientización
y al apoyo a otros en situaciones similares

Jobs to be done
(Trabajos por hacer)

- Tener diagnóstico
- Educación y comprensión del entorno
- Buscar Empatía
- Comprensión del entorno académico
- Recuperar rendimiento académico
- Aceptación inclusión

Pains
(Dolores)

- Problemas para Costear tratamiento
- Incapacidad de expresar adecuadamente
- Falta de guía de ayuda
- Falta de apoyo por parte de familia, amigos y academia
- Pensamientos negativos y presión

IDEACIÓN

Lluvia de ideas: todas las ideas posibles

¿Cómo podríamos educar al entorno y brindar recursos a los estudiantes no diagnosticados para que sean escuchados y tratados?

Idea 1: Taller conversatorio para profesores y estudiantes
Taller conversatorio voluntario en donde participen alumnos y profesores. Organizado por una unidad de responsabilidad social dentro de la universidad. Los alumnos con depresión expresan sus casos ante otros alumnos y profesores. Presentación de video de alto impacto antes de conversatorio.

Idea 2: Aplicación para la inclusión
Generador de herramientas para que alumnos puedan crear conciencia de la discapacidad frente a los profesores. En la aplicación se visualizan las leyes referente a la discapacidad, ejemplos de cartas que deben presentar, conceptos básicos referente a la depresión, guía de ayuda, signos de depresión, diversos contactos de diferentes universidades, ejemplos de cómo se vive la depresión en universidades en otros países, foros en vivo de representantes, cómo hablar con tus padres / maestros acerca de la depresión.

Idea 3: Campaña de concientización de alto impacto
Idea 4: Arteterapia
Idea 5: Campaña de movimiento / deporte para la depresión
Idea 6: Conectar con tu amigo para ser escuchado.
Idea 7: Cápsula emocional
Idea 8: Mental Health check



IDEACIÓN

Agrupar y evaluar

Seleccionar una idea para desarrollar

¿Cómo podríamos educar al entorno y brindar recursos a los estudiantes no diagnosticados para que sean escuchados y tratados?

Psicología

Campaña de concientización por parte de la universidad para que se realice un muestreo de alumnos con posible depresión, esto puede realizarse con estudiantes graduados de psicología.

Poner más psicólogos en las universidades, así como números de emergencia cuando uno se sienta mal

Mental Health check

Programas de concientización que les ayude a visibilizar

Medios digitales de comunicación

Microlearning

Videos tik tok

Sitio web

Agrupar gente para tratar

Terapia grupal

Talleres de apoyo

Terapia gratuita física u online

Conversatorio profesores alumnos

Ofrecer a las personas que sufran ataques de ansiedad charlas de apoyo para poder calmarlos, esto también para todo el entorno y así poder apoyarse.

Realizar una consultoría- tutoría con seguimiento a los alumnos con altos síntomas para controlar sus niveles de depresión

Productos digitales

APP

Aplicación para la inclusión

APP Conecta con una persona que te escuche

Botón de ayuda para estudiantes que sufren una crisis mediante una app

Espacios físicos para meditar y descansar

Salones donde ellos puedan descansar y pensar

Lugares pequeños donde uno pueda estar solo para cuando le de un ataque de ansiedad

Agregar más lugares de espacios verdes y donde descansar, ya que dormir ayuda mucho cuando uno se siente mal

Aumentar los talleres y clubes relacionados con la relajación en la universidad

Espacios para dormir

Meditación

Actividades distracciones

Realizar actividades en el campus que les permita generar una distracción y les ayude a salir de su rutina. Pueden ser ferias, juegos, etc.

Arteterapia

Promover actividades artísticas y creativas para la liberación de serotonina

Deporte para la depresión

Feria de bienestar

Espacio con mascotas y charlas de depresión

Espacios físicos de desfogue

Capsula Positiva

Cabina emocional

Cuarto de la ira

ETAPA: IDEAR

SEMANA 9



CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

MATRIZ DE PRIORIZACIÓN Y SELECCIÓN

	Cabina emocional	APP para conexión con personas	Terapia gratuita física online	Mental Health Check	Microlearning	Actividades artísticas creativas para la liberación de serotonina
Características de la Propuesta de Valor	Es un espacio que sirve como herramienta para lidiar con las emociones, que permite estar en silencio o conectarte con una persona que pueda escucharte. **La cabina emocional es tu lugar seguro.**	Una herramienta que sirve para que las personas con depresión o síntomas puedan estar con personas que comprenden su situación. **La app te ayuda a deshaogarte.**	Ayuda a los estudiantes que no tienen los recursos para contratar un psicólogo privado, esto los ayudaría a evitar un cuadro de depresión profunda.	Una herramienta de ayuda donde se reporta mediante una llamada el estado de un estudiante con depresión y un grupo de voluntariado especializado va a socorrerlo.	Ofrece videos cortos de micro aprendizaje que toca temas de relevancia en la comunidad universitaria como: la salud mental, depresión, escuela para padres, temas de género, etc.	Ofrece actividades distractoras y terapias con mascotas proporciona varios beneficios importantes, como reducción del estrés, bienestar emocional, promoción de la relajación, fomento de la sociabilidad, estimulación cognitiva, y mejora de la calidad de vida.
Creadores de beneficios	Generar soporte y protección física. Descanso y conexión personal. Lugar de protección y alivio. Crear base de datos de la persona que lo utiliza que sirva de seguimiento para la universidad.	Ofrece beneficios como una comunidad de apoyo, reducción del estigma, intercambio de consejos y recursos, motivación mutua, vigilancia del bienestar, investigación anónima, acceso a profesionales de la salud mental y recursos educativos. Debe diseñarse con atención a la privacidad y regulaciones, y no reemplaza el tratamiento médico, sino que complementa el apoyo.	Proporciona servicios de psicología gratuitos a estudiantes que no pueden costear un psicólogo privado puede ser beneficioso para su bienestar emocional, su rendimiento académico y su desarrollo personal. Además, contribuye a la creación de un entorno de apoyo y a la reducción del estigma asociado con la búsqueda de ayuda para la salud mental.	Permite la comunicación a través de llamadas, movilizando voluntarios especializados, también beneficios como respuesta inmediata, reducción de riesgos, apoyo profesional, fomento de la comunicación, acceso a recursos, reducción del estigma, colaboración con profesionales y empoderamiento de la comunidad estudiantil.	Conlleva ventajas clave, cómo accesibilidad, concienciación, apoyo emocional, empoderamiento, flexibilidad, promoción de discusiones, acceso a recursos, desarrollo personal y fomento de la diversidad e inclusión. Estos recursos son valiosos para el bienestar y desarrollo de los estudiantes universitarios.	Genera soporte, protección física y liberación de serotonina. Descanso y conexión personal. Lugar de protección y alivio. Crear base de datos de la persona que lo utiliza que sirva de seguimiento para la universidad.
Aliviadores de dolores	Espacio donde desahogarme y descansar. Aliviar problemas del día a día.	Dejar ese vacío que siente uno mismo y sentirte comprendido.	Poder tratar la depresión que lleva.	Reducir los riesgos de ataques de ansiedad.	Informar a las personas que desconozcan del tema.	Evitar los estados de depresión y mantener la mente ocupada.
Tipo de innovación	Radical	Incremental	Incremental	Incremental	Incremental	Incremental
Viabilidad y factibilidad	Factibilidad: SI Viabilidad: NO, Alto costo de implementación del espacio	Factibilidad: Si Viabilidad: Si	Factibilidad: Si Viabilidad: Si	Factibilidad: Media, disponibilidad de los especialistas. Viabilidad: Si.	Factibilidad: Si Viabilidad: Si	Factible: Si Viable: si

ATERRIZAR LAS IDEAS DE SOLUCIÓN

APP MoodMates (producto)

Ayudan a los estudiantes universitarios (segmento o arquetipo)
que experimentan depresión y buscan apoyo emocional (tareas)
para aliviar la depresión, ansiedad y estrés (frustraciones o necesidades)
y tener con quien poder desahogarse sin ser juzgados (expectativas o deseos).

- **Usuario, Cliente:** Estudiantes universitarios que experimentan depresión o síntomas de depresión.
- Acceso a la Solución: Los estudiantes descargan la app mediante playstore
- Uso del Servicio/Producto: Se registran pero su nombre real queda de manera anónima, ellos se pueden colocar nick para que estén en un lugar donde respeten su privacidad:
  - a. Conversatorio online: pueden hablar con algún compañero en línea (dentro de la comunidad universitaria).
  - b. Ayuda especializada gratuita: en esta parte si ingresan el área de bienestar los identificará y conducirá a una cita gratuita con un psicólogo aliado (del área de bienestar o de la facultad de psicología) que puede ser del país como fuera.
  - c. Botón de pánico: una opción para aquellas personas que sufran un ataque de ansiedad en el campus, una persona especializada se acercara rápidamente mediante el GPS de la APP.
  - d. Novedades de conversatorios presenciales formado en grupos pequeños para una mejor comunicación.
  - e. Autotests de depresión, a través de preguntas para los estudiantes que quieran saber si tienen depresión.

- **Pago por el Servicio/Producto:** El servicio será gratuito solo para estudiantes de las universidades
- **Contenido y Beneficios:** La app ofrece una variedad de beneficios, incluyendo reducción de la depresión, estrés y ansiedad; comunicación y apoyo emocional.
- **Logística Asociada:** Para ingresar a la app se debe registrar con el correo de alumnos ya que así el área de bienestar estudiantil serían los únicos de saber de qué estudiante se trata.
- **Seguimiento y Comunidad:** Se crea una base de datos de los participantes para realizar un seguimiento y ofrecer apoyo continuo. Se fomenta la creación de una comunidad donde los estudiantes puedan compartir experiencias.
- **Objetivo:** Ofrece una comunidad de apoyo, reducción del estigma, intercambio de consejos y recursos, motivación mutua, vigilancia del bienestar, investigación anónima, acceso a profesionales de la salud mental y recursos educativos. Debe diseñarse con atención a la privacidad y regulaciones, y no reemplaza el tratamiento médico, sino que complementa el apoyo.

Talleres de Bienestar Conexión360 (servicio)

Ayuda a la adecuada inclusión de los estudiantes con depresión dentro de las universidades
(segmento o arquetipo)
que experimentan depresión o buscan apoyo emocional (tareas)
para Aliviar la depresión, ansiedad y estrés, mejorar su bienestar emocional, conectar con su creatividad generando conexiones personales y vivencias compartidas (frustraciones o necesidades)
y participar en actividades holísticas, terapéuticas, y creativas presenciales (expectativas o deseos).

- **Usuario, Cliente:** Estudiantes universitarios que experimentan depresión o buscan apoyo emocional.
- **Acceso a la Solución:** Los estudiantes tienen varias opciones para inscribirse en el programa, ya sea a través de la universidad, utilizando el aula virtual o mediante la recomendación de sus docentes, quienes actúan como facilitadores e impulsores para el proceso de inscripción.
- **Uso del Servicio/Producto:** Los estudiantes participan en una variedad de talleres terapéuticos y creativos:
  - a. Dexpresionismo (F. de Arquitectura)
  - b. Taller de Chef - Alimentación Consciente y Hambre Emocional (F. de Turismo y F. de Medicina)
  - c. Talleres de Coaching Corporal y Bio Danza (F. Psicologìa)
  - d. Taller Meditación y Mindfulness (F. Psicologìa)
  - e. Taller Arte en Raíces Naturales. (F. de Arquitectura, F. Ciencias Económicas)
  - f. Taller de Mascotas: Día de los Peludos Estudiantes Honorarios (F. de Veterinaria)

- **Pago por el Servicio/Producto:** Los talleres pueden ser ofrecidos de forma gratuita o a un costo mínimo para los estudiantes, dependiendo de la financiación y recursos disponibles.
- **Contenido y Beneficios:** Los talleres ofrecen una variedad de beneficios, incluyendo reducción de la depresión, estrés y ansiedad; expresión emocional; conexión personal, aprendizaje de habilidades blandas prácticas, autoconocimiento, comunicaciòn y apoyo emocional.
- **Logística Asociada:** Los talleres se llevan a cabo en el campus de la universidad en espacios abiertos, y se programan de acuerdo a las necesidades de los estudiantes. Se cuenta con facilitadores y materiales para cada taller.
- **Seguimiento y Comunidad:** Se crea una base de datos de los participantes para realizar un seguimiento y ofrecer apoyo continuo. Se fomenta la creación de una comunidad donde los estudiantes puedan compartir experiencias y recursos.
- **Objetivo:** Evitar estados de depresión y mantener la mente ocupada, brindando a los estudiantes herramientas y un entorno de apoyo para su bienestar emocional. Evitar la deserción de alumnos.

Cabina emocional "Kpsula" (producto)

Ayudan a los estudiantes universitarios (segmento o arquetipo)
que buscan un espacio donde sean escuchados o necesitan un momento de calma (tareas)
para aliviar la depresión, ansiedad (frustraciones o necesidades)
y necesitan bienestar emocional (expectativas o deseos).

- **Usuario, Cliente:** Estudiantes universitarios que experimentan depresión o ansiedad.
- **Acceso a la Solución:** Los estudiantes ingresan a la cabina con su código de alumno o es posible reservarla.
- **Uso del Servicio/Producto:**
  - La cabina es un espacio cerrado y acústico, es decir no se escucha lo que las personas hablan dentro. Además es un espacio en donde sólo puede ingresar una persona. Se puede controlar la iluminación interior. Este espacio no cuenta con una mesa, no es posible trabajar desde aquí
  - Dentro de la cabina existe una pantalla táctil que da las diferentes funciones: conectar con un voluntario de la comunidad (profesor, alumno, administrativo) para hablar y ser escuchado, recibir un test de autodiagnóstico para saber si la persona tiene síntomas de depresión, conectar con un psicólogo del área de bienestar. La aplicación también se puede descargar en el celular.

- Pago por el Servicio/Producto: La cabina es gratuita para los alumnos, el costeo debería ser realizado por la universidad.
- Contenido y Beneficios: Los beneficios que ofrece esta cabina principalmente es contar con un espacio físico para el alumno.
- Logística Asociada: La compañía diseña y provee la cabina como la aplicación. La universidad costea la cabina y la aplicación. El área de bienestar de la universidad realiza la verificación de las personas que son voluntarias al programa, se les realiza una capacitación.
- Seguimiento y Comunidad: Se crea una base de datos de los participantes para realizar un seguimiento por parte del área de bienestar. Así como también se crea una comunidad de ayuda. Se pueden posteriormente realizar actividades con esta comunidad de ayuda.
- Objetivo: Que los alumnos tengan un espacio físico en donde puedan descargar sus emociones a solas o con personas de la comunidad que deseen ayudarlos. En este espacio no podrán ser vistos o escuchados por otras personas, sólo por la persona que ellos deseen.

ATERRIZAR: SOLUCIÓN 1

APP MoodMates (producto)

La aplicación será gratuita sólo para estudiantes de las universidades y/o administrativos / profesores

¿Cómo funcionaria?

Los estudiantes descargan la app mediante playstore. Se registran pero su nombre real queda de manera anónima, ellos se pueden colocar apodos para que estén en un lugar donde respeten su privacidad

Encuentra un número variado de opciones en la app

Se crea una base de datos de los participantes para realizar un seguimiento por parte de bienestar estudiantil de la universidad.

dirigido a

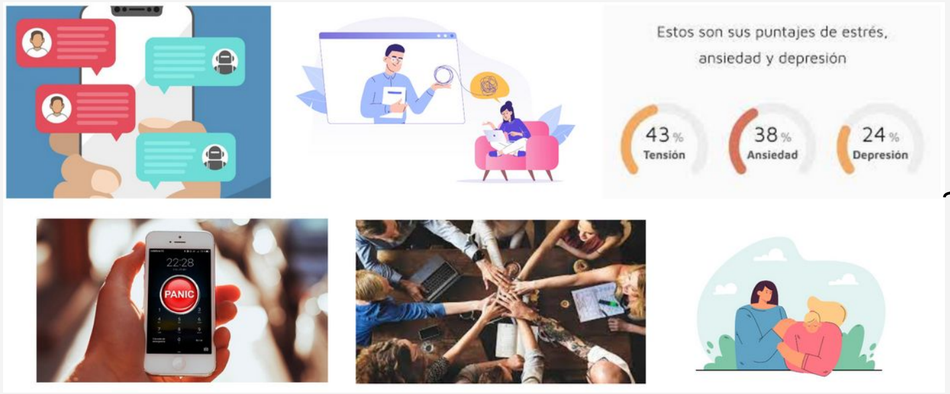
Estudiantes universitarios

busca

Aliviar la depresión, soledad y ansiedad para ayudarte ante esta lucha

con el objetivo de

Tener con quien poder desahogarse sin ser juzgados y recibir ayuda psicológica gratuita



Ofrece una comunidad de apoyo, reducción del estigma, intercambio de consejos y recursos, motivación mutua, vigilancia del bienestar, investigación anónima, acceso a profesionales de la salud mental y recursos educativos.

ATERRIZAR: SO LUCIÓN 2

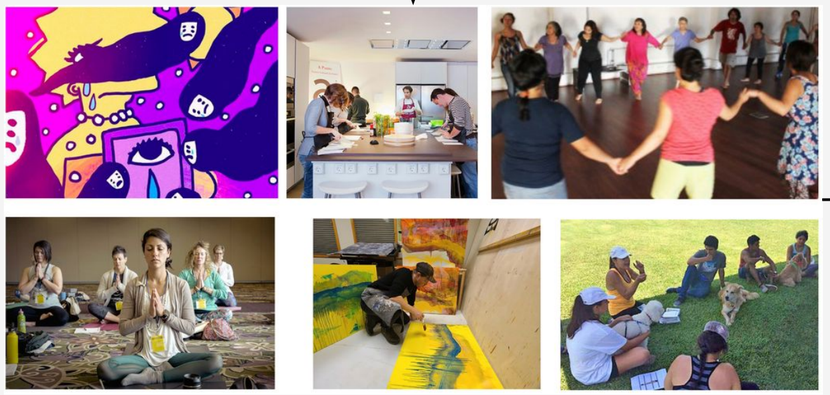
Conexión 360 (servicio)

Los talleres pueden ser ofrecidos de forma gratuita o a un costo mínimo para los estudiantes, dependiendo de la financiación y recursos disponibles.

¿Cómo funcionaría?

Se inscriben a través del aula virtual o mediante la recomendación de sus docentes, quienes actúan como facilitadores e impulsadores para el proceso de inscripción.

Participan en una variedad de talleres holísticos, terapéuticos y creativos



Los talleres holísticos de distensiòn ofrecen una variedad de beneficios, incluyendo reducción de la depresión, estrés y ansiedad; expresión emocional; conexión personal, aprendizaje de habilidades blandas prácticas, autoconocimiento, comunicación y apoyo emocional, taller de la ira y talleres con mascotas.

Los talleres se llevan a cabo en el campus de la universidad en espacios abiertos, y se programan de acuerdo a las necesidades de los estudiantes. Se cuenta con facilitadores y materiales para cada taller.

dirigido a

Estudiantes universitarios

busca

Aliviar la depresión, ansiedad y estrés, mejorar su bienestar emocional, conectar con su creatividad generando conexiones personales y vivencias compartidas

con el objetivo de

Evitar estados de depresión y mantener la mente ocupada, brindando a los estudiantes herramientas y un entorno de apoyo para su bienestar emocional y evitar la deserción de alumnos.

ATERRIZAR: SO LUCIÓN 3

Cabina emocional
Kpsula (producto)

La cabina es gratuita para los alumnos, el costeo debería ser realizado por la universidad.

dirigido a

Estudiantes universitarios

busca

Un espacio donde sean escuchados o necesitan un momento de calma

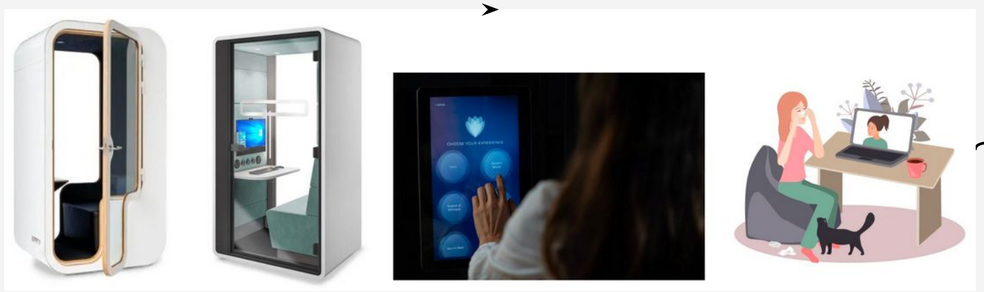
con el objetivo de

Que los alumnos tengan un espacio físico en donde puedan descargar sus emociones a solas o con personas de la comunidad que deseen ayudarlos. En este espacio no podrán ser vistos o escuchados por otras personas, sólo por la persona que ellos deseen.

¿Cómo funcionaria?

Los estudiantes ingresan a la cabina con su código de alumno o es posible reservarla

La cabina es un espacio cerrado y acústico, es decir no se escucha lo que las personas hablan dentro. Además es un espacio en donde sólo puede ingresar una persona. Se puede controlar la iluminación interior. Este espacio no cuenta con una mesa, no es posible trabajar desde aquí



La cabina ofrece un espacio de descanso y de calma además un ambiente propicio para la conversación privada y la conexión con personas que estén dispuestas a escucharte

Se crea una base de datos de los participantes para realizar un seguimiento por parte del área de bienestar. Así como también se crea una comunidad de ayuda. Se pueden posteriormente realizar actividades con esta comunidad.

DESARROLLO DE LA SOLUCIÓN

Cabina emocional: Cápsula MoodMates (Compañeros de Ánimo)

Ayudan a los estudiantes universitarios (segmento o arquetipo)
que buscan un espacio donde sean escuchados o necesitan un momento de calma (tareas)
para aliviar la depresión, ansiedad (frustraciones o necesidades)
y necesitan bienestar emocional (expectativas o deseos).

- Usuario, Cliente: Estudiantes universitarios que experimentan depresión o ansiedad.
- Acceso a la Solución: Los estudiantes ingresan a la cabina con su código de alumno o es posible reservarla.
- Uso del Servicio/Producto:
  - La cabina es un espacio cerrado y acústico, es decir no se escucha lo que las personas hablan dentro. Además es un espacio en donde sólo puede ingresar una persona. Se puede controlar la iluminación interior. Este espacio no cuenta con una mesa, no es posible trabajar desde aquí
  - Dentro de la cabina existe una pantalla táctil que da las diferentes funciones: conectar con un voluntario de la comunidad (profesor, alumno, administrativo) para hablar y ser escuchado, recibir un test de autodiagnóstico para saber si la persona tiene síntomas de depresión. La aplicación también se puede descargar en el celular.
  - Los usuarios pueden escoger el anonimato al hablar con un voluntario, sin embargo la aplicación rastrea el ID de las personas en caso exista un problema o queja.

- Pago por el Servicio/Producto: La cabina es gratuita para los alumnos, el costeo es realizado por la universidad.
- Contenido y Beneficios: Los beneficios que ofrece esta cabina es contar con un espacio físico para el alumno. Promueve la comprensión de este trastorno a través de la escucha activa de la comunidad.
- Logística Asociada: La compañía diseña y provee la cabina como la aplicación. La universidad costea la cabina y la aplicación. El área de bienestar de la universidad realiza la verificación de las personas que son voluntarias al programa, se les realiza una capacitación.
- Seguimiento y Comunidad: Se crea una base de datos de los participantes para realizar un seguimiento por parte del área de bienestar. Así como también se crea una comunidad de ayuda. Se pueden posteriormente realizar actividades con esta comunidad de ayuda.
- Objetivo: Que los alumnos tengan un espacio físico en donde puedan descargar sus emociones a solas o con personas de la comunidad que deseen ayudarlos. En este espacio no podrán ser vistos o escuchados por otras personas, sólo por la persona que ellos deseen.

CÁPSULA MOODMATES

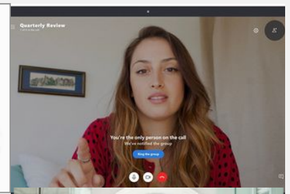
COMPAÑEROS DE ÁNIMO













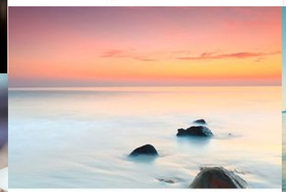




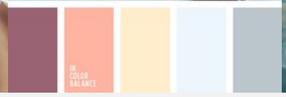












LIENZO DE PROPUESTA DE VALOR FINAL

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

¿Cómo podríamos educar al entorno y brindar recursos a los estudiantes no diagnosticados para que sean escuchados y tratados?



Propuesta de Valor

- Esta cápsula recolectará la data de los usuarios que la utilicen, permitiendo a la universidad de construir una base de datos con posibles estudiantes que tengan síntomas de depresión o ansiedad.
- Este espacio es completamente controlable por el usuario, lo que brinda una sensación de control y seguridad a quien lo utiliza.
- A través de la cabina se crea una comunidad de ayuda dentro del campus en donde participan alumnos, docentes y administrativos. Esto permite escalar hacia otro tipo de actividades fuera de la cabina y app.
- A los voluntarios les permite comprender acerca de la depresión y crear conciencia.

Gain Creators
(Creadores de Beneficios)

- El usuario logra un bienestar emocional y físico al tener un espacio de calma que le permita estar a solas y desfogar sus emociones o conectar con un voluntario para que sea escuchado activamente.
- Contribuye a la concientización de la comunidad universitaria (voluntarios docentes, administrativos y otros alumnos) a través del intercambio de experiencias de primera mano de una persona con ansiedad o depresión. El costo del uso del producto es asumido por la universidad, y el seguimiento de voluntarios se revisa por el área de Bienestar educativo.

Pain Relievers
(Alivios para dolores)

- Los usuarios deciden si quieren ser escuchados por un voluntario o no. El espacio acústico permite que las personas en el exterior no escuchen la conversación o acciones que el usuario realiza dentro del espacio, dándole al usuario opciones para poder expresarse adecuadamente. El producto le brinda al usuario un espacio físico de calma para aliviar síntomas de ansiedad o depresión. El usuario se siente apoyado por la comunidad al compartir su sentir con voluntarios (profesores, alumnos y administrativos).

reto de diseño

Gain
(Beneficios)

- **Beneficios esperados:** Comprensión y bienestar por parte del entorno universitario.
- **Requisitos mínimos:** Herramienta para aliviar las dificultades de tener depresión.
- **Beneficios deseados:** Progreso académico, bienestar emocional y físico.
- **Beneficios no deseados:** Contribuir a la concientización, no incurrir en costos para que se acepte su discapacidad.



Jobs to be done
(Trabajos por hacer)

- Educación y comprensión de la comunidad universitaria
- Buscar recursos que apoyen a llevar sus actividades académicas
- Buscar Empatía
- Aceptación inclusión
- Tener diagnóstico

Pains
(Dolores)

- Incapacidad de expresar sus sentimientos
- Falta de apoyo por parte de la academia
- Comentarios negativos de otras personas que no están educadas al respecto
- Tener un espacio donde aliviar síntomas de depresión

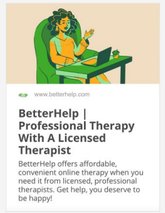
BENCHMARKING

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

Aplicaciones de Salud mental

betterhelp

Es una plataforma de terapia en línea que conecta a los usuarios con terapeutas con licencia a través de mensajes, chat de video y llamadas telefónicas.



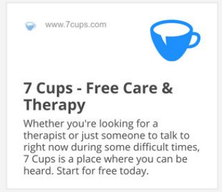
Woebot Health™

Es un asistente de chat basado en inteligencia artificial diseñado para brindar apoyo y terapia cognitivo-conductual para personas que experimentan síntomas de depresión y ansiedad.



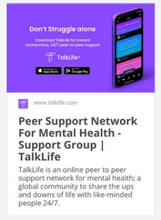
7 CUPS

Es una aplicación que proporciona apoyo emocional a través de conversaciones con "oyentes" capacitados, así como opciones para conectarse con terapeutas con licencia.



TalkLife®

Es una comunidad en línea donde las personas pueden conectarse y conversar sobre sus problemas de salud mental, incluyendo la depresión, en un entorno de apoyo.



koko

Es una plataforma en línea donde los usuarios pueden compartir sus preocupaciones y recibir apoyo emocional de otros miembros de la comunidad que han experimentado situaciones similares.

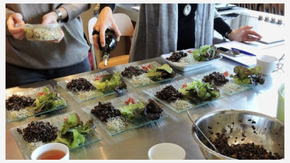


Talleres actividades para la liberación de serotonina

Dexpresionismo
Una iniciativa para visibilizar la depresión a través del arte. Se organizan talleres, exposiciones, iniciativas en redes... y durante el aislamiento a causa del coronavirus, directos de Instagram en los que diferentes artistas crean obras en directo. La idea en los talleres era ayudar a los participantes a expresarse, a crear una obra en la que reflejaran un aspecto que ellos vincularon a la depresión, aunque siempre incidiendo en la libertad de la temática
Enlace Origen: España



Taller de Chef - alimentación Consciente y hambre emocional
Desarrollar una relación más consciente y saludable con la comida, identificar y comprender el hambre emocional, y aprender estrategias para abordarla. Los temas que podrían incluirse en este taller son: Alimentación Consciente, Hambre Emocional, Estrategias para Manejar el Hambre Emocional, Planificación de Comidas Saludables, Conexión Mente-Cuerpo, Ejercicios Prácticos, Apoyo y Comunidad,Recursos y Herramientas
Enlace Origen: España



Talleres de Coaching Corporal y bio danza
Lograr una conexión profunda contigo mismo a través de la corporalidad. - Identificar posturas y movimientos corporales habituales que generan patrones emocionales y de comportamiento. - Aprender a manejar las tensiones y conectarte con una corporalidad auténtica y expresiva.
Enlace Origen: España



Taller Meditación y Mindfulness
El Mindfulness, es una estrategia de entrenamiento de la atención hacia el presente, desde la perspectiva de uno mismo, que se ha demostrado es eficaz para reducir algunos síntomas como la ansiedad, depresión y el estrés.
Mindfulness para la reducción de síntomas de estrés, ansiedad y depresión es una herramienta clave para el cambio de estado emocional y encontrar un equilibrio entre la mente y el cuerpo
Enlace Origen: Paraguay



Taller Arte en Raíces Naturales: Explorando la Creatividad y la Conexión con la Naturaleza
diseñado específicamente para jóvenes universitarios que desean sumergirse en un mundo de creatividad y reconexión con la naturaleza. "Arte en Raíces Naturales" combina la expresión artística y la exploración de entornos naturales para inspirar la creatividad, fomentar la introspección y promover la apreciación de la belleza del mundo que nos rodea.
Enlace Origen: Peru



Taller de Mascotas: Día de los Peludos Estudiantes Honorarios
Son talleres para aprender con tu mascota, hacer terapia, educación y actividades asistidas con Animales y como estas te ayudan. Se aprende a entrenar, a jugar y educar. Con clases en vivo 1 vez al mes de forma grupal. Un espacio de comunidad donde se podrá compartir y conocer a los mascotas lovers.
Enlace Origen: Peru



Cabina de meditación

Cabinas mindfulness "Amazen": Desarrollado por Amazon. En su interior, recubierto de felpa gris, hay dos pequeñas plantas y un ordenador con pinta de estar desfasado “donde puedes navegar por una biblioteca de recursos para la salud mental y prácticas mindful para recargar tu batería interna. [...] Un espacio tranquilo donde la gente pueda ir y concentrarse en su bienestar mental y emocional"
Enlace Origen: EE.UU.



OpenSeed, la cabina de meditación que ayuda a mejorar el ambiente de trabajo: Creada por Jonathan Marcoschamer. Porque poner un pie en la cabina seminal (la forma de semilla no es gratuita) es introducirse en un microcosmos donde todos los estímulos sensoriales están pensados para conectar con uno mismo. Desde la estructura envolvente al uso de la cromoterapia, los aceites esenciales, el sonido o el audio para una meditación guiada. Cada unidad cuesta 27.400 euros. Enlace Origen: EE.UU.



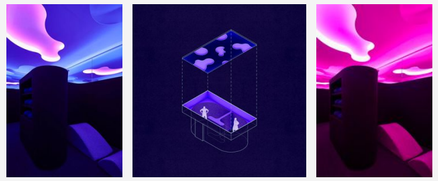
Cabina de meditación de Palacio de Hierro: Diseñada por el arquitecto Julio Amezcua, este nido de paz, contiene y acoge a sus asistentes, durante unos minutos mientras a través del silencio y la meditación transformamos nuestras frecuencias para darle un sentido y una dirección hermosa a nuestros días. Complementadas con distintos tipos de meditación como el Vipassana, meditación activa, contemplativa, budista, trascendental, entre otras. Enlace Origen: México



Cabina de meditación y relajación "Pausa": Jorge Giovino, Claudio Wingeyer y Mariano Baker, son los diseñadores industriales. La cabina está construida en el exterior con madera fenólico, en el interior cuenta con paneles acústicos, piso acolchado, asiento forrado de tela, dispone de sistema de ventilación con coolers, panel de control con tablets, además del sistema de aromaterapia y bluetooth para el audio, entre otros ítems. El objetivo es crear un clima que facilite la realización de ejercicios de respiraciones, imprescindibles para la meditación. Enlace



Immersive Spaces Series: intención de ofrecer a los empleados un lugar para reconocer y restaurar su salud mental en medio del caos cotidiano. Inspirados en búnkeres que combinan tecnología, luz y sonido para crear atmósferas inmersivas y de relajación, el estudio de diseño Office of Things Cada habitación ha sido diseñada para que un solo usuario la ocupe y pueda acceder de modo envolvente a las secuencias de luz y sonido; y así lograr despejar su espectro háptico –conjunto de sensaciones no visuales y no auditivas que experimenta un individuo– y psíquico. Enlace



ETAPA: IDEAR

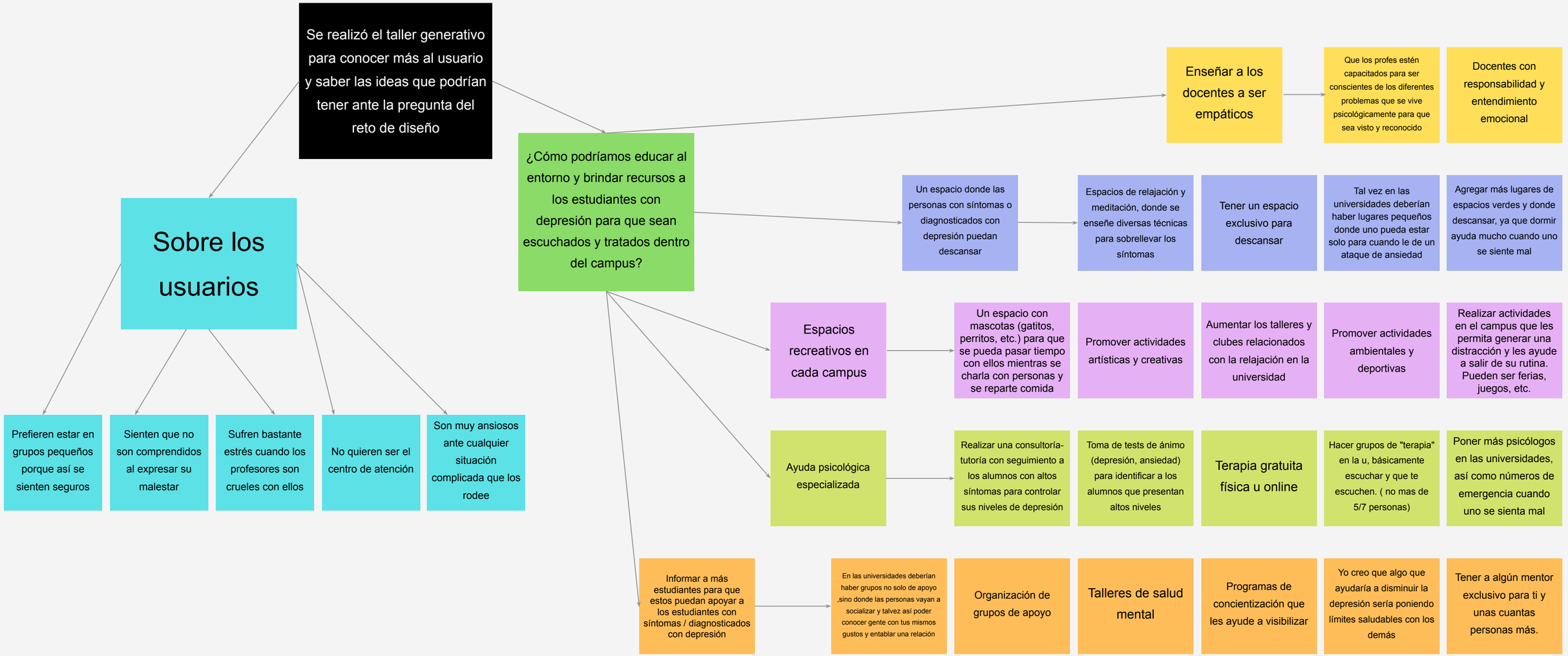
SEMANA 10

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

TALLER GENERATIVO 1

Sistematizar la información

Recoger acá todos los datos, ideas y resultados producto de los talleres generativos: esto es un proceso similar al de compilar y organizar del análisis de información.



TALLER GENERATIVO 1

Resultados

¿Cuáles son las conclusiones, hallazgos y mejoras según los resultados de los talleres? Este proceso es similar al de interpretar del análisis de información.

En el taller generativo se tocaron muchos temas interesantes donde cada entrevistado dio su punto de vista y se pudo concluir lo siguiente:

- Son personas que no buscan atención por lo que al expresar sus sentimientos a la primera y no ser escuchados, terminan aislándose y solo se refugian en su grupo confort.
- La mayoría expresó sentir mucho cansancio diario y les gustaría tener un lugar en el cual pudieran descansar en los tiempos que tienen libres o después de clases.
- No les gusta estar rodeados de tantas personas y expresaron que si en caso se hace un taller con personas con síntomas / depresión diagnosticada ellos desean que sea un grupo reducido, de lo contrario seria incomodo.
- Quieren una ayuda inmediata cuando sientan algún ataque de pánico.
- Mencionan que no solo debería ser ayuda psicológica, sino también se le enseñe a otros estudiantes a como tratar a una persona que está sufriendo una crisis en el campus.
- Quieren más apoyo por parte de sus universidades, sienten que lo están intentando pero solo de manera superficial.
- Las actividades recreativas les parece interesante, sobre todo las que involucren el arte o animales.
- Mencionaron que si en caso existiera una app ellos quisieran que sea anónima para cada estudiante ya que sienten pena.

Respecto al taller se mostró mucha sinceridad ante las palabras de los presentes, las dinámicas funcionaron correctamente ya que abrió camino a que todos puedan expresarse libremente.

TALLER GENERATIVO 1

DETALLES DETRÁS DEL TALLER

Dirigido por: Ana Bezada, Pamela Pacora y José Saul Zevallos

Fecha de taller: 30 de octubre de 2023

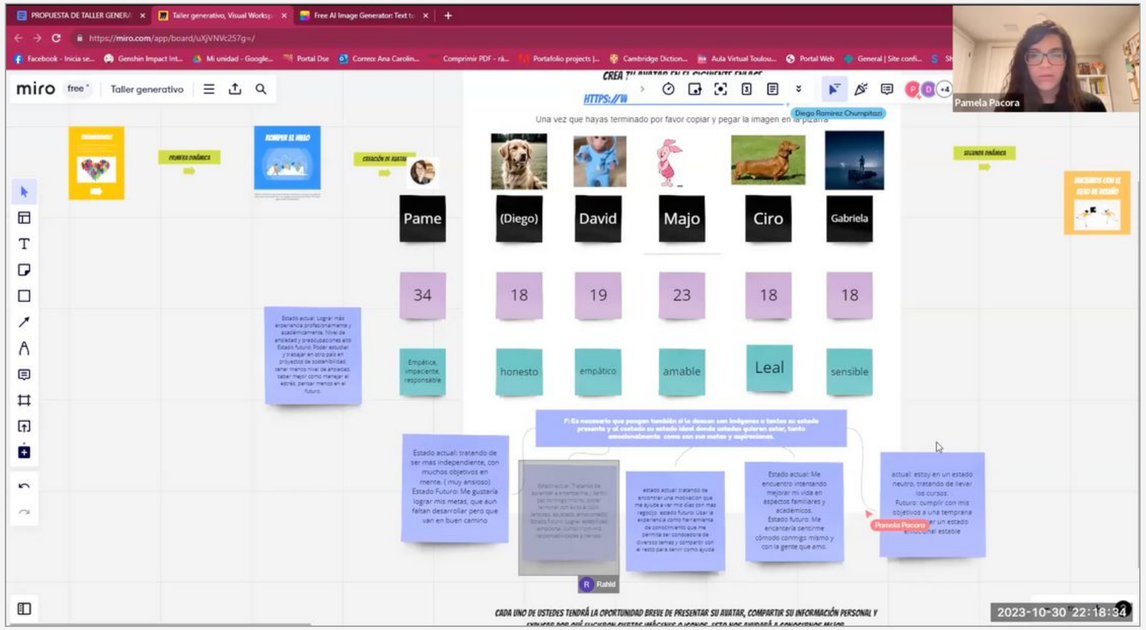
Duración: 1 hora y 30 minutos

Cantidad de participantes: 05

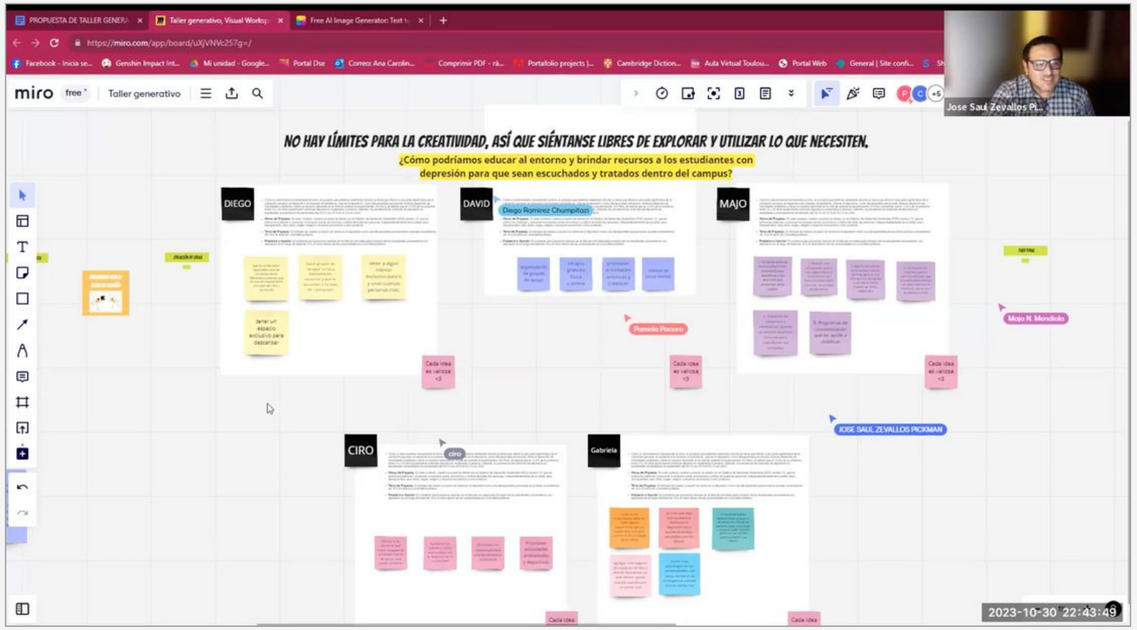
Descripción: Este taller se realizó de manera virtual con el propósito de idear soluciones con el actor central del proyecto, estudiantes universitarios en un rango de edad de 18 a 24 años. Se desarrollaron 02 actividades en el taller, el primero denominado “Romper el hielo” en donde los estudiantes dieron información personal además de describir su estado presente y su estado ideal (donde ellos quieren estar), tanto emocionalmente como con las metas y aspiraciones. En la segunda actividad se les explicó brevemente a los participantes la información de la investigación, la depresión como discapacidad psicosocial y además se les pidió que a partir del reto de diseño creen soluciones para afrontar este problema dentro del campus universitario.

Enlace de grabación completa: https://drive.google.com/file/d/1Zg6K3z5I3Q-ESTIWINaorb3N8BV7HYvs/view?usp=drive_link

Enlace del miro en donde se desarrolló la actividad: https://miro.com/app/board/uXjVNVc257g=/?share_link_id=714547334377



Actividad 1



Actividad 2

TALLER GENERATIVO 2

Sistematizar la información

Recoger acá todos los datos, ideas y resultados producto de los talleres generativos: esto es un proceso similar al de compilar y organizar del análisis de información.

El segundo taller generativo se llevó a cabo con el propósito de validar la innovación, evaluar la viabilidad y recopilar sugerencias de mejora para tres propuestas de ideas.

Sobre los usuarios

- Están comprometidos con mantener un buen ánimo.
- Experimentan estrés en su entorno universitario actual.
- Muestran entusiasmo y compromiso con su carrera.
- Se encuentran estresados debido a sus obligaciones actuales.
- Buscan satisfacción personal y bienestar en el futuro.
- Tiene ambiciones profesionales, demuestran determinación.

¿Cómo podríamos educar al entorno y brindar recursos a los estudiantes con depresión para que sean escuchados y tratados dentro del campus?

Talleres de Conexión 360 (servicio)

Comentarios y observaciones de los usuarios respecto a la idea

- La idea es innovadora y prometedora. Se sugiere colaborar con organizaciones estudiantiles internas o externas para enriquecer la oferta y considerar horarios que no interfieran con las clases.
- La universidad carece de talleres para las habilidades blandas de los estudiantes, que son esenciales en la vida social y laboral.
- La posibilidad de hablar con alguien y llevar a las mascotas es innovadora y beneficiosa para canalizar emociones.Pero hay obstáculos en las Universidades. Espacios adecuados.
- La idea es interesante ya que puede reducir la ansiedad, el estrés y la depresión a través de talleres grupales físico-mentales.

APP MoodMates (producto)

Comentarios y observaciones de los usuarios respecto a la idea

- La app es útil para buscar ayuda de manera anónima. Me gusta el acceso al botón del pánico y que los profesores estén mejor informados sobre el tema.
- La app es útil para personas, pero se plantea la preocupación sobre cómo se llevará a cabo el seguimiento si un paciente desea cambiar de psicólogo.
- La idea es innovadora. Tal vez el sistema tradicional pueda colapsar por la alta demanda de profesionales. Tomar atención al enfoque.
- El botón de pánico es útil para reaccionar en situaciones de estrés extremo y podría prevenir casos críticos.
- La propuesta es útil y más personalizada que la primera idea

Cabina emocional Kpsula (producto)

Comentarios y observaciones de los usuarios respecto a la idea

- La idea es innovadora, con seguimiento y diagnóstico a través de una cabina. La necesidad de espacios privados es eficiente.
- La propuesta tiene un gran potencial. La idea es innovadora y se asemeja a un lugar para liberar estrés con un receptor que brinda seguimiento. Hay que tener papel higiénico o pañuelos disponibles.
- Se considera útil como un producto complementario para casos críticos. Creación de una base de datos. Es importante evaluar costos y rentabilidad.
- La idea es buena y original, pero se plantea la preocupación de garantizar un uso adecuado y evitar abusos por parte de algunos estudiantes.
- La idea es interesante, ya que proporciona un espacio privado para recargar energías y permite hablar con alguien de apoyo o estar completamente solo para relajarse.

TALLER GENERATIVO 2

Resultados

¿Cuáles son las conclusiones, hallazgos y mejoras según los resultados de los talleres? Este proceso es similar al de interpretar del análisis de información.

Sobre los usuarios:

- Participaron 5 estudiantes universitarios en el taller. Muestran compromiso con mantener un buen ánimo. Experimentan estrés en el entorno universitario actual. Muestran entusiasmo y compromiso con sus carreras. Están estresados debido a sus obligaciones actuales. Buscan satisfacción personal y bienestar en el futuro. Tienen ambiciones profesionales y demuestran determinación.

Respecto a las propuestas de talleres:

1. "Talleres de Conexión 360" (quedó en tercer lugar con 0 votaciones):

La idea es innovadora y prometedora. Se sugiere colaborar con organizaciones estudiantiles para enriquecer la oferta y se deben considerar horarios que no interfieran con las clases. Se señala que la universidad carece de talleres para habilidades blandas de los estudiantes.

2. "APP MoodMates" (quedó en segundo lugar con dos votaciones):

La app es útil para buscar ayuda de manera anónima. Se valora el acceso al botón del pánico y que los profesores estén mejor informados sobre el tema.
Se plantea la preocupación sobre el seguimiento si un paciente desea cambiar de psicólogo. Se sugiere que la alta demanda de profesionales podría colapsar el sistema tradicional de salud mental.

3. "Cabina emocional Kpsula" (quedó en primer lugar con tres votaciones):

La idea es innovadora, con seguimiento y diagnóstico a través de una cabina. Se destaca la necesidad de espacios privados. También pañuelos disponibles. Se considera útil como un producto complementario para casos críticos. Se ve un gran potencial y se menciona la creación de una base de datos. Se plantea la preocupación de garantizar un uso adecuado y evitar abusos por parte de algunos estudiantes.

Nota: Es importante destacar que la propuesta ganadora fue muy bien aceptada y destacó por la creatividad e innovación. Pero también se mencionan problemas potenciales que debemos superar como: mantenimiento, seguridad, acceso, entre otras.

TALLER GENERATIVO 2

DETALLES DETRÁS DEL TALLER

Dirigido por: Ana Bezada, Pamela Pacora y José Saul Zevallos

Fecha de taller: 05 de noviembre de 2023

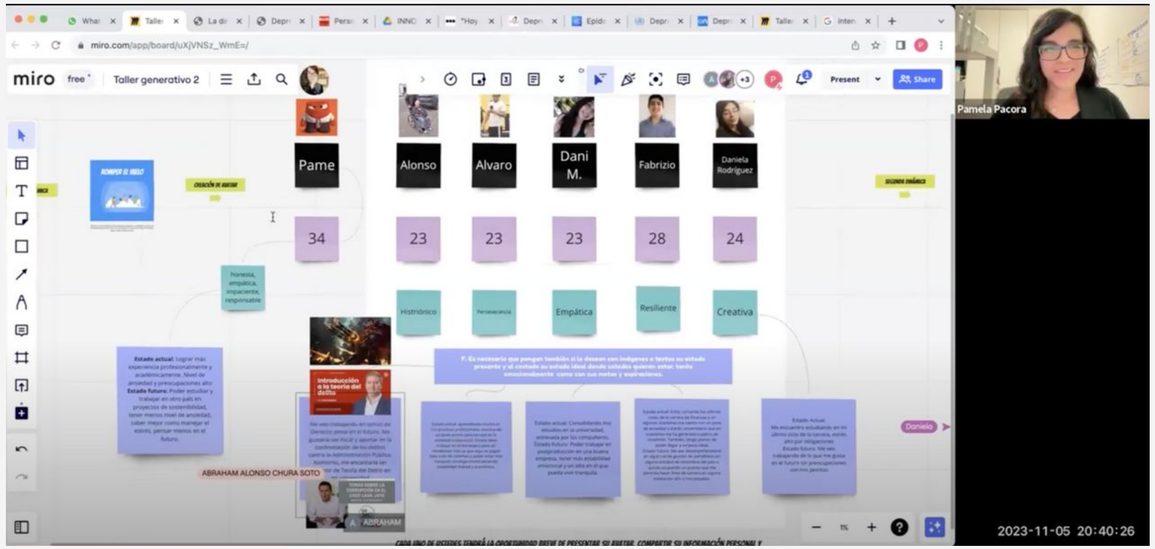
Duración: 2 horas

Cantidad de participantes: 05

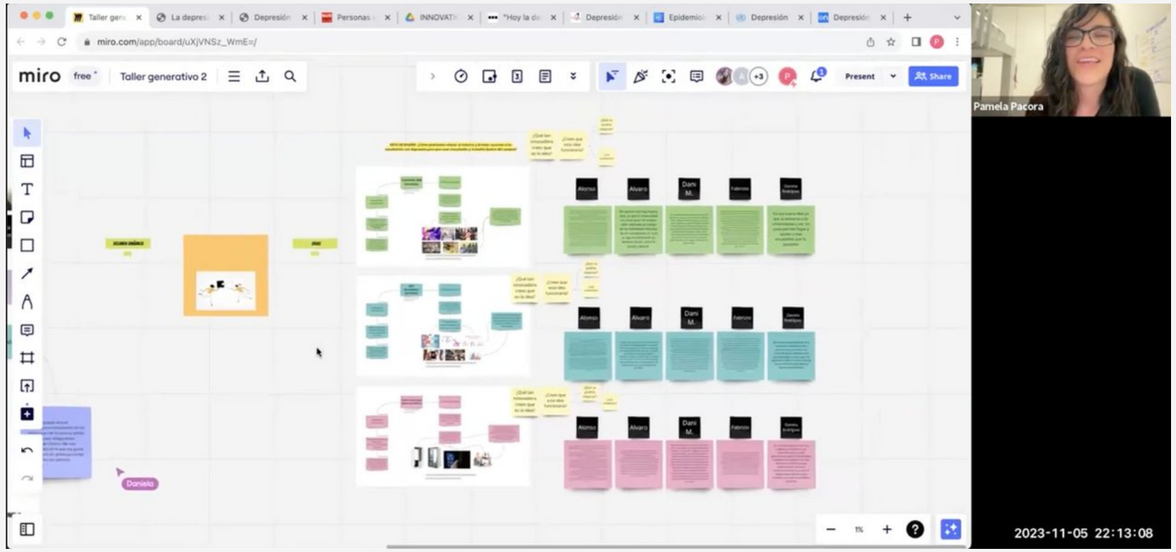
Descripción: Este taller se realizó de manera virtual con el propósito de idear soluciones con el actor central del proyecto, estudiantes universitarios en un rango de edad de 18 a 24 años. Se desarrollaron 02 actividades en el taller, el primero denominado “Romper el hielo” en donde los estudiantes dieron información personal además de describir su estado presente y su estado ideal (donde ellos quieren estar), tanto emocionalmente como con las metas y aspiraciones. En la segunda actividad se les presentó a los participantes 03 ideas de solución para el reto de diseño y se les dio 04 preguntas para responder: ¿Qué tan innovadora crees que es esta idea?, ¿Crees que esta idea funcionaría?, ¿Qué se podría mejorar? y ¿Qué cambiarías?. En esta actividad obtuvimos comentarios positivos y negativos de las 03 propuestas dando como resultado que las ideas más aceptadas por el grupo fueron, en primer lugar, la cabina emocional “Kpsula” y en segundo lugar la aplicación Moodmates.

Enlace de grabación completa: https://drive.google.com/file/d/1ICCJK6SkbtmHrMW_12ucYe3sogNarz1o/view?usp=drive_link

Enlace del miro en donde se desarrolló la actividad: https://miro.com/app/board/uXjVNSz_WmE=/?share_link_id=630998060111



Actividad 1



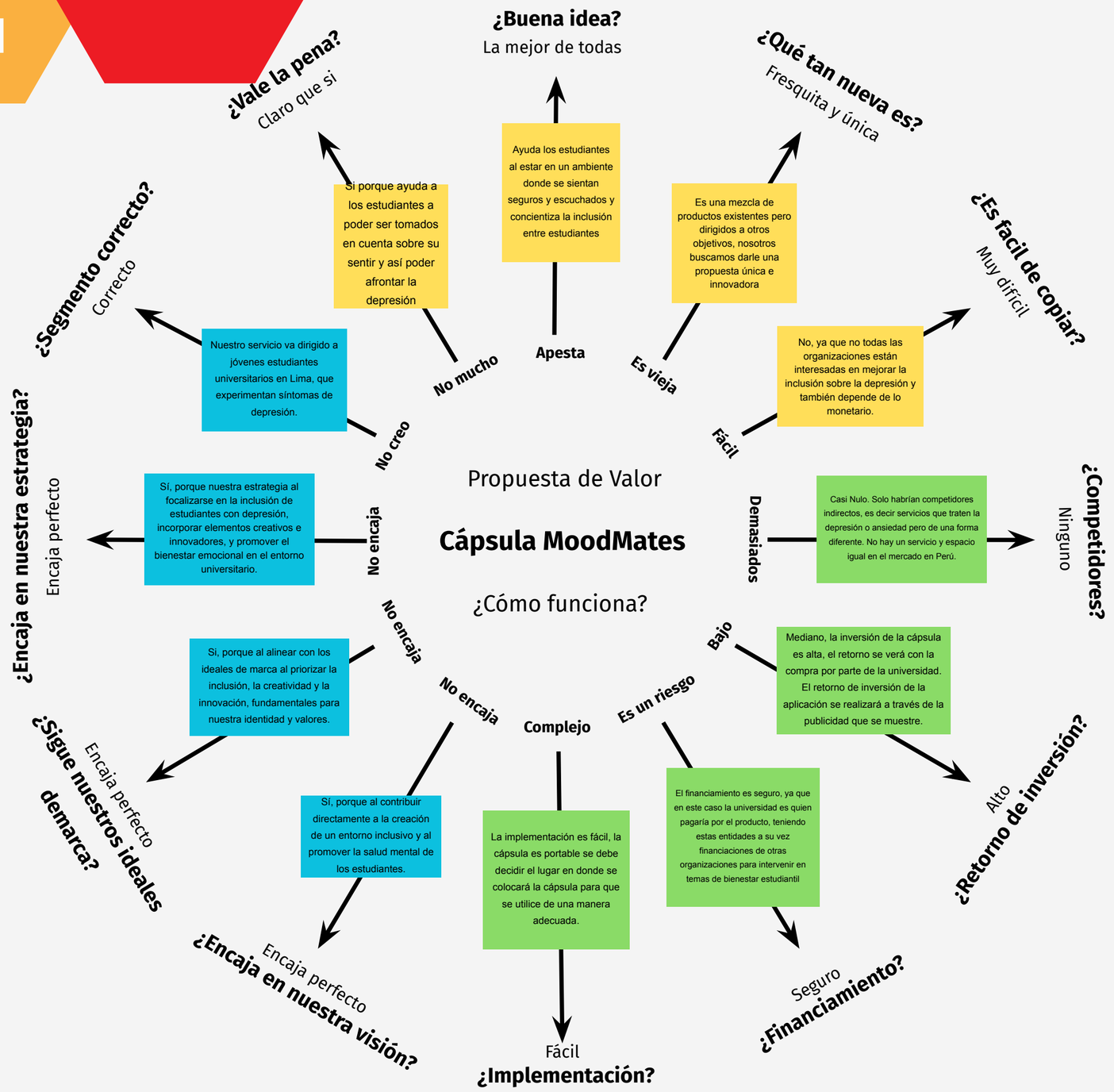
Actividad 2

ETAPA: IDEAR

SEMANA 11

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

AUTOEVALUACIÓN



Propuesta de Valor

Esta cápsula recolectará la data de los usuarios que la utilicen, permitiendo a la universidad de construir una base de datos con posibles estudiantes que tengan síntomas de depresión o ansiedad.

Este espacio es completamente controlable por el usuario, lo que brinda una sensación de control y seguridad a quien lo utiliza.

A través de la cabina se crea una comunidad de ayuda dentro del campus en donde participan alumnos, docentes y administrativos. Esto permite escalar hacia otro tipo de actividades fuera de la cabina y app.

A los voluntarios les permite comprender acerca de la depresión y crear conciencia.

LIENZO DE MODELO DE NEGOCIO

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

RETO DE DISEÑO: ¿Cómo podríamos educar a la comunidad universitaria y brindar recursos a los estudiantes con depresión para que sean escuchados y tratados dentro del campus?

0. Reto de Diseño: ¿Cuál es el reto que tu modelo de negocio debe resolver? ¿Para qué sirve tu proyecto?

8. Socios Estratégicos

Universidad:

- Rectorado
- Vicerrectorado de Investigación
- Dirección de administración
- Área de bienestar Universitario
- Área de responsabilidad social
- Representantes estudiantiles
- Dirección de comunicación institucional
- Dirección de informática
- Facultades: arquitectura, ciencias económicas, psicología e ingeniería.

7. Actividades Clave

Digital:

- Registro e identificador de ID - BD
- Autotests
- Botón de Pánico
- Red de voluntariado y comunidad
- Vídeo contenido
- Talleres de ayuda y conocimiento

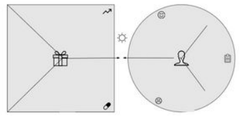
Físico:

- Espacio de relajación y alivio (Cápsula Acústica)

6. Recursos claves

- Servidor, hosting y dominio. Softwares. Equipos: Computadoras, iPads, Mobiles, equipo de sonido. Diseñador gráfico y multimedia. Programadores. Creación de Contenido Audiovisual. Sitio web. App MoodMaid. Materiales y personal para la creación de la cápsula acústica

2. Propuesta de valor - Impacto Social



Propuesta de Valor Social:
Mejorar la salud mental de los estudiantes universitarios a través de un App. Nuestra aplicación busca informar, incluir, educar y construir una comunidad y voluntariado en la que los usuarios puedan conectarse, compartir experiencias y apoyarse.

Propósito:
Es proporcionar un refugio digital y físico donde los estudiantes encuentren apoyo emocional y herramientas prácticas para gestionar su bienestar mental fomentando la inclusión, empatía y la colaboración a través de herramientas innovadoras y atractivas.

4. Relación con los clientes

- Modelo de negocio orientado al bienestar estudiantil
- Relación empática, atractiva, innovadora y personalizada
- Enfoque inclusivo, educativo e informativo
- Seguridad y confort (mediante el espacio)
- Participación activa de voluntarios a través de una comunidad

3. Canales

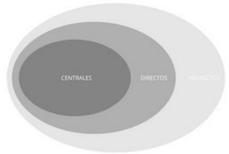
Medios digitales:

- Buscadores - sitios webs, app - marketplaces, redes sociales, influencies

Medios tradicionales:

- Revistas, diarios, televisión, eventos,

1. Segmento de clientes



Estudiantes universitarios en rango de edad de 18 a 24 años que presenten síntomas de ansiedad, estrés y depresión en universidades de Lima Metropolitana.

- Utilizan herramientas tecnológicas
- Son activos en redes sociales
- Se mantienen informados por medios digitales
- Son dependientes económicamente de sus padres o apoderados

3. Presupuesto

- Gastos administrativos. Labor. Plataformas digitales. Construcción y mantenimiento de la cabina. acústica. Promoción, publicidad y marketing - BTL. Creación de contenido audiovisual. Soporte técnico y atención al usuario

3. Fuentes de ingreso

- Subvenciones de la universidades a través de su área de proyectos e investigación. Patrocinios. Donaciones. Crowdsourcing

ETAPA: IDEAR

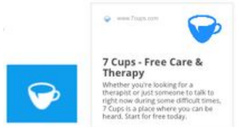
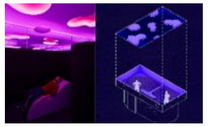
SEMANA 12



CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

IDENTIFICAR DE LA COMPETENCIA

Identifica productos o servicios que respondan a la misma necesidad que tu producto o servicio está resolviendo. Puede ser dentro o fuera del país.

	Competencia 1	Competencia 2	Competencia 3	Competencia 4	Competencia 5
Producto / Servicio	Servicio 	Servicio 	Producto 	Servicio 	Servicio 
Breve descripción	¿Es una plataforma de terapia en línea que conecta a los usuarios con terapeutas con licencia a través de mensajes, chat de video y llamadas telefónicas.	Es una aplicación que proporciona apoyo emocional a través de conversaciones con "oyentes" capacitados, así como opciones para conectarse con terapeutas con licencia.	La cabina está diseñada con materiales y equipos adecuados con el objetivo de crear un clima que facilite la realización de ejercicios de respiraciones, imprescindibles para la meditación.	La cabina de meditación que ayuda a mejorar el ambiente de trabajo: Creada por Jonathan Marcoschamer. Porque poner un pie en la cabina en forma de semilla es introducirse en un microcosmos donde todos los estímulos sensoriales están pensados para conectar con uno mismo. Desde la estructura envolvente al uso de la cromoterapia, los aceites esenciales, el sonido o el audio para una meditación guiada.	Immersive Spaces Series: intención de ofrecer a los empleados un lugar para reconocer y restaurar su salud mental en medio del caos cotidiano. Espacios que combinan tecnología, luz y sonido para crear atmósferas inmersivas y de relajación. Cada habitación ha sido diseñada para que un solo usuario la ocupe y pueda acceder de modo envolvente a las secuencias de luz y sonido; y así lograr despejar su espectro háptico –conjunto de sensaciones no visuales y no auditivas que experimenta un individuo– y psíquico. Enlace
¿En qué se parece a mi solución?	Al igual que nuestro servicio, Betterhelp busca la mejoría de personas mediante conversatorios donde ellos puedan soltar esos problemas que los atormenta	Al igual que nuestro servicio, Betterhelp proporciona a personas capacitadas para poder conversar con las personas con depresión, ansiedad, estres, etc.	La cabina posee un tipo de equipamiento similar al que se propone en nuestra solución, además que es un espacio que puede ser controlado por el usuario con un objetivo que permita estar en calma.	Es un espacio unipersonal acústico controlable por el usuario que permite estar en un estado de calma. Compuesto además por equipamiento similar y una pantalla táctil.	Espacio físico que permite al usuario tratar su salud mental. Utiliza sonidos para crear atmósferas de relajación.
¿En qué se diferencia de mi solución?	Ellos trabajan más con especialistas, en nuestro caso es una red de voluntariados principalmente y no cuentan con una cápsula como nuestra solución.	Es la aplicación más acertada a nuestra solución ya que busca el mismo objetivo, sin embargo, no cuentan con la cápsula al igual que la otra competencia.	El objetivo de este producto no está dirigido a reducir los problemas de la depresión, además el público objetivo al cual está dirigido es diferente (trabajadores de oficinas). No permite la interacción con otras personas.	Es una solución altamente costosa (27,400 euros), está destinada únicamente para la meditación. Si bien tiene una meditación guiada no permite la interacción con personas de afuera.	Es un espacio bastante más amplio, se debe determinar un área mucho mayor para poder desarrollar este tipo de espacio además de mayor tecnología. El costo de ejecución de este tipo de espacios es mucho mayor. La solución es más sensorial. No permite la interacción con otras personas.

LIENZO DE MODELO DE NEGOCIO MSV

RETO DE DISEÑO: ¿Cómo podríamos educar a la comunidad universitaria y brindar recursos a los estudiantes con depresión para que sean escuchados y tratados dentro del campus?

0. Reto de Diseño: ¿Cuál es el reto que tu modelo de negocio debe resolver? ¿Para qué sirve tu proyecto?

8. Socios Estratégicos

Universidad:

- Rectorado
- Vicerrectorado de Investigación
- Dirección de administración
- Área de bienestar Universitario
- Área de responsabilidad social
- Representantes estudiantiles
- Dirección de comunicación institucional
- Dirección de informática
- Facultades: arquitectura, ciencias económicas, psicología e ingeniería.

7. Actividades Clave

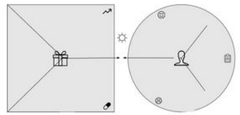
Digital:

- Registro e identificador de ID - BD
- Autotests
- Botón de Pánico
- Red de voluntariado y comunidad
- Vídeo contenido
- Talleres de ayuda y conocimiento

6. Recursos claves

- Servidor, hosting y dominio. Softwares. Equipos: Computadoras, iPads, Mobiles, equipo de sonido. Diseñador gráfico y multimedia. Programadores. Creación de Contenido Audiovisual. Sitio web. App MoodMaid. Materiales y personal para la creación de la cápsula acústica

2. Propuesta de valor - Impacto Social



Propuesta de Valor Social:
Mejorar la salud mental de los estudiantes universitarios a través de un App. Nuestra aplicación busca informar, incluir, educar y construir una comunidad y voluntariado en la que los usuarios puedan conectarse, compartir experiencias y apoyarse.
Propósito:
Es proporcionar un refugio digital y físico donde los estudiantes encuentren apoyo emocional y herramientas prácticas para gestionar su bienestar mental fomentando la inclusión, empatía y la colaboración a través de herramientas innovadoras y atractivas.

4. Relación con los clientes

- Modelo de negocio orientado al bienestar estudiantil
- Relación empática, atractiva, innovadora y personalizada
- Enfoque inclusivo, educativo e informativo
- Seguridad y confort (mediante el espacio)
- Participación activa de voluntarios a través de una comunidad

3. Canales

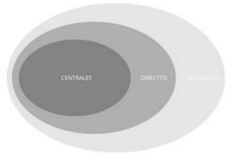
Medios digitales:

- Buscadores - sitios webs, app - marketplaces, redes sociales, influencies

Medios tradicionales:

- Revistas, diarios, televisión, eventos,

1. Segmento de clientes



Estudiantes universitarios en rango de edad de 18 a 24 años que presenten síntomas de ansiedad, estrés y depresión en universidades de Lima Metropolitana.

- Utilizan herramientas tecnológicas
- Son activos en redes sociales
- Se mantienen informados por medios digitales
- Son dependientes económicamente de sus padres o apoderados

3. Presupuesto

- Gastos administrativos. Labor. Plataformas digitales. Promoción, publicidad y marketing - BTL. Creación de contenido audiovisual. Soporte técnico y atención al usuario

3. Fuentes de ingreso

- Subvenciones de la universidades a través de su área de proyectos e investigación. Patrocinios. Donaciones. Crowdsourcing

ETAPA: IDEAR

SEMANA 13



CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

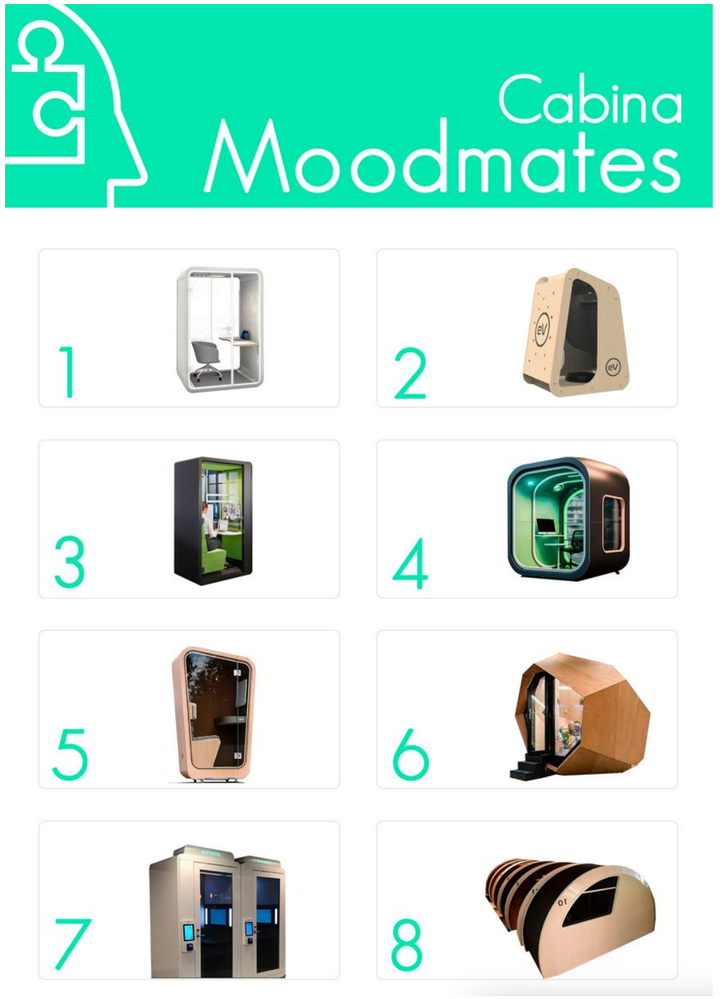
VALIDACIÓN 1: PRE-VALIDACIÓN

OBJETIVO DE VALIDACIÓN: Discernir entre los 8 diseños presentados en un catálogo. Se busca identificar cuál o cuáles cabinas se destacan como las más innovadoras y mejor adaptadas para abordar la solución al reto de diseño planteado?

Se realizó una encuesta a 61 estudiantes universitarios de 18 a 27 años con la intención de identificar cuál o cuáles cabinas se destacan como las más innovadoras y mejor adaptadas para abordar la solución al reto de diseño planteado?

Dinámica: Encuesta

1. ¿Cuál de ellas te parece más innovadora?
2. En tu opinión, ¿Cuál de las cabinas es la más cómoda?
3. ¿Qué cabinas consideras que son las más atractivas y preferirías utilizar? Puedes seleccionar más de una.
4. ¿Te gustaría ver implementada alguna de las cabinas en la Universidad?
5. ¿Qué cabinas consideras que se adapta mejor a tus necesidades?
6. ¿Cuál de las cabinas piensas que sería más práctica y funcional para ser utilizada en la universidad con frecuencia?
7. ¿Considerarías reservar una cita para un servicio?
8. ¿A qué hora del día prefieres utilizar el servicio?
9. ¿Cuánto tiempo consideras prudencial para utilizar este servicio en una cita?
10. ¿Te interesa formar parte de un voluntariado destinado a ayudar a personas con problemas de estrés, ansiedad y depresión?
11. Si tuvieras que resumir este servicio en una palabra, ¿Cuál sería?
12. Facultad
13. Edad
14. Género



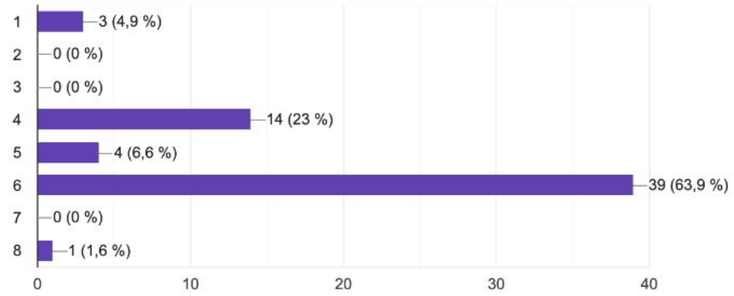
VALIDACIÓN 1: PRE-VALIDACIÓN

OBJETIVO DE VALIDACIÓN: Discernir entre los 8 diseños presentados en un catálogo. Se busca identificar cuál o cuáles cabinas se destacan como las más innovadoras y mejor adaptadas para abordar la solución al reto de diseño planteado?

Resultados de la encuesta a 61 estudiantes universitarios de 18 a 27 años.

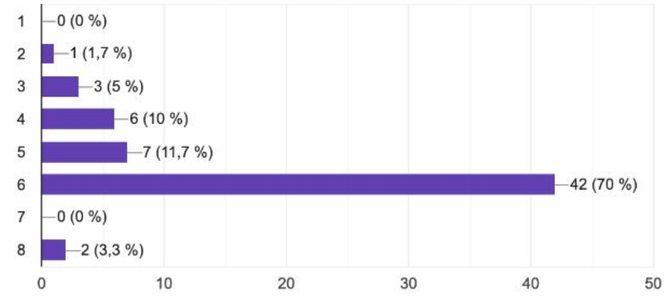
1. ¿Cuál de ellas te parece más innovadora?

61 respuestas



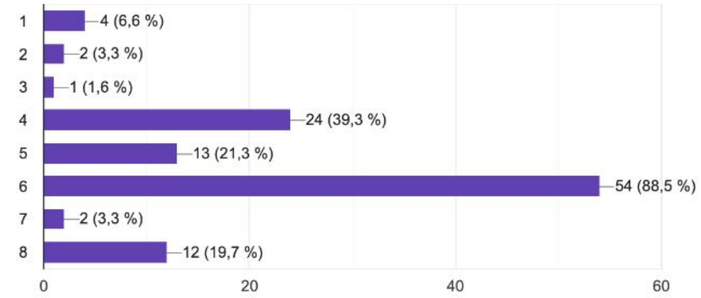
2. En tu opinión, ¿Cuál de las cabinas es la más cómoda?

60 respuestas



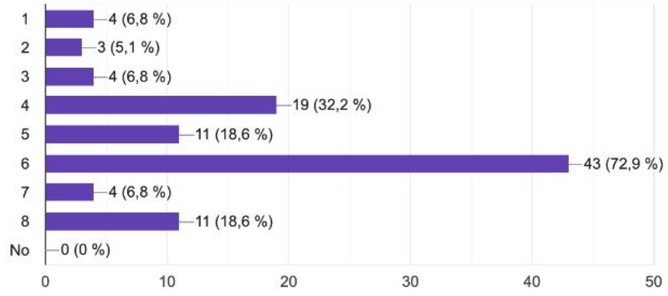
3. ¿Qué cabinas consideras que son las más atractivas y preferirías utilizar? Puedes seleccionar más de una

61 respuestas



4. ¿Te gustaría ver implementada alguna de las cabinas en la Universidad?

59 respuestas



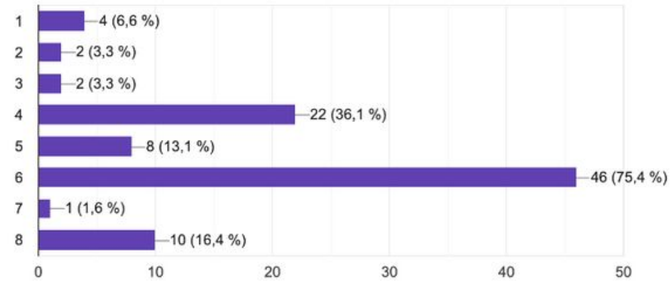
VALIDACIÓN 1: PRE-VALIDACIÓN

OBJETIVO DE VALIDACIÓN: Discernir entre los 8 diseños presentados en un catálogo. Se busca identificar cuál o cuáles cabinas se destacan como las más innovadoras y mejor adaptadas para abordar la solución al reto de diseño planteado?

Resultados de la encuesta a 61 estudiantes universitarios de 18 a 27 años.

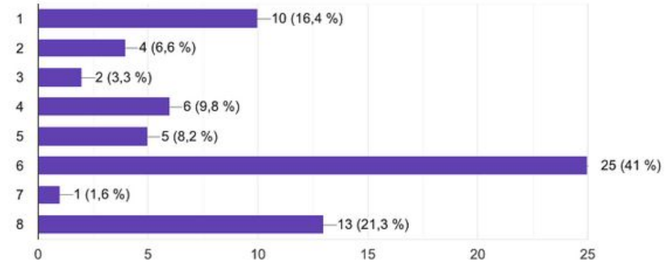
5. ¿Qué cabinas consideras que se adapta mejor a tus necesidades?

61 respuestas



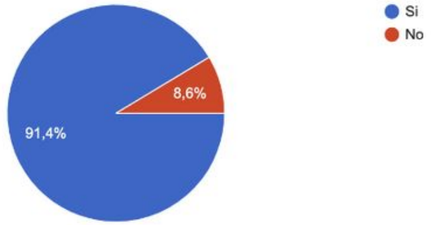
6. ¿Cuál de las cabinas piensas que sería más práctica y funcional para ser utilizada en la universidad con frecuencia?

61 respuestas



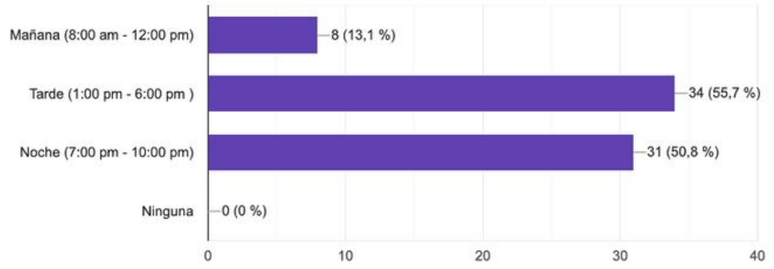
7. ¿Considerarías reservar una cita para un servicio?

58 respuestas



8. ¿A qué hora del día prefieres utilizar el servicio?

61 respuestas



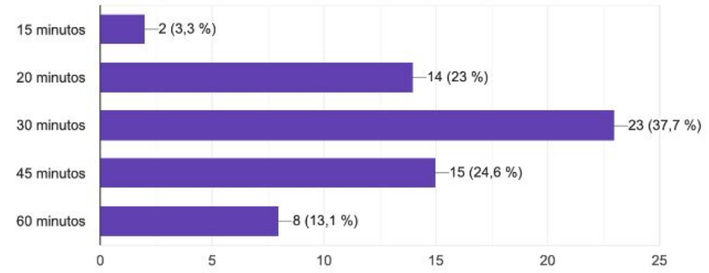
VALIDACIÓN 1: PRE-VALIDACIÓN

OBJETIVO DE VALIDACIÓN: Discernir entre los 8 diseños presentados en un catálogo. Se busca identificar cuál o cuáles cabinas se destacan como las más innovadoras y mejor adaptadas para abordar la solución al reto de diseño planteado?

Resultados de la encuesta a 61 estudiantes universitarios de 18 a 27 años.

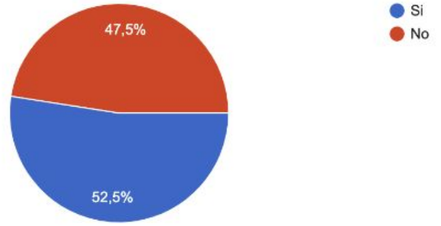
9. ¿Cuánto tiempo consideras prudencial para utilizar este servicio en una cita?

61 respuestas



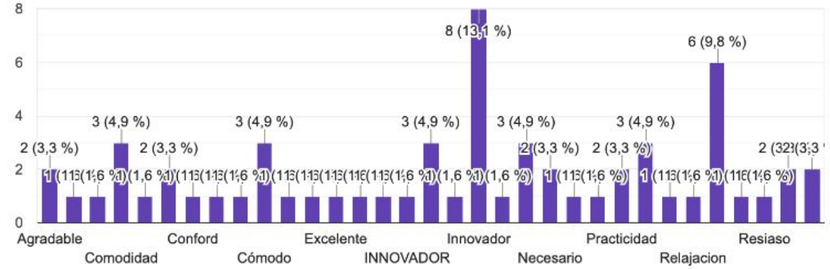
10. ¿Te interesa formar parte de un voluntariado destinado a ayudar a personas con problemas de estrés, ansiedad y depresión?

61 respuestas



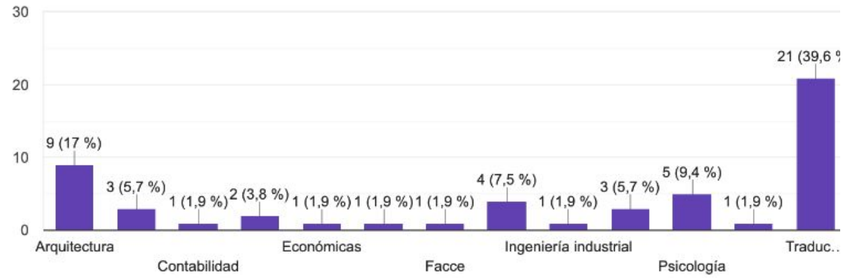
11. Si tuvieras que resumir este servicio en una palabra, ¿Cuál sería?

61 respuestas



12. Facultad

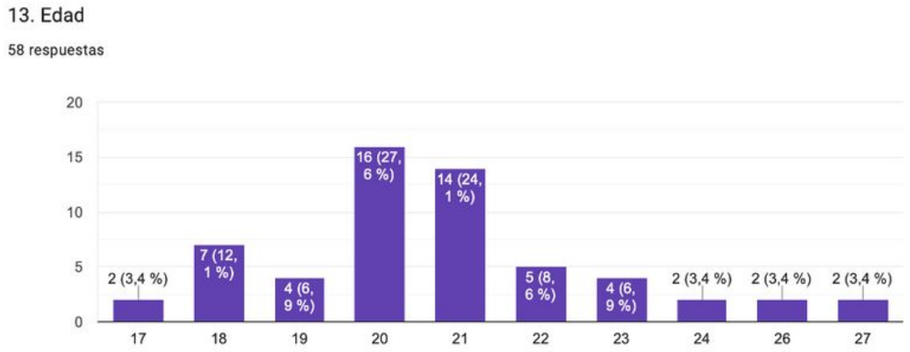
53 respuestas

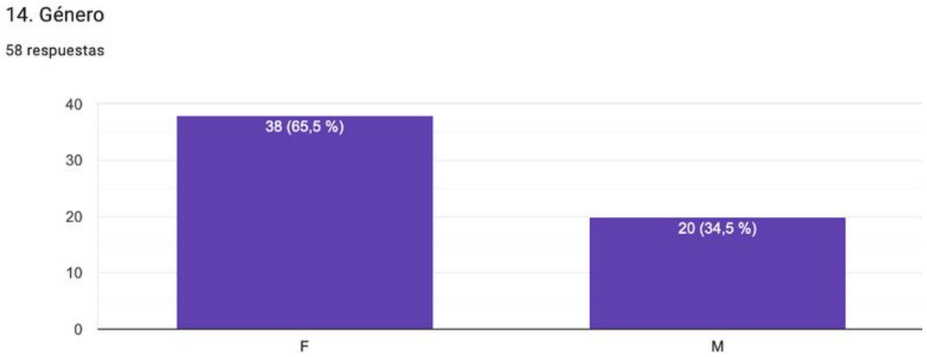


VALIDACIÓN 1: PRE-VALIDACIÓN

OBJETIVO DE VALIDACIÓN: Discernir entre los 8 diseños presentados en un catálogo. Se busca identificar cuál o cuáles cabinas se destacan como las más innovadoras y mejor adaptadas para abordar la solución al reto de diseño planteado?

Resultados de la encuesta a 61 estudiantes universitarios de 18 a 27 años.







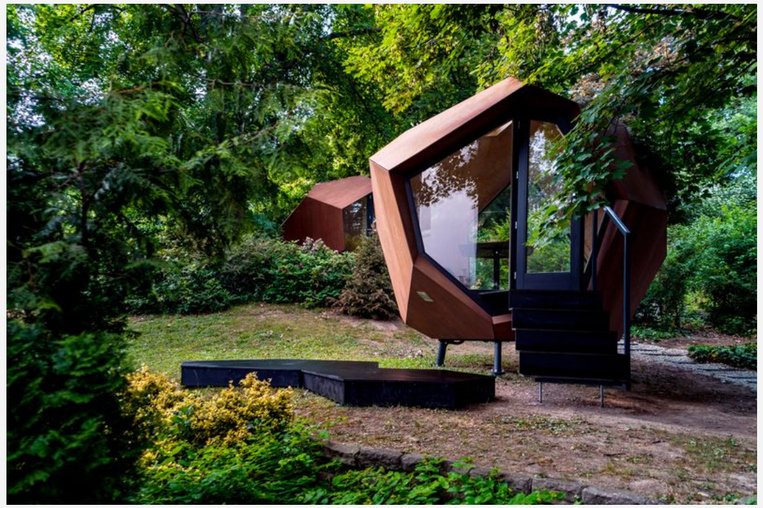




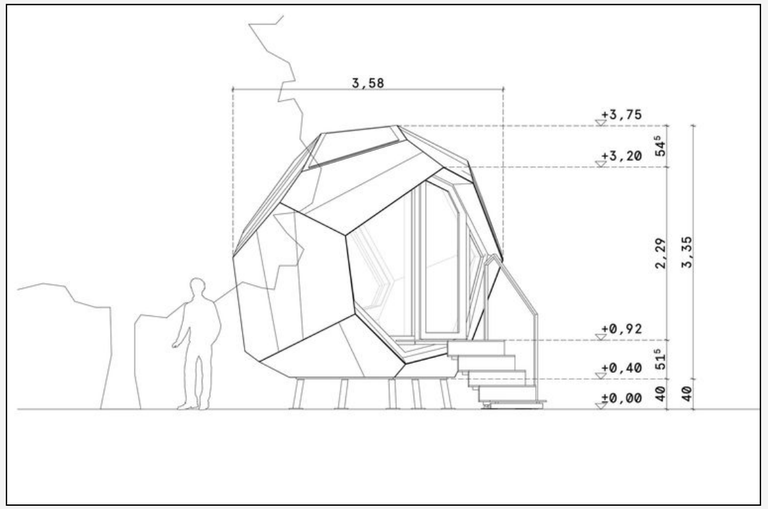
VALIDACIÓN 1: PRE-VALIDACIÓN

De acuerdo a la validación de la cabina acústica, los estudiantes se inclinaron por el diseño N°6, el cual es una referencia de una cabina diseñada por el estudio de arquitectura “Hello Wood”. Hemos tomado como referencia la forma y diseño de esta cabina para crear la cápsula MoodMates.







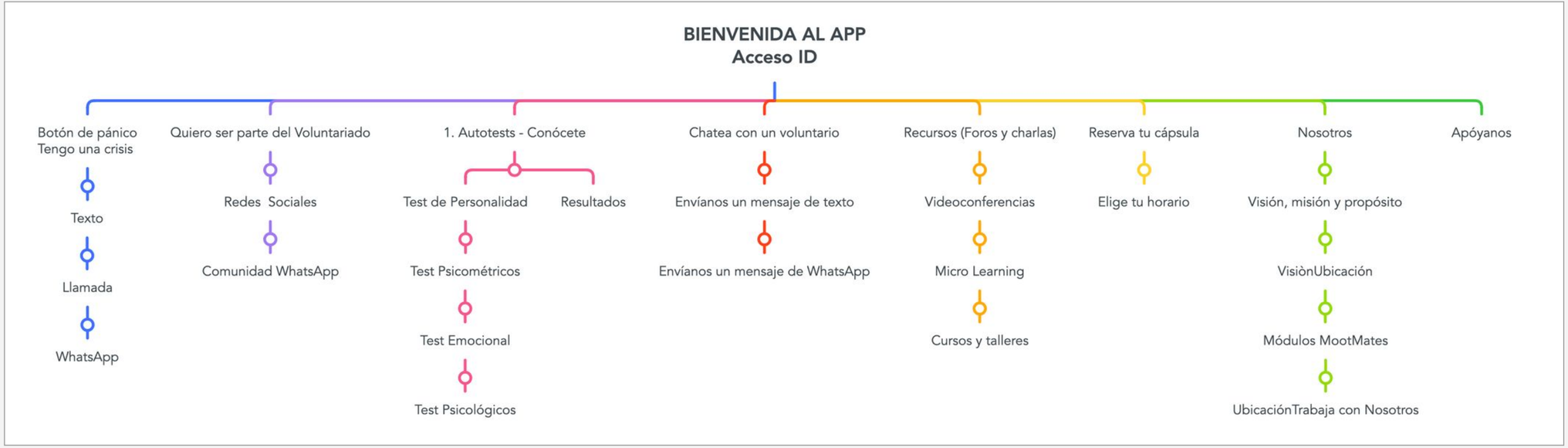


PROTOTIPO: VALIDACIÓN DEL APP

OBJETIVO DE VALIDACIÓN: Proponer un diseño y entorno web para una aplicación a partir de nuestra investigación

MOODMATES
Tu ayuda emocional

En base a nuestra investigación, hemos elaborado un prototipo gráfico que posibilita la visualización de la interfaz de usuario.
En el ámbito del Diseño de la Interfaz de Usuario (UI), se han creado diversos elementos visuales, diseños de pantalla e iconos. Además, se propuso un imagotipo e isotipo, cuidadosamente seleccionando la paleta de colores y tipografía, con la consideración principal centrada en la experiencia del usuario y la transmisión efectiva del concepto del proyecto.
En cuanto al Diseño de Experiencia de Usuario (UX), se ha trabajado en el desarrollo de flujos de usuario intuitivos con el objetivo de garantizar una navegación clara y coherente para el usuario final.

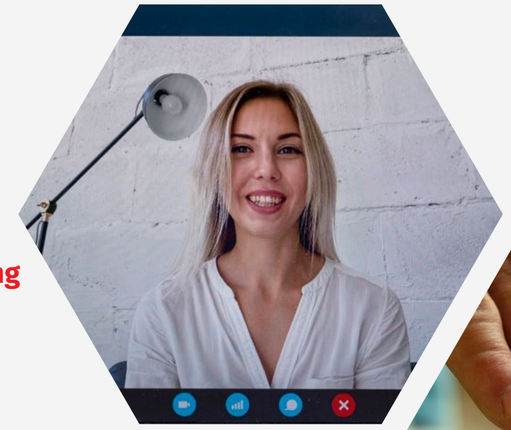


PROTOTIPO: VALIDACIÓN DEL APP

OBJETIVO DE VALIDACIÓN: Proponer un diseño y entorno web para una aplicación a partir de nuestra investigación



- Microlearning





- Voluntariado
- Comunidad



- Autotest





- Reserva de Cabina

PROTOTIPO: VALIDACIÓN DEL APP

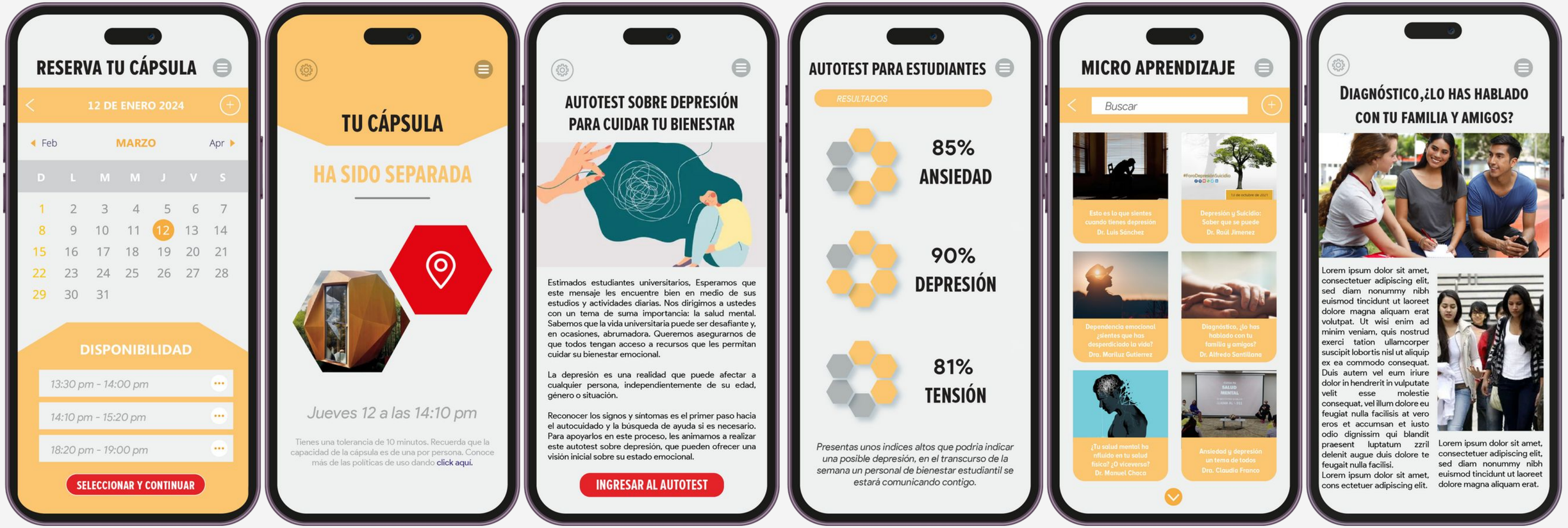
OBJETIVO DE VALIDACIÓN: Proponer un diseño y entorno web para una aplicación a partir de nuestra investigación



Enlace para ver el mockup interativo: https://marvelapp.com/prototype/767a8g0/screen/93712213

PROTOTIPO: VALIDACIÓN DEL APP

OBJETIVO DE VALIDACIÓN: Proponer un diseño y entorno web para una aplicación a partir de nuestra investigación



Enlace para ver el mockup interativo: https://marvelapp.com/prototype/767a8g0/screen/93712213

PROTOTIPO: VALIDACIÓN DEL CÁPSULA

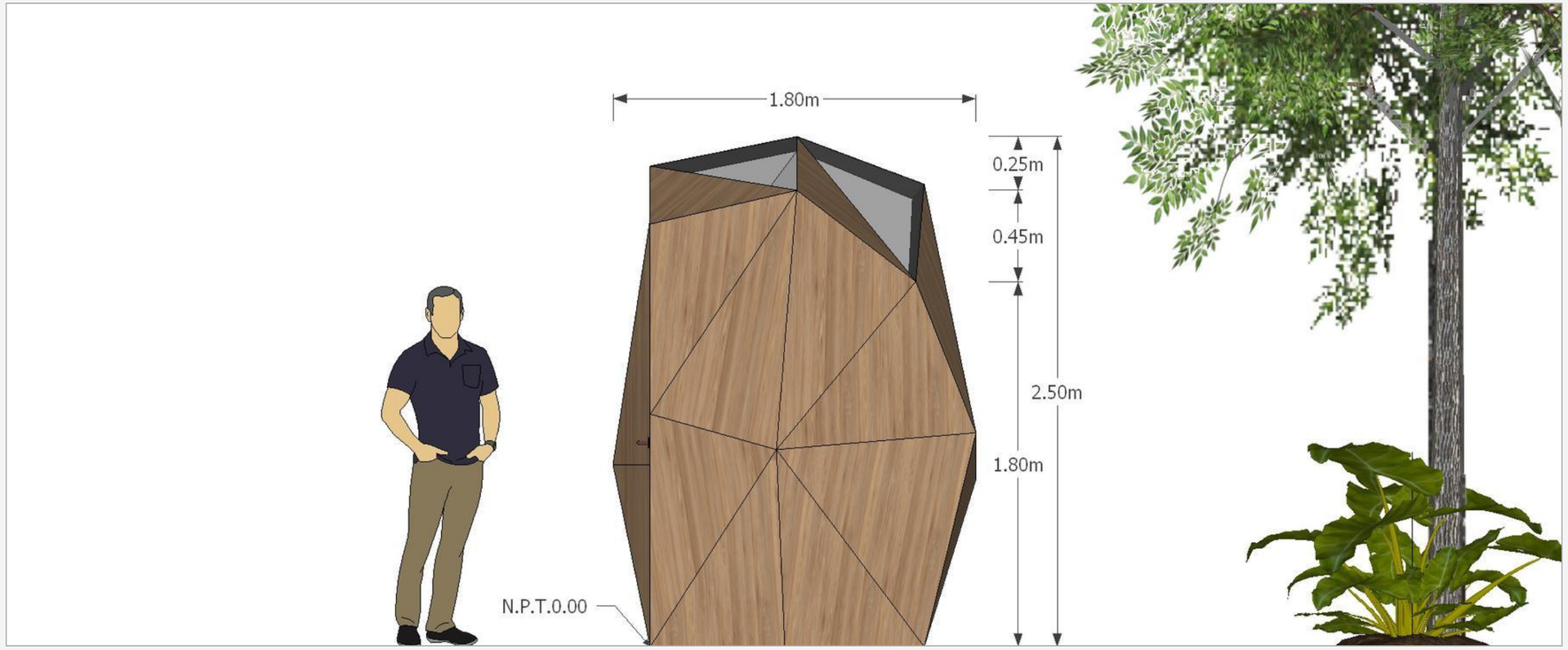
OBJETIVO DE VALIDACIÓN: Proponer un diseño y entorno web para una aplicación a partir de nuestra investigación





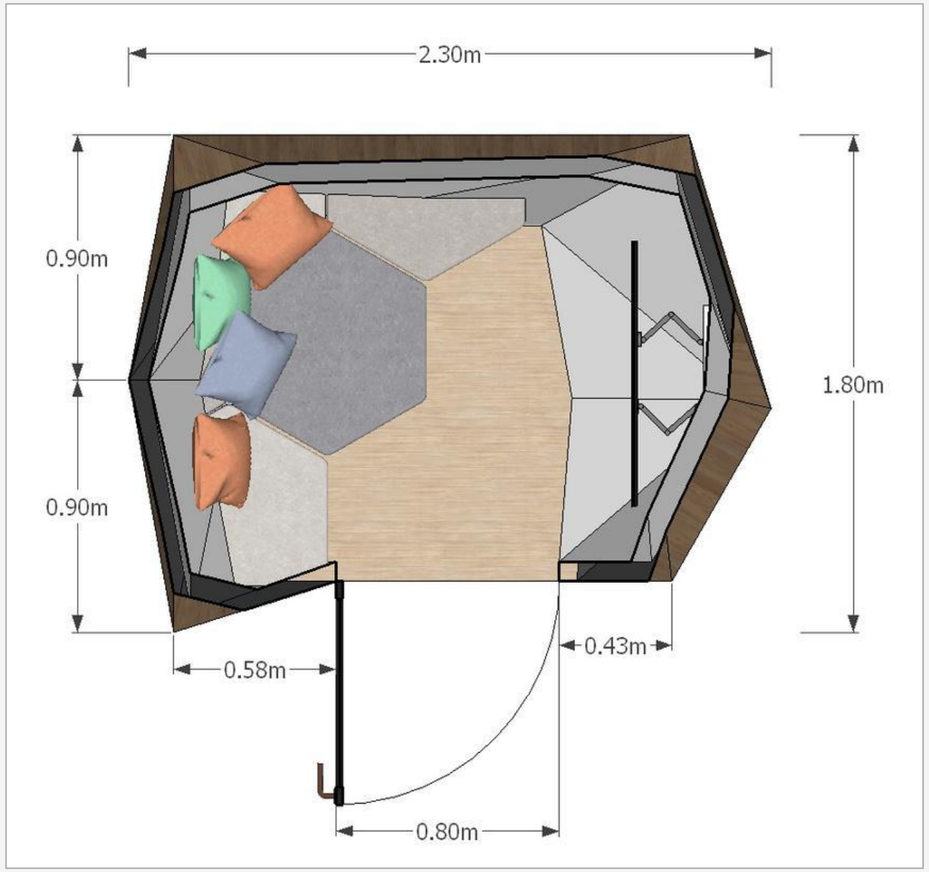
PROTOTIPO: VALIDACIÓN DEL CÁPSULA

OBJETIVO DE VALIDACIÓN: Proponer un diseño y entorno web para una aplicación a partir de nuestra investigación



PROTOTIPO: VALIDACIÓN DEL CÁPSULA

OBJETIVO DE VALIDACIÓN: Proponer un diseño y entorno web para una aplicación a partir de nuestra investigación





LIENZO DE PRESUPUESTO

Antes de adentrarnos en nuestro lienzo de presupuesto, es crucial resaltar que el servicio concebido es un **proyecto de negocio social,** diseñado para que sea desarrollado estrechamente con el **área de investigación, ciencia y tecnología de una Universidad licenciada y acreditada por la SUNEDU en el Perú.**

Esta conclusión se basa en la reconocida experiencia que las universidades poseen como actores activos en el ámbito de la investigación, ciencia y desarrollo. El respaldo de entidades gubernamentales, como el **Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica - Concytec** o el **Ministerio de la Producción - PRODUCE**, que promueve programas clave como **Startup Perú** y **ProInnóvate**, refuerza la importancia de impulsar la competitividad del país mediante la generación de conocimientos científicos y tecnológicos, la estimulación de la innovación empresarial, el fortalecimiento de las capacidades de investigación tecnológica y la optimización del sistema nacional de innovación.

En este contexto, el Ministerio canaliza financiamiento hacia proyectos específicos, como innovación tecnológica en empresas, investigación y desarrollo tecnológico en universidades y centros de investigación. Con el BID y el Tesoro Público como principales fuentes de financiamiento, este programa se denomina Fondo para la Innovación, la Ciencia y la Tecnología (FINCyT).

Nuestra propuesta de lienzo de presupuesto, presenta tres escenarios, por lo cual hemos creado tres diferentes lienzos de presupuesto que explicaremos a detalle:

1er escenario	Proyecto de modelo de negocio social financiado completamente por una universidad Duración: 9 meses
2do escenario	Proyecto de modelo de negocio social financiado completamente por una universidad (Servicio mínimo viable) Duración: 6 meses
3er escenario	Proyecto de modelo de negocio social financiado por recursos propios (Servicio mínimo viable) Duración: 3 meses

LIENZO DE PRESUPUESTO

CONDIMENTO AGENCIA CREATIVA

1ER ESCENARIO:

PROYECTO DE MODELO DE NEGOCIO SOCIAL FINANCIADO COMPLETAMENTE POR UNA UNIVERSIDAD

DURACIÓN: 9 MESES

En este escenario el **proyecto es presentado al área de rectorado de una universidad la cual deriva el proyecto al Vice rectorado académico y al àrea de investigación, ciencia y tecnología para su análisis.**

Aprobado el proyecto, la universidad proporciona el financiamiento solicitado para la puesta en marcha del proyecto.

Nota: En este lienzo de presupuesto, **se contemplan cuatro lanzamientos de prototipos de la aplicación App (uno cada dos meses) y el lanzamiento de dos prototipos (v.1 - v.2) de la cápsula acústica completa.**

Índice inflacionario 2023	7,89%
Percepción impositiva	Las Universidades están inafectas al pago de impuestos
Capital de inversión	S/405,000.00

	2024								
	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Setiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
FINANCIAMIENTO CON LA UNIVERSIDAD	S/45,000.00	S/45,000.00	S/45,000.00	S/45,000.00	S/45,000.00	S/45,000.00	S/45,000.00	S/45,000.00	S/45,000.00
COSTOS FIJOS									
Salario equipo de investigación	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00
Salario de empleados	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00
Publicidad		S/ 1,000.00	S/ 3,000.00	S/ 10,000.00	S/ 1,000.00	S/ 1,000.00	S/ 1,000.00	S/ 4,000.00	S/ 1,000.00
Licencias y permisos	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00
Máquinas de cómputo y equipamiento	S/ 8,000.00								
Mobiliario	S/ 5,000.00								
Viajes y viáticos					S/ 5,000.00			S/ 3,000.00	
Otros	S/ 500.00		S/ 500.00		S/ 500.00		S/ 500.00		S/ 500.00
TOTAL COSTOS FIJOS	S/40,000.00	S/ 27,500.00	S/ 29,500.00	S/ 36,500.00	S/ 33,000.00	S/ 27,500.00	S/ 28,000.00	S/ 33,500.00	S/ 28,000.00
COSTOS OPERATIVOS									
Costos directos de producción de Cabina acústica		S/ 20,000.00	S/ 15,000.00	S/ 10,000.00			S/ 20,000.00	S/ 15,000.00	
Costos directos de producción del App		S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00			S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	
Costos directos de producción del Sitio Web		S/ 250.00	S/ 250.00	S/ 250.00	S/ 250.00	S/ 250.00	S/ 250.00	S/ 250.00	
Contenido Audivisual			S/ 3,000.00	S/ 3,000.00			S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	
Otros	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00
TOTAL COSTOS OPERATIVOS	S/ 500.00	S/ 23,750.00	S/ 21,750.00	S/ 16,750.00	S/ 750.00	S/ 750.00	S/ 26,750.00	S/ 21,750.00	S/ 500.00
INGRESOS									
Donaciones				S/ 10,000.00	S/ 10,000.00	S/ 10,000.00	S/ 10,000.00	S/ 10,000.00	S/ 10,000.00
Fondos Públicos								S/ 200,000.00	
Crowdsourcing		S/ 1,000.00	S/ 1,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00
Fondos Privados Nacionales				S/ 5,000.00	S/ 5,000.00	S/ 5,000.00	S/ 5,000.00	S/ 5,000.00	S/ 5,000.00
Fondos Privados Interacionales					S/ 15,000.00	S/ 15,000.00		S/ 15,000.00	
TOTAL DE INGRESOS	S/ -	S/ 1,000.00	S/ 1,000.00	S/ 18,000.00	S/ 33,000.00	S/ 33,000.00	S/ 18,000.00	S/ 233,000.00	S/ 18,000.00

Total de Costos Fijos	S/283,500.00
Total de Costos Operativos	S/113,250.00
Costo Mensual Promedio	S/44,083.33
Número de Meses	9
Total de Costos	S/396,750.00
Ingresos	S/355,000.00
Financiamiento Total	S/405,000.00
Diferencia	S/50,000.00

LIENZO DE PRESUPUESTO

2DO ESCENARIO:

PROYECTO DE MODELO DE NEGOCIO SOCIAL FINANCIADO COMPLETAMENTE POR UNA UNIVERSIDAD

DURACIÓN: 6 MESES
SERVICIO MÍNIMO VIABLE

En este escenario el **proyecto es presentado al área de rectorado de una universidad la cual deriva el proyecto al Vice rectorado académico y al àrea de investigación, ciencia y tecnología para su análisis.**

Aprobado el proyecto, la universidad proporciona el financiamiento solicitado para la puesta en marcha del proyecto.

Nota: En este lienzo de presupuesto, **se contemplan dos lanzamientos de prototipos de la aplicación (uno cada tres meses) y el lanzamiento de un prototipo (v.1) de la cápsula acústica completa.**

Índice inflacionario 2023	7,89%	
Percepción impositiva		Las Universidades están inafectas al pago de impuestos
Capital de inversión	S/270,000.00	

	2024					
	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Setiembre
FINANCIAMIENTO CON LA UNIVERSIDAD	S/45,000.00	S/45,000.00	S/45,000.00	S/45,000.00	S/45,000.00	S/45,000.00
COSTOS FIJOS						
Salario equipo de investigación	S/ 15,000.00	S/ 15,000.00	S/ 15,000.00	S/ 15,000.00	S/ 15,000.00	S/ 15,000.00
Salario de empleados	S/ 4,000.00	S/ 4,000.00	S/ 4,000.00	S/ 4,000.00	S/ 4,000.00	S/ 4,000.00
Publicidad		S/ 1,000.00	S/ 3,000.00	S/ 1,000.00	S/ 10,000.00	S/ 1,000.00
Licencias y permisos	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00
Máquinas de cómputo y equipamiento	S/ 4,000.00					
Mobiliario	S/ 2,000.00					
Viajes y viáticos					S/ 5,000.00	
Otros	S/ 500.00		S/ 500.00		S/ 500.00	
TOTAL COSTOS FIJOS	S/26,000.00	S/ 20,500.00	S/ 23,000.00	S/ 20,500.00	S/ 35,000.00	S/ 20,500.00
COSTOS OPERATIVOS						
Costos directos de producción de Cabina acústica		S/ 15,000.00	S/ 10,000.00	S/ 10,000.00		
Costos directos de producción del App		S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	
Costos directos de producción del Sitio Web		S/ 250.00	S/ 250.00	S/ 250.00	S/ 250.00	S/ 250.00
Contenido Audivisual			S/ 3,000.00	S/ 3,000.00		
Otros	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00
TOTAL COSTOS OPERATIVOS	S/ 500.00	S/ 18,750.00	S/ 16,750.00	S/ 16,750.00	S/ 3,750.00	S/ 750.00
INGRESOS						
Donaciones				S/ 10,000.00	S/ 30,000.00	S/ 30,000.00
Fondos Públicos			S/ 10,000.00	S/ 10,000.00	S/ 10,000.00	S/ 10,000.00
Crowdsourcing		S/ 1,000.00	S/ 1,000.00	S/ 3,000.00	S/ 5,000.00	S/ 5,000.00
Fondos Privados Nacionales				S/ 15,000.00	S/ 15,000.00	S/ 15,000.00
Fondos Privados Interacionales					S/ 15,000.00	S/ 15,000.00
TOTAL DE INGRESOS	S/ -	S/ 1,000.00	S/ 11,000.00	S/ 38,000.00	S/ 75,000.00	S/ 75,000.00

Total de Costos Fijos	S/145,500.00
Total de Costos Operativos	S/57,250.00
Costo Mensual Promedio	S/33,791.67
Número de Meses	6
Total de Costos	S/202,750.00
Ingresos	S/200,000.00
Financiamiento Total	S/270,000.00
Diferencia	S/70,000.00

LIENZO DE PRESUPUESTO

3ER ESCENARIO:

PROYECTO DE MODELO DE NEGOCIO SOCIAL FINANCIADO COMPLETAMENTE POR UNA UNIVERSIDAD

DURACIÓN: 3 MESES
SERVICIO MÍNIMO VIABLE

En este escenario el **proyecto es financiado por el equipo de investigación.**
Se crea una Organizaciones no gubernamentales de Perú - ONG como asociación.

Una vez puesta en marcha el proyecto y con los primeros prototipos se busca financiación y donaciones entidades públicas y privadas.

Nota: En este lienzo de presupuesto, **se contempla un lanzamiento de prototipo de la aplicación (V.1) y el lanzamiento de un prototipo de la cápsula acústica versión básica que servirá como herramienta de financiación.**

Índice inflacionario 2023	7,89%	
Percepción impositiva	18%	Exonerados de pago de impuestos
Capital de inversión propio	S/23,000.00	

	2024		
	Abril	Mayo	Junio
FINANCIAMIENTO CON EL BANCO	S/8,000.00	S/7,500.00	S/7,500.00
COSTOS FIJOS			
Salario equipo de investigación	S/ -	S/ -	S/ -
Salario de empleado (Programador)	S/ 2,000.00	S/ 2,000.00	S/ 2,000.00
Publicidad	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00
Licencias y permisos	S/ 200.00	S/ -	S/ -
Máquinas de cómputo y equipamiento	S/ -		
Mobiliario	S/ -		
Otros (Tramites de constitución legal)	S/ 1,000.00		S/ 500.00
TOTAL COSTOS FIJOS	S/3,700.00	S/ 2,500.00	S/ 3,000.00
COSTOS OPERATIVOS			
Costos directos de producción de Cabina acústica básica	S/ -	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00
Costos directos de producción del Sitio Web	S/ 500.00	S/ -	S/ -
Contenido Audivisual	S/ 2,000.00	S/ 1,000.00	S/ 1,000.00
Otros	S/ 500.00	S/ -	S/ 500.00
TOTAL COSTOS OPERATIVOS	S/ 3,000.00	S/ 4,000.00	S/ 4,500.00
INGRESOS			
Donaciones	S/ 1,500.00	S/ 1,500.00	S/ 1,500.00
Fondos Públicos			
Crowdsourcing		S/ 1,000.00	S/ 1,000.00
Fondos Privados Nacionales			
Fondos Privados Interacionales			
TOTAL DE INGRESOS	S/ 1,500.00	S/ 2,500.00	S/ 2,500.00

Total de Costos Fijos	S/9,200.00
Total de Costos Operativos	S/11,500.00
Costo Mensual Promedio	S/6,900.00
Número de Meses	3
Total de Costos	S/20,700.00
Ingresos	S/6,500.00
Financiamiento Total	S/23,000.00
Diferencia	S/16,500.00

ETAPA: IDEAR

SEMANA 14

CONDIMENTO
AGENCIA CREATIVA

VALIDACIÓN 2 - ESTUDIANTES

VALIDACIÓN 2
Dirigido a estudiantes universitarios entre 18 y 24 años.
Objetivo: Recibir feedback de servicio previo al lanzamiento del servicio en la universidad. Para esta validación se presentó un mockup interactivo y un prototipo en 3 dimensiones de la cápsula acústica.

Focus group para validación de servicio:
Aprovechamos que los integrantes de nuestro equipo trabajan en las universidades para hacer focus group del "lanzamiento" del producto, pidiendo los feedback de los alumnos para realizar las mejoras requeridas del servicio antes de implementarlo en la universidad.

Los focus group se pueden hacer 1 a 1 o en grupos de máximo 5 personas, dura aproximadamente de 45 minutos a 1 hora y consta de las siguientes fases:

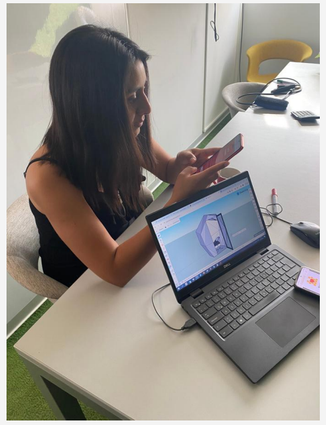
- **Introducción:** En esta parte, la persona que esté liderando el focus group les explica brevemente a los integrantes acerca del objetivo de desarrollo sostenible en el cual está basado este proyecto y se les explica además de la discapacidad psicosocial y su relación con la depresión y la ansiedad. Se les cuenta brevemente acerca de algunos hallazgos en la investigación y la importancia de la inclusión de los estudiantes con discapacidad psicosocial dentro del campus universitario.
- **Reto de innovación:** Se les explica a los integrantes lo que queremos lograr con este servicio y además las necesidades del usuario (estudiantes universitarios con síntomas de depresión de 18 a 24 años) encontradas a través de la investigación.
- **Servicio aplicación:** Se les da una explicación de cómo funcionaría la aplicación, además de los detalles del voluntariado detrás de ella, el anonimato y todas las funciones restantes (botón de pánico, autotests, etc.) Además de las entidades de la universidad involucradas dentro del proyecto.
- **Servicio cápsula:** Se les muestra el 3d del prototipo indicando las características de la cápsula, los materiales y sus medidas. Se deja a los usuarios que interactúen con el modelo en 3 dimensiones.
- **Ronda de comentarios:** En esta parte es bueno escuchar a los participantes, dejarlos hablar y explayarse lo máximo posible. Se les hace las siguientes preguntas a los estudiantes:

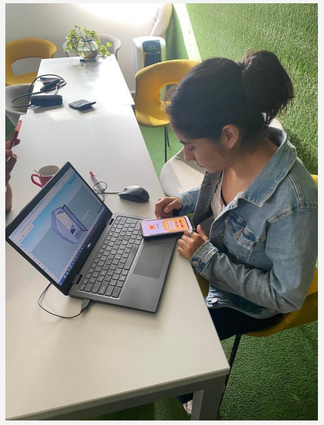
- ¿Te gusta el servicio? ¿Qué es lo que te gusta del servicio?
- ¿Crees que funcionaría?
- ¿Lo utilizarías?
- ¿Participarían en el voluntariado? ¿Cómo te gustaría que sea?
- ¿En qué lugar del campus lo verías implementado?
- ¿Qué no funciona de la aplicación?
- ¿Qué no funciona de la cápsula? ¿Te parecen adecuadas las medidas?
- ¿Qué incentivos se le debería dar al alumno por ser voluntario?
- ¿Qué beneficios ves de este servicio?

VALIDACIÓN 2 - ESTUDIANTES

Participantes 1 y 2:
Paola Validez: Estudiante universitaria de 23 años de la Facultad de Arquitectura y urbanismo de la PUCP.
Andrea Elorrieta: Estudiante universitaria de 24 años de la Facultad de Arquitectura y urbanismo de la PUCP.







RESULTADOS Y COMENTARIOS
Acerca del servicio:
Andrea: Me parece que es una buena idea. Esto ayudaría porque a veces los estudiantes no se quieren acercar directamente al servicio de Psicología.
Paola: Es muy difícil buscar ayuda psicológica en la universidad. No hay una forma fácil de llegar. Me parece importante que tengan el registro de los estudiantes y que detecten quienes pueden tener realmente un problema. Creo que si funcionaría en la PUCP.

Acerca de la cápsula:
Andrea: Me gustaría un espacio un poco más amplio o que el espacio en el interior se sienta más amplio, quitaría cualquier pared en el interior de la cabina.
Paola: La forma orgánica debería estar también en el interior, debería haber un sofa, donde sentarte o echarte y "hacerte bolita", se podría aprovechar la forma interior para eso. Si quieres llorar no lo haces sentado.
Paola: Creería que debería ser más forma de pera o huevo. Podría tener un degradé de materiales en el interior.
Andrea: Yo le cambiaría la silla.

Acerca de la ubicación de la cápsula:
Paola: Lo pondría cerca de una biblioteca, porque las personas van por una tarea específica y es un ambiente más tranquilo, te asegura que tenga visibilidad del personal de seguridad.
Andrea: La biblioteca es un lugar silencioso.

Acerca del voluntariado:
Andrea: Se debe tener un filtro para ingresar al voluntariado para saber que la persona es apta.
Paola: Me parece correcto tener la capacitación de 30 horas, es un tiempo prudente para que el voluntario pueda decidir y saber si puede terminarlo o no. Podría además tener un test para saber si la persona es apta.

Acerca de los incentivos del voluntariado:
Andrea: Deberían darte bonos dentro de las cafeterías o los snacks. O también con la librería de la universidad en donde no solo hay libros sino también productos con logo PUCP (poleras, mochilas).
Paola: Vales de comida o vales para fotocopia, creo que para que nos den créditos o algo académico va a ser muy difícil.

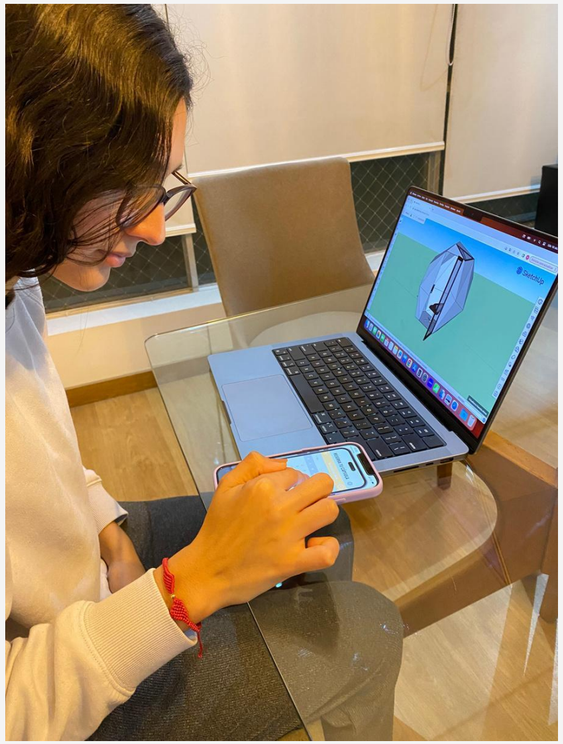
Acerca de la aplicación:
Andrea: Cuando actives el botón de pánico debería llamar a la persona directamente, sin tener un mensaje previo.
Paola: Creo que si estás en una crisis no te importa presionar dos veces.

Grabación de validación: https://drive.google.com/file/d/1hV4mjr8XT-NCHOTzf-uXPejsyzeX-zuT/view?usp=drive_link

VALIDACIÓN 2 - ESTUDIANTES

Participantes 3:
Nicole Arias: Estudiante universitaria de 19 años de la Facultad de Ciencias Empresariales de la Universidad del Pacífico.





RESULTADOS Y COMENTARIOS
Acerca del servicio
Creo que este servicio funcionaría. Cuando estás en un estado de ansiedad a veces es bueno ver a una persona, debería poder hacerse videollamada. es importante comunicar que este servicio no te va a curar, solo que es un espacio donde te puedes desahogar, un soporte.
Colocar en algunos lugares de la universidad anuncios (tipo carteles) de donde se ubica la cápsula.

Acerca del voluntariado
Debería haber un sistema para que no se queden sin voluntarios en épocas de parciales o finales. Evaluar los tiempos de mayor demanda para tener apoyo extra del personal administrativo.
Se pueden generar turnos de los voluntarios para que abarquen mejor los espacios de habla.
Podrían dar vales de taxis como incentivos, eso es lo más valorado en mi universidad.
Participaría dependiendo de mi carga de estudios. Si iría como usuaria. No me gustaría que la gente sepa que esté yendo.
Los voluntarios tienen que agarrarle amor a este voluntariado para que la gente se quede.

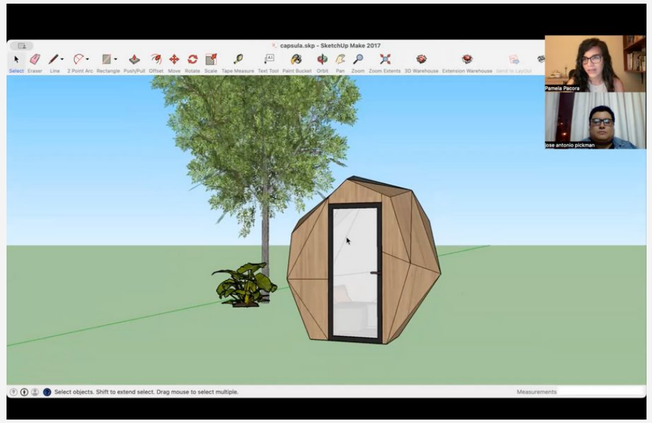
Acerca de la app
Botón para "reservar ahora" para que la persona pueda tener acceso inmediato.
Podrían incluir en la aplicación técnicas de meditación o respiración.

Acerca de la cápsula
Cuando me da ansiedad necesito espacio para moverme un poco. Me gustaría que la silla no sea estática, dar posibilidad a la persona para que se pueda parar y mover un poco. La silla dificulta.
Cuando estás pasando por un momento de ansiedad necesitas algo que te haga salir de ese estado como pelotitas de estrés.
Lo imagino un lugar iluminado con paredes blancas, no oscuro.
La ubicaría cerca a los cubículos de estudios (piso 5) es una zona tranquila, no pasa tanta gente, la gente está estudiando pero no está pendiente de quien entra o sale. Cerca de la enfermería.
Una pantalla más grande, no un Ipad.

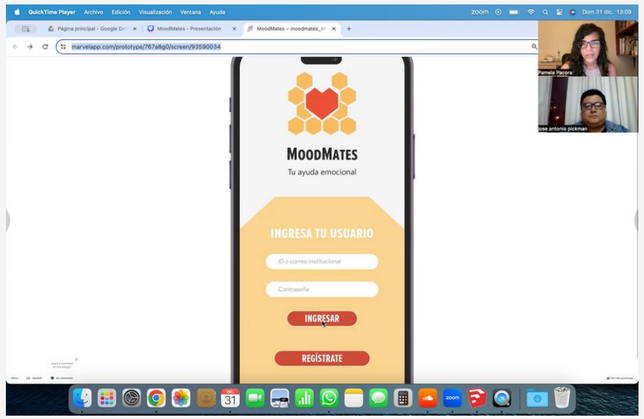
Enlaces de la grabación completa
https://drive.google.com/file/d/1oUM9P-daVzWhAkGUHnwQDyJ1crG4Q6Z4/view?usp=drive_link
https://drive.google.com/file/d/1zL6NfA0jzV_7d2Tz-Z0EHgCToB7J9eda/view?usp=drive_link

VALIDACIÓN 2 - ESTUDIANTES

Participantes 3:
Jose Antonio Pickman: Estudiante universitario de 24 años de la Universidad UPC









RESULTADOS Y COMENTARIOS
Acerca del servicio
Le pareció muy interesante la solución, le encantó el proyecto. Lo describió como un proyecto innovador.
Considera que no se toma en cuenta la salud mental en el Perú. Considera que no hay una plena accesibilidad a los psicólogos y psiquiatras.
La vida universitaria es muy estresante, lo problemas familiares, es una idea que puede ayudar a desfogarse.
En los espacios psicológicos de la universidad no te toman en serio o no son eficientes.
Después de la pandemia se han incrementado los casos de trastornos mentales y esta solución ayudaría a aminorar.
Hay muchas personas que necesitan hablar con alguien y que no tienen amigos o tampoco el apoyo de sus padres. Esto es como una ayuda humanitaria.

Acerca de la cápsula
Considero que podría estar ubicado al costado del comedor del Pabellón de medicina en mi universidad.. Es un espacio accesible pero no tan concurrido. Es un espacio reservado y lindo.

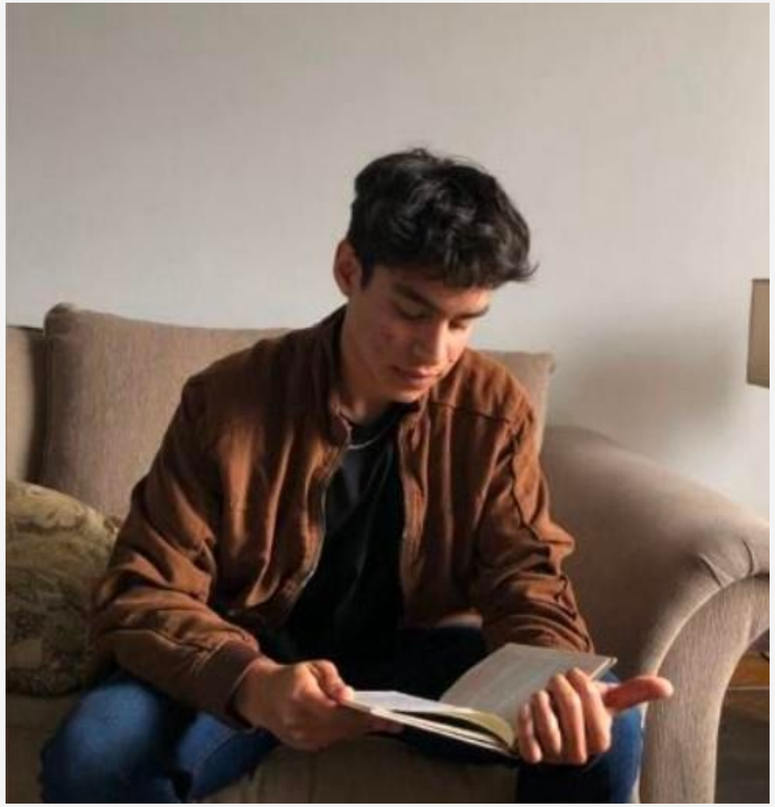
Acerca de la implementación del servicio
Me preocuparía el protocolo que pueda tener cada universidad para ingresar este tipo de servicio, no todos tienen la misma apertura.

No tengo modificaciones acerca de la aplicación y la cápsula.

Grabación completa:
https://drive.google.com/file/d/1S__5FRiCuGdRTb1Jd5FIyaWemtmxgI3J/view?usp=drive_link

VALIDACIÓN 2 - ESTUDIANTES

Participantes 3:
Diego Ramirez: Estudiantes de 18 años de la universidad Ricardo Palma.



RESULTADOS Y COMENTARIOS

Acerca del servicio
Me gusta mucho la idea, es una muy buena solución. Yo tengo muchos amigos que me han llamado para poder conversar cuando han tenido un ataque de ansiedad. Soy consciente que existen estos problemas pero no son visibles. Me gusta mucho que conecten con personas reales de la comunidad.
Yo creo que esto podría funcionar para las personas que no tienen con quien hablar.

Acerca del voluntariado
Me preocupa que no existan muchas personas disponible inicialmente. Yo propongo que al principio pueda responder un chat artificial, en caso no existan tantas personas disponibles en el voluntario.
Me parece importante el anonimato porque si hablas con alguien que conoces podría dar vergüenza. Me parece una llamada y texto soluciona estos momentos de crisis.
Siento que para que las personas puedan hacer el voluntariado (escuchar activamente) deberían pasar un examen además de la capacitación. A mi por ejemplo me gustaría participar, pero se que hay momentos en donde me podría saturar o no tendría tiempo. No todas las personas saben escuchar, esto es una habilidad que se mejora con el tiempo.

Acerca de la cápsula
Me gusta mucho, particularmente se que hay momentos en donde me estreso muchísimo y esto me podría ayudar bastante.
Acerca de reservar el espacio, yo por ejemplo sé que me estreso en época de finales, en esos momentos esto va a estar repleto. En esos momentos en los que uno simplemente quiere estar solo, calmarse y volver al presente, esto te ayudaría muchísimo a eso.
Acerca de la ubicación, creería que debería estar cerca al PEP. Se encuentra la seguridad de la entrada pero no hay mucha gente.

Acerca de la aplicación
Me gusta mucho la interfaz, me gusta que también se involucre con las actividades de bienestar de la universidad.

Grabación completa:
https://drive.google.com/file/d/18ODaNIN4m2tNuqFSuOMFYO69YZHxrrqU/view?usp=drive_link

VALIDACIÓN 3 - AUSPICIO Y FINANCIACIÓN

La tercera validación se centró en asegurar la colaboración de aliados estratégicos que contribuyan al equipo y al proyecto con su participación. El objetivo fue obtener un respaldo profesional, financiero y auspicio por parte de expertos en psicología, proyectos de investigación y en el área comercial. El equipo presentó el proyecto de forma comercial a diversos especialistas en reuniones.

En esta etapa, contamos con la participación de los siguientes especialistas:

- Doctor Ricardo de la Cruz, PhD en Psicología. Post doctorado en revisiones sistemáticas. MBA ESADE Business School. Master en Recursos Humanos Escuela de Negocios de la Universidad de Barcelona. Master en ciencias:etología y cognición por la U.Barcelona. International Business Program Georgetown University. Psicoterapeuta breve estratégico. Experiencia gerencial en gestión y desarrollo del Talento Humano en instituciones transnacionales retail y financieras en Latinoamérica y Europa habiendo dirigido, con éxito equipos y proyectos de capacitación y desarrollo de RRHH en Guatemala, República Dominicana, México, Perú y España. Autor de diversos artículos y libros de desarrollo Humano por la editorial Trillas de México. Docente de postgrado y conferencista internacional en temas de desarrollo humano.

- Mag. Oskart Ramírez investigador tenaz sobre materias relacionadas con la arquitectura de la información aplicada al desarrollo de los procesos de enseñanza y aprendizaje, Neuromarketing y catedrático de diversas universidades. Profesor del curso Formulación de Emprendimiento de Negocios, Implementación de Negocios, Design Thinking e Intrapreneurship.

- Mag. Martín Trelles Cruz, catedrático en Gestión de proyectos de innovación, incubadora de proyectos y startups. Docente de Formulación de Emprendimiento de Negocios, Implementación de Negocios, Design Thinking e Intrapreneurship.

- Publicista Alberto Escobal, Gerente General en Escobal Mc Evoy Comunicaciones - Masterplot.

- Ing. Industrial Diego Montoya. Gerente de Marketing de diversas empresas e ingeniero industrial de la Universidad de Lima.



VALIDACIÓN 3 - AUSPICIO Y FINANCIACIÓN

Reunión comercial con especialista:
Llevamos a cabo la reunión comercial con el Dr. Ricardo de la Cruz Vigil, PhD en Psicología.
La reunión tuvo una duración de 34 minutos y se realizó a través de la plataforma virtual Zoom.
La reunión se estructuró en tres fases clave:

Introducción (3 minutos): Iniciamos la sesión con una cálida bienvenida al Dr. de la Cruz Vigil, seguida de una explicación detallada sobre el formato de la presentación.

Primera Parte de la Presentación (7 minutos): En esta fase, abordamos datos actuales relacionados con la problemática, destacamos los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) en relación con el tema del proyecto, exploramos la investigación, identificamos a los actores clave, analizamos los arquetipos y, finalmente, presentamos el desafío de innovación y diseño.

Segunda Parte de la Presentación (8 minutos): Aquí presentamos las consideraciones fundamentales que guiarán nuestra estrategia de innovación y el desarrollo del proyecto. Se detallan aspectos específicos sobre la aplicación y la cápsula acústica. Luego, explicamos la estrategia que implementaremos y concluimos con una invitación al Dr. de la Cruz Vigil para que comparta su opinión y nos brinde su feedback.

Preguntas clave para considerar:
¿Qué opinión le merece la propuesta presentada?
¿Considera viable un servicio de este tipo?
¿Estaría interesado en contribuir a este proyecto?
¿Podría colaborarnos para llevarlo a la realidad?

RESULTADOS:
Sobre el Servicio:
Durante la entrevista, expresó su entusiasmo hacia nuestro servicio y sugirió la posibilidad de buscar apoyo financiero de empresas prominentes con fundaciones sólidas, así como clínicas interesadas en respaldar la iniciativa. Señaló que presentar la propuesta a universidades como la URP o PUCP podría resultar en desafíos para obtener financiamiento total, aunque no descartó la viabilidad del proyecto. La gestión del tiempo, según él, es esencial.

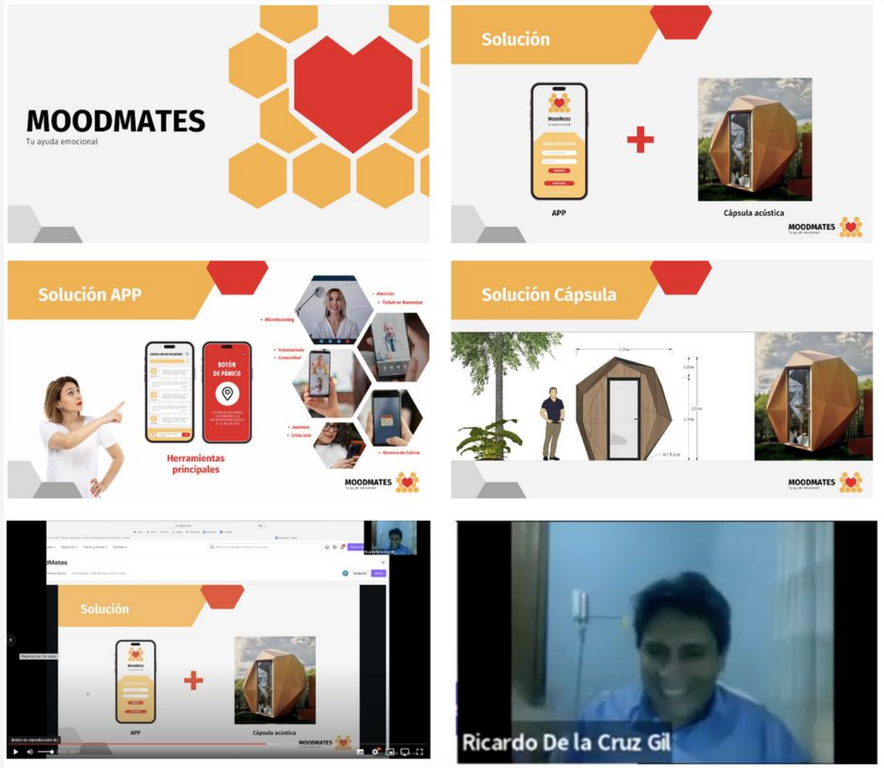
Sobre el Voluntariado:
Manifestó su interés en la idea del voluntariado, enfatizando la importancia de capacitar a los futuros líderes del servicio. Propuso proporcionar herramientas necesarias para su desarrollo y desempeño.

Sobre la Aplicación
Valoró positivamente la aplicación, sugiriendo que al vincularla con la cápsula, el proyecto adquiere una fuerza considerable y se vuelve más atractivo para posibles inversionistas.

Sobre la Cápsula:
Mostró entusiasmo por la innovadora propuesta de la cápsula, destacándola como un elemento diferenciador clave para la presentación ante empresas. Expresó que no había encontrado algo similar previamente. Además, nos alentó a pensar en cómo lograr que los usuarios se involucren de manera recurrente después de la primera visita, enfocándonos en cómo cautivar a los alumnos para que utilicen el servicio de manera continua.

Datos Adicionales:
Recomendó integrar el tema de género en el título del proyecto y sugirió incorporar realidad aumentada en la cápsula. Remarcó la importancia de considerar la búsqueda de una "zona segura" por parte de las personas. Además, expresó su interés en participar en la presentación de alguna versión del prototipo.

Para revisar la reunión completa:
https://drive.google.com/file/d/119zANlKaGT8vw1CMu27AXJYpJjRX-plM/view?usp=drive_link



ACCIONES
Investigar y Contactar Empresas y Clínicas:
Iniciar un proceso de investigación para identificar posibles empresas y clínicas interesadas en respaldar el proyecto, aprovechando la sugerencia de nuestro entrevistado. Establecer contactos con estas entidades para discutir oportunidades de financiamiento.

Diseñar Programa de Capacitación para Voluntarios:
Desarrollar un programa de capacitación integral para los futuros líderes del servicio voluntario, incorporando las herramientas necesarias para su eficaz desempeño. Asegurarse de que el voluntariado no solo beneficie a los usuarios finales, sino que también contribuya al crecimiento y desarrollo de quienes participan.

Desarrollar Estrategias para Uso Recurrente del Servicio:
Integrar tecnología de realidad aumentada a la cápsula. Hacer el servicio mucho más atractivo. También utilizando tecnologías de reconocimiento emocional. Idear iniciativas que incentiven el uso recurrente del servicio con contenido atractivo.

Integrar Recomendaciones Adicionales en el Proyecto:
Evaluar cómo incluir el tema de género en el título del proyecto, especialmente si lo vamos a presentar a un concurso.

Producción Audiovisual
Coordinar la participación del entrevistado en la presentación del prototipo, aprovechando su interés y experiencia con la producción de un par de vídeos.

VALIDACIÓN 3 - AUSPICIO Y FINANCIACIÓN

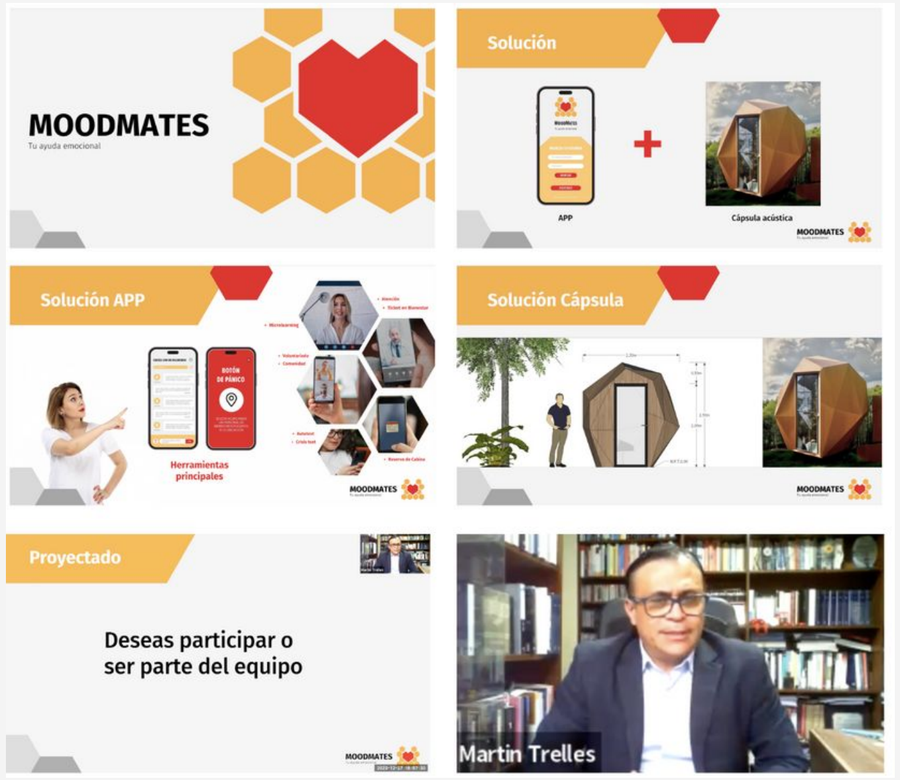
Reunión comercial con un especialista:
Llevamos a cabo una reunión comercial con el Mag. Martín Trelles Cruz, especialista en comunicación corporativa con experiencia en proyectos de Startups.
La reunión tuvo una duración de 40 minutos y se realizó a través de la plataforma virtual Zoom.
La reunión se estructuró en tres fases clave:

Introducción (3 minutos): Iniciamos la sesión con una cálida bienvenida al Mag. Martín Trelles Cruz, seguida de una explicación detallada sobre el formato de la presentación.

Primera Parte de la Presentación (8 minutos): En esta fase, abordamos datos actuales relacionados con la problemática, destacamos los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) en relación con el tema del proyecto, exploramos la investigación, identificamos a los actores clave, analizamos los arquetipos y, finalmente, presentamos el desafío de innovación y diseño.

Segunda Parte de la Presentación (8 minutos): Aquí presentamos las consideraciones fundamentales que guiarán nuestra estrategia de innovación y el desarrollo del proyecto. Se detallan aspectos específicos sobre la aplicación y la cápsula acústica. Luego, explicamos la estrategia que implementaremos y concluimos con una invitación al Mag. Martín Trelles Cruz para que comparta su opinión y nos brinde su feedback.

Preguntas clave para considerar:
- ¿Qué opinión le merece la propuesta presentada?
- ¿Considera viable un servicio de este tipo?
- ¿Estaría interesado en contribuir a este proyecto?
- ¿Podría colaborarnos para llevarlo a la realidad?



RESULTADOS:
Durante la entrevista, la idea resonó positivamente. Se destacó la importancia actual de productos y servicios de este tipo, indicando que las empresas podrían también encontrar utilidad en ellos.

Se compartió un insight valioso: en situaciones de crisis, muchas personas buscan una zona segura, y curiosamente, el baño suele cumplir con este propósito al ofrecer un espacio apartado que permite liberar emociones.

Sobre el Voluntariado:
El concepto de voluntariado fue bien recibido, destacando la apreciación por la integración de la comunidad en la búsqueda de mejora y felicidad.

Sobre la Aplicación y la Cápsula:
Se subrayó la integración de la aplicación y la cápsula como elementos clave que hacen que el servicio sea innovador y potente. Se planteó la sugerencia de explorar la posibilidad de convertir el proyecto en una startup y participar en eventos y concursos una vez que esté más avanzado. Aunque actualmente se encuentra en desarrollo, se reconoció la necesidad de seguir perfeccionándolo.

Datos Adicionales:
Se alentó a seguir avanzando, reconociendo este momento como el inicio de un proyecto con un potencial prometedor. Además, se expresó un interés concreto en participar en capacitaciones o talleres para contribuir a la formación de la comunidad o el voluntariado.

Para revisar la grabación de la reunión:
https://drive.google.com/file/d/1vfNEBli7W06f5WhOCjt87ZOqfpItB-u1/view?usp=drive_link

ACCIONES
Contemplar la idea de presentar el proyecto a empresas o a otras instituciones.

Continuar el desarrollo del servicio, centrándose en la creación de un entorno acogedor y seguro para las personas en situaciones de crisis. Considerar la posibilidad de colaborar con expertos en salud mental para garantizar la eficacia del servicio.

Elaborar estrategias específicas para integrar a la comunidad en el voluntariado, asegurándose de que la participación tenga un impacto positivo tanto en los voluntarios como en los beneficiarios del servicio.

Comenzar a planificar la participación en eventos y concursos una vez que el proyecto esté más avanzado. Esto podría proporcionar visibilidad adicional y oportunidades de financiamiento.

Seguir Recibiendo Feedback:
Mantener una comunicación abierta con aquellos que expresaron interés en el proyecto, incluyendo al entrevistado. Seguir recibiendo feedback para ajustar y mejorar continuamente el servicio.

Explorar Opciones de Formación y Talleres:
Investigar posibles colaboraciones para organizar capacitaciones y talleres, permitiendo al entrevistado contribuir activamente en la formación de la comunidad y el voluntariado.

VALIDACIÓN 3 - AUSPICIO Y FINANCIACIÓN

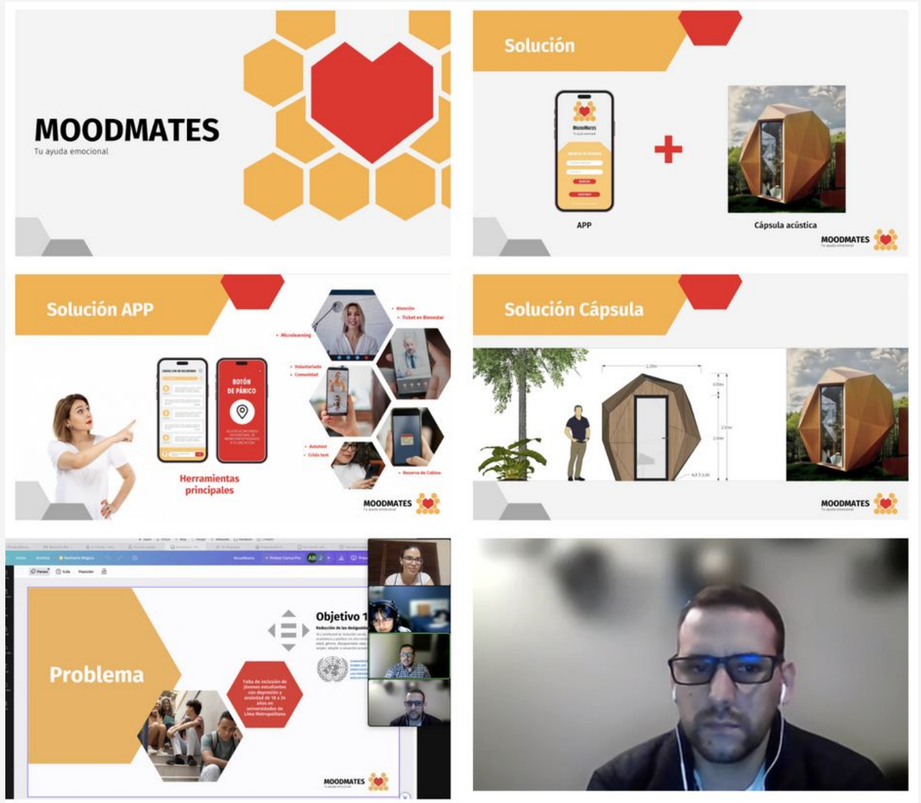
Reunión comercial con un especialista:
Llevamos a cabo una reunión comercial con el Ingeniero Diego Montoya, especialista en marketing y publicidad corporativo.
La reunión tuvo una duración de 40 minutos y se realizó a través de la plataforma virtual Zoom.
La reunión se estructuró en tres fases clave:

Introducción (3 minutos): Iniciamos la sesión con una cálida bienvenida al Alberto Escobal Mcevoy, seguida de una explicación detallada sobre el formato de la presentación.

Primera Parte de la Presentación (7 minutos): En esta fase, abordamos datos actuales relacionados con la problemática, destacamos los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) en relación con el tema del proyecto, exploramos la investigación, identificamos a los actores clave, analizamos los arquetipos y, finalmente, presentamos el desafío de innovación y diseño.

Segunda Parte de la Presentación (12 minutos): Aquí presentamos las consideraciones fundamentales que guiarán nuestra estrategia de innovación y el desarrollo del proyecto. Se detallan aspectos específicos sobre la aplicación y la cápsula acústica. Luego, explicamos la estrategia que implementaremos y concluimos con una invitación al ingeniero Diego Montoya para que comparta su opinión y nos brinde su feedback.

Preguntas clave para considerar:
- ¿Qué opinión le merece la propuesta presentada?
- ¿Considera viable un servicio de este tipo?
- ¿Estaría interesado en contribuir a este proyecto?
- ¿Podría colaborarnos para llevarlo a la realidad?



RESULTADOS:
1. Reconocimiento del Proyecto: "Acierto en la Innovación"
Diego Montoya expresó su agrado por la idea innovadora y creativa, destacando que la elección del tema fue acertada dada la coyuntura actual.

2. Estrategia Comercial: "Consideraciones Cruciales para la Comercialización"
Se planteó la necesidad de abordar de manera cuidadosa la estrategia comercial del proyecto, enfocándose en aspectos como los tributos, beneficios y ventajas del producto en relación con el mercado. Se identificó esta área como una de las debilidades a mejorar.

3. Opciones de Financiamiento: "Explorando Oportunidades para la Viabilidad"
Se discutió la posibilidad de llevar a cabo un startup o vender la idea a una incubadora, ofreciendo datos relevantes para ambas opciones. Este enfoque busca fortalecer la base financiera del proyecto.

4. Estrategia de Visibilidad: "Apoyo de Figuras Relevantes y Universidades"
Se sugirió contar con el respaldo de una persona conocida en el medio para difundir y respaldar el proyecto. La propuesta de respaldo por parte de una universidad fue bien recibida, y se considera una estrategia efectiva para aumentar la visibilidad del proyecto.
Estas mejoras estructurales proporcionan títulos distintivos para cada sección y clarifican las áreas clave que deben abordarse para el desarrollo y éxito continuo del proyecto.

ACCIONES
1. Estrategia de Comercialización:
   - Realizar un análisis detallado de la estrategia comercial, considerando tributos, beneficios y ventajas del producto frente al mercado.
   - Reforzar esta área para fortalecer la viabilidad financiera del proyecto.

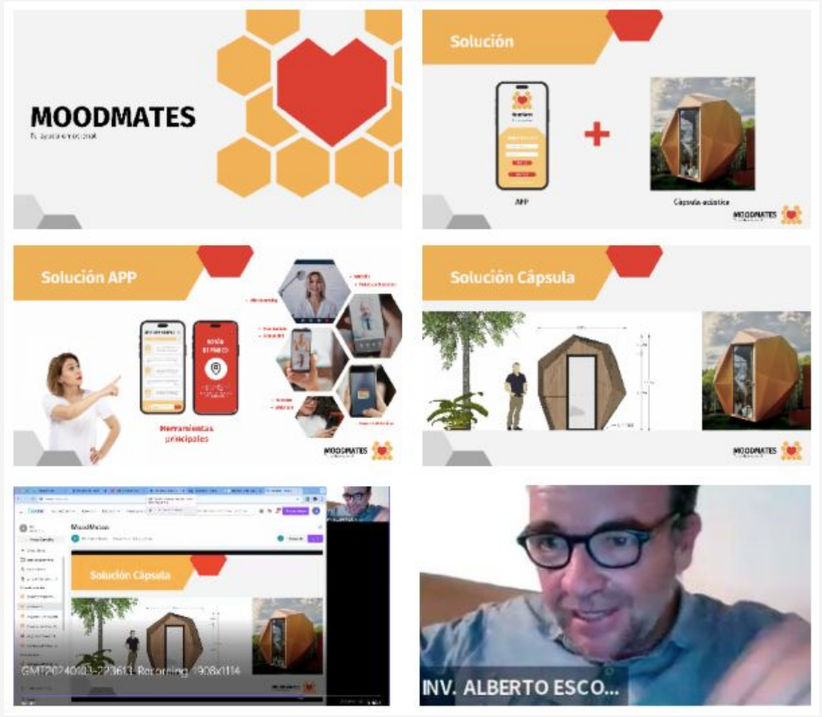
2. Evaluación de Opciones Financieras:
   - Explorar a fondo las opciones de iniciar un startup o vender la idea a una incubadora.
   - Recopilar información relevante sobre el proceso y requisitos para ambas opciones.

3. Búsqueda de Apoyo en el Medio:
   - Identificar y contactar a personas conocidas en el medio que puedan respaldar y difundir el proyecto.
   - Explorar la posibilidad de colaboración con una universidad para respaldo y visibilidad adicional.

4. Desarrollo de Redes y Colaboraciones:
   - Establecer conexiones con profesionales, expertos o instituciones que puedan aportar valor al proyecto.
   - Investigar oportunidades de colaboración con universidades u otras entidades relevantes.

5. Implementación de Mejoras Identificadas:
   - Abordar las áreas identificadas como débiles, como la estrategia comercial, para mejorar la solidez del proyecto.

VALIDACIÓN 3 - AUSPICIO Y FINANCIACIÓN



Reuniòn comercial con especialista:
Llevamos a cabo una reunión comercial con el Publicista Alberto Escobal Mcevoy, especialista en comunicación y publicidad corporativa, estatal y educativa.
La reunión tuvo una duración de 45 minutos y se realizó a través de la plataforma virtual Zoom.
La entrevista se estructuró en tres fases clave:

Introducción (3 minutos): Iniciamos la sesión con una cálida bienvenida al Alberto Escobal Mcevoy, seguida de una explicación detallada sobre el formato de la presentación.

Primera Parte de la Presentación (7 minutos): En esta fase, abordamos datos actuales relacionados con la problemática, destacamos los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) en relación con el tema del proyecto, exploramos la investigación, identificamos a los actores clave, analizamos los arquetipos y, finalmente, presentamos el desafío de innovación y diseño.

Segunda Parte de la Presentación (12 minutos): Aquí presentamos las consideraciones fundamentales que guiarán nuestra estrategia de innovación y el desarrollo del proyecto. Se detallan aspectos específicos sobre la aplicación y la cápsula acústica. Luego, explicamos la estrategia que implementaremos y concluimos con una invitación al publicista Alberto Escobal Mcevoy para que comparta su opinión y nos brinde su feedback.

Preguntas clave para considerar:
- ¿Qué opinión le merece la propuesta presentada?
- ¿Considera viable un servicio de este tipo?
- ¿Estaría interesado en contribuir a este proyecto?
- ¿Podría colaborarnos para llevarlo a la realidad?

RESULTADOS
Sobre la problemática:
En relación a la problemática, recibimos el respaldo de que hemos identificado de manera precisa la situación. Este proyecto se presenta como una valiosa oportunidad en estos tiempos, donde nos enfrentamos a una nueva pandemia relacionada con la salud emocional.

Sobre el Producto y Servicio:
En cuanto al lanzamiento del producto, se enfatizó la necesidad de hacerlo con fuerza y respaldarlo con una comunicación sólida, aprovechando el apoyo de una universidad líder y entidades con clínicas y programas que puedan contribuir a la financiación de la estrategia comunicativa. Se destacó la importancia de ser pioneros en este tipo de iniciativas, ya que la competencia podría replicar fácilmente proyectos similares.

Sobre el Servicio:
La comprensión del servicio fue confirmada, y se destacó que, según su experiencia viajando por Europa, este proyecto parece especialmente relevante para personas de esa región, donde ya han avanzado en el abordaje de esta problemática. En el contexto peruano, señaló la escasa atención que se ha prestado a este tema.

Sobre la tecnología:
En cuanto a la tecnología, se consideró que una aplicación móvil sería funcional para el público objetivo. Respecto a la cápsula, se resaltó su potencial como una herramienta publicitaria impactante, siempre y cuando se sepa cómo promocionarla y aprovecharla para lograr un impacto comunicacional significativo.

Enlace de grabación de reunión: https://drive.google.com/file/d/1gkQN8HhEhNak6m4cIDZUYlmjtmssfQLU/view?usp=drive_link

ACCIONES
Refuerzo de Comunicación y Alianzas Estratégicas:
Trabajar en una estrategia de comunicación robusta para el lanzamiento del producto, destacando la importancia de la salud emocional en el contexto actual de pandemia.
Establecer alianzas estratégicas con una universidad líder y entidades con clínicas y programas que puedan aportar tanto en términos de respaldo académico como de financiamiento para la comunicación.

Énfasis en la Diferenciación y Originalidad:
Diseñar el lanzamiento de manera impactante y original para diferenciarse en un mercado donde la competencia podría imitar fácilmente el proyecto.
Resaltar la importancia de ser los pioneros en abordar esta problemática en el contexto peruano.

Adaptación al Contexto Local:
Personalizar la propuesta para el contexto peruano, reconociendo la falta de atención a la salud emocional en comparación con países europeos, y resaltando la relevancia del proyecto en este contexto.

Desarrollo de Tecnología y Experiencia del Usuario:
Avanzar en el desarrollo de la aplicación móvil, asegurándose de que sea funcional y atractiva para el público objetivo.
Implementar características que mejoren la experiencia del usuario y se adapten a las necesidades específicas del mercado peruano.

Planificación Estratégica para la Publicidad de la Cápsula:
Diseñar una estrategia publicitaria sólida para la cápsula, asegurándose de que se utilice de manera efectiva como herramienta de promoción.
Explorar formas creativas de aprovechar la cápsula para generar un impacto comunicacional significativo.

VALIDACIÓN 3 - AUSPICIO Y FINANCIACIÓN

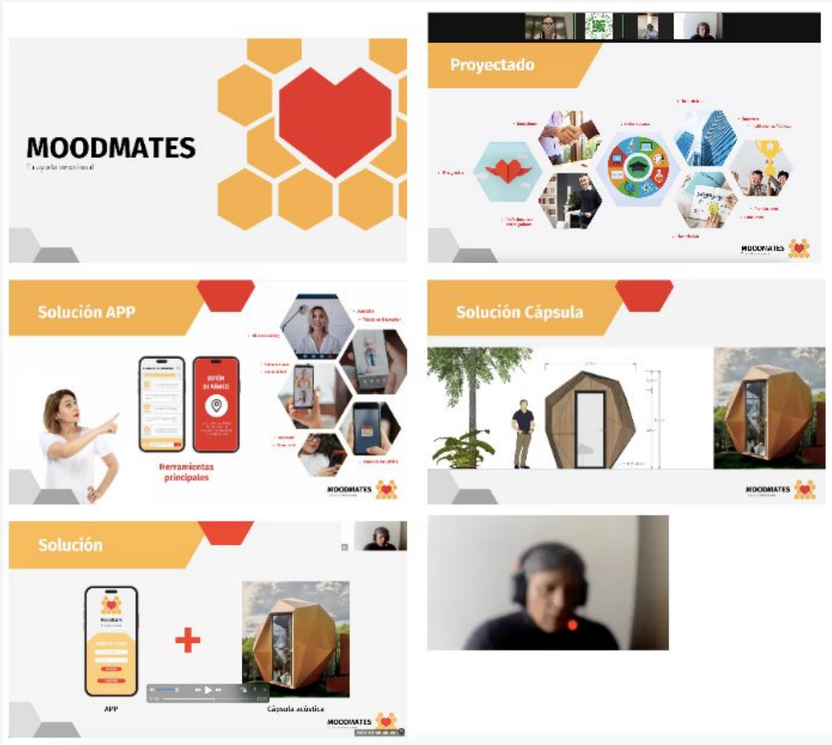
Reunión comercial con especialista:
Llevamos a cabo una reunión comercial con el Ing. Oskart Teodoro Ramírez Guija, especialista en proyectos, docente y conferencista.
La reunión tuvo una duración de 50 minutos y se realizó a través de la plataforma virtual Zoom.
La reunión se estructuró en tres fases clave:

Introducción (3 minutos): Iniciamos la sesión con una cálida bienvenida al Ing. Oskárt Ramírez Guija, seguida de una explicación detallada sobre el formato de la presentación.

Primera Parte de la Presentación (7 minutos): En esta fase, abordamos datos actuales relacionados con la problemática, destacamos los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) en relación con el tema del proyecto, exploramos la investigación, identificamos a los actores clave, analizamos los arquetipos y, finalmente, presentamos el desafío de innovación y diseño.

Segunda Parte de la Presentación (10 minutos): Aquí presentamos las consideraciones fundamentales que guiarán nuestra estrategia de innovación y el desarrollo del proyecto. Se detallan aspectos específicos sobre la aplicación y la cápsula acústica. Luego, explicamos la estrategia que implementaremos y concluimos con una invitación al Ing. Oskárt Ramírez Guija para que comparta su opinión y nos brinde su feedback.

Preguntas clave para considerar:
- ¿Qué opinión le merece la propuesta presentada?
- ¿Considera viable un servicio de este tipo?
- ¿Estaría interesado en contribuir a este proyecto?
- ¿Podría colaborarnos para llevarlo a la realidad?



RESULTADOS
Proyecto:
Mostró interés en la idea, aunque sugirió desarrollar primero la aplicación de manera cuidadosa y luego la cápsula, considerándola menos prioritaria. Propuso establecer la red de voluntarios antes de avanzar con la cápsula acústica.

Pruebas y Consideraciones Técnicas:
Destacó la importancia de realizar pruebas de juicio con profesionales. Mencionó las pruebas de mookup y advirtió sobre la competencia en este ámbito. Subrayó que la cápsula sería el diferencial, pero instó a gestionar cuidadosamente las solicitudes de permisos y abordar temas de seguridad al utilizar la cabina y el control.

Presentación:
Sugirió incorporar el Social Business Canvas y referencias bibliográficas en la presentación del proyecto.

Publicación y Concursos:
Propuso enfocarnos en la publicación y participación en concursos, considerando que podríamos tener un trabajo sólido para competir a nivel internacional. Recomendó ajustar algunos puntos antes de proceder.

Colaboración:
Ofreció sumarse al equipo de investigación como docente especialista en el Concytec, en caso de que lo consideremos necesario.

Enlace de grabación de reunión:
https://drive.google.com/file/d/1BfrL9oqnfc3chD_46DPuVZvLa1hRy1ut/view?usp=drive_link

ACCIONES
Desarrollo Secuencial del Proyecto:
- Priorizar el desarrollo de la aplicación antes de la cápsula, como sugirió.
- Iniciar la construcción de la red de voluntarios de manera proactiva.

Pruebas y Mejoras Técnicas:
- Implementar pruebas de juicio con profesionales para validar y mejorar el proyecto.
- Abordar cuidadosamente las consideraciones técnicas, especialmente en relación con la competencia en el campo y los aspectos de seguridad.

Mejora de la Presentación:
- Incluir el Social Business Canvas en la presentación del proyecto.
- Agregar referencias bibliográficas para respaldar la propuesta.

Enfoque en Publicación y Concursos:
- Ajustar los puntos sugeridos para mejorar la solidez del proyecto.
- Preparar la documentación necesaria para la participación en concursos y considerar oportunidades de publicación internacional.

Colaboración:
- Evaluar la posibilidad de incorporar al equipo al colaborador interesado en unirse como docente especialista en el Concytec.
- Coordinar reuniones o sesiones de trabajo para integrar a este nuevo miembro al equipo.

Presupuesto de especialistas

Los especialistas han comprometido su participación en el proyecto, brindando asesoría y contribuyendo a la producción, lo cual se traduce en honorarios por un total de S/. 22,200.00

Validaciones 2023 con especialistas

ESPECIALISTAS ENTREVISTADOS	Donación	Horas	Total		Observación
Phd. En Psicología Ricardo de la Cruz Vigil					
Producción Audiovisual	10 horas	S/ 350.00	S/ 3,500.00		Producción de 2 a 3 videos para el prototipo del APP
Asesoría en el proyecto	4 horas	S/ 350.00	S/ 1,400.00		Revisar el proyecto para la presentación a concursos - Asesoría en tema de género
			S/ 4,900.00		
Mag. Oskart Teodoro Ramírez Guija					
Presentación del proyecto para publicación	12 horas	S/ 250.00	S/ 3,000.00		Asesoría
Presentación del proyecto para concursos	4 horas	S/ 250.00	S/ 1,000.00		Asesoría
en el extranejro			**S/ 4,000.00**		
Mag. Martìn Trelles Cruz					
Asesoría en innovación - Desing thinking - Startup	3 horas	S/ 200.00	S/ 600.00		Asesoría
Producción Audiovisual	8 horas	S/ 200.00	S/ 1,600.00		Producción de 2 a 3 videos para el prototipo del APP
			S/ 2,200.00		
Gerente Alberto Escaobal Mc Evoy					
Asesoría en Publicidad	3 horas	S/ 400.00	S/ 1,200.00		Asesoría
Producción Audiovisual - Edición y video - App	15 horas	S/ 400.00	S/ 6,000.00		Asesoría
Diseño	4 horas	S/ 350.00	S/ 1,400.00		
			S/ 8,600.00		
Ingeniero Diego Montoya					
Asesoría en Marketing	5 horas	S/ 500.00	S/ 2,500.00		Asesoría
			S/ 2,500.00		
TOTAL:	**68 horas**		**S/22,200.00**		

Presupuesto con punto de equilibrio

Informe financiero 2025 - Inversión Inicial (12 meses)

Índice inflacionario 2023	7,00%
Percepción impositiva	
Capital de inversión	S/480,000.00

Las Universidades están inafectas al pago de impuestos

	2024											
	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Setiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
FINANCIAMIENTO CON LA UNIVERSIDAD	S/40,000.00	S/40,000.00	S/40,000.00	S/40,000.00	S/40,000.00	S/40,000.00	S/40,000.00	S/40,000.00	S/40,000.00	S/40,000.00	S/40,000.00	S/40,000.00
COSTOS FIJOS												
Salario equipo de investigación	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00	S/ 18,000.00
Salario de empleados	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00	S/ 8,000.00
Publicidad	S/ 1,000.00	S/ 1,000.00	S/ 3,000.00	S/ 1,000.00	S/ 1,000.00	S/ 3,000.00	S/ 10,000.00	S/ 1,000.00	S/ 1,000.00	S/ 1,000.00	S/ 4,000.00	S/ 1,000.00
Licencias y permisos	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00
Máquinas de cómputo y equipamiento	S/ -			S/ 8,000.00								
Mobiliario	S/ -			S/ -								
Viajes y viáticos								S/ 5,000.00			S/ 3,000.00	
Otros	S/ 500.00		S/ 500.00	S/ 500.00		S/ 500.00		S/ 500.00		S/ 500.00		S/ 500.00
TOTAL COSTOS FIJOS	S/28,000.00	S/ 27,500.00	S/ 29,500.00	S/36,000.00	S/ 27,500.00	S/ 29,500.00	S/ 36,500.00	S/ 33,000.00	S/ 27,500.00	S/ 28,000.00	S/ 33,500.00	S/ 27,500.00
COSTOS OPERATIVOS												
Costos directos de producción de Cabina acústica		S/ 20,000.00	S/ 15,000.00		S/ 20,000.00	S/ 15,000.00			S/ 20,000.00	S/ 15,000.00		
Costos directos de producción del App	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00
Costos directos de producción del Sitio Web		S/ 250.00			S/ 250.00	S/ 250.00		S/ 250.00			S/ 250.00	
Contenido Audivisual	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00	S/ 3,000.00
Otros	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00	S/ 500.00
TOTAL COSTOS OPERATIVOS	S/ 6,500.00	S/ 26,750.00	S/ 21,500.00	S/ 6,500.00	S/ 26,750.00	S/ 21,750.00	S/ 6,500.00	S/ 6,750.00	S/ 26,500.00	S/ 21,500.00	S/ 6,750.00	S/ 6,500.00
INGRESOS												
Donaciones		S/ 10,000.00	S/ 10,000.00	S/ 20,000.00	S/ 20,000.00	S/ 10,000.00	S/ 10,000.00	S/ 10,000.00	S/ 10,000.00	S/ 10,000.00	S/ 10,000.00	S/ 10,000.00
Fondos Públicos			S/ 50,000.00					S/ 50,000.00				S/ 50,000.00
Crowdsourcing	S/ 2,000.00	S/ 2,000.00	S/ 2,000.00	S/ 2,000.00	S/ 2,000.00	S/ 2,000.00	S/ 2,000.00	S/ 2,000.00	S/ 2,000.00	S/ 2,000.00	S/ 2,000.00	S/ 2,000.00
Fondos Privados Nacionales			S/ 50,000.00			S/ 50,000.00			S/ 50,000.00			
Fondos Privados Interacionales			S/ 100,000.00			S/ 100,000.00			S/ 100,000.00			S/ 100,000.00
TOTAL DE INGRESOS	S/ 2,000.00	S/ 12,000.00	S/ 212,000.00	S/ 22,000.00	S/ 22,000.00	S/ 162,000.00	S/ 12,000.00	S/ 62,000.00	S/ 162,000.00	S/ 12,000.00	S/ 12,000.00	S/ 162,000.00

Total de Costos Fijos	S/364,000.00
Total de Costos Operativos	S/238,500.00
Costo Mensual Promedio	S/42,791.67
Número de Meses	12
Total de Costos	S/602,500.00
Ingresos Bruto	S/786,000.00
Financiamiento Total	S/480,000.00
Diferencia	S/306,000.00
Punto de Equilibrio	Mar-25
Ingresos	S/306,000.00
Deficit 2024	S/50,000.00
Excedente anual	S/256,000.00

Punto de Equilibrio	
Costos de 1/01/2025	S/34,500.00
Costos de 1/02/2025	S/54,250.00
Costos de 1/03/2025	S/51,000.00
Costos Totales	S/139,750.00
Financiamiento 1er trimestre - Universidad	S/120,000.00
Deficit primer trimestre	S/19,750.00
Deficit 2024	S/50,000.00
Total de deficit	S/69,750.00
Ingresos mes de marzo	S/212,000.00
Excendente 1er trimestre	S/142,250.00

Nota: Con una fuerte inversión en marzo 2025 podríamos llegar al punto de equilibrio en el primer trimestre.

Tipo de Innovación

Radical



Mercado existente

Jóvenes de 18 a 24 años con síntomas de depresión y ansiedad.

Servicio modificado

Combinación avanzada de una cápsula acústica personalizada y una aplicación móvil.

Nuevo proceso

Aborda retos, destacando su compromiso con fortalecer y fomentar la inclusión social en un campus universitario.

Acompañamiento

Aprovechando tecnologías de vanguardia para proporcionar un entorno de apoyo emocional único.

Escalera de beneficios

BENEFICIO EMOCIONAL

Apoyo emocional personalizado

BENEFICIO DEL CONSUMIDOR

Brinda una experiencia única y flexible que permite al usuario experimentan una mejora palpable en su bienestar emocional en un momento de crisis. Les ofrecemos una herramienta práctica, efectiva y accesible.

BENEFICIO DEL SERVICIO

Es innovador, centrado en el usuario y personalizado. Proporcionar una experiencia de usuario excepcional, memorable, respaldada por tecnología de punta y materiales de alta calidad.
Universidad: Potencia el rendimiento académico, minimizar la deserción por temas psicosociales, crear voluntariado y comunidad, brindar recursos educativos y de inclusión y desarrollo de habilidades emocionales y hace una comunidad más feliz.

ATRIBUTO DEL PRODUCTO

Es innovadora, de acceso rápido y personalizada. en el App Integramos tecnologías de punta. La cápsula es construida con materiales de alta calidad. Esta propuesta redefine el estándar en el cuidado emocional para el público joven universitario, generando tendencia y ofreciendo una experiencia única.