



DISEÑO | UC
Pontificia Universidad Católica de Chile
Escuela de Diseño



Plataforma informativa acerca de la pubertad en mujeres

Autor: Javiera Lorca Baeza
Profesor guía: Patricia de los Ríos

Diciembre 2018 • Santiago, Chile

*Tesis presentada a la Escuela de Diseño
de la Pontificia Universidad Católica para
optar al título profesional de Diseñador.*

Agradecimientos

Quiero agradecer a todos quienes participaron de este proyecto ya sea directa o indirectamente. A mi hermana por su ayuda con las citas apa, a mis papás por su paciencia y espera, a la Pati por su disposición, entendimiento e infinita ayuda y a todos quienes me animaron, me felicitaron y se interesaron por conocer más acerca de mi proyecto.

En especial agradezco a Ameli por sus ilustraciones, a Sabina por sus dotes actorales y a todas las mujeres que pusieron a mi servicio su vocación para sacar adelante este proyecto.

CONTENIDOS

1. INTRODUCCIÓN	7
1.1 Motivación personal	8
1.2 Introducción al proyecto	9
2. MARCO TEÓRICO	11
2.1. La preadolescencia y pubertad	12
2.1.1 Cambios físicos y psíquicos	13
2.1.2 Autoestima en la pubertad	15
2.1.3 Importancia de la pubertad	18
2.2. Educación sexual en Chile	19
2.3. Desconocimiento del cuerpo y tabúes	22
2.4. Medios informativos	24
2.4.1 Padres, colegio y pares	24
2.4.2 Internet y redes sociales	27
3. DIAGNÓSTICO	31
3.1 Metodología	32
3.2 Levantamiento de información	33
3.3 Resultados	35
3.4 Conclusiones preliminares	41
3.5 Interacciones críticas	43
4. FORMULACIÓN DEL PROYECTO	45
4.1 Problemática	46
4.2 ¿Cómo surge el proyecto?	46
4.3 Formulación	48
4.4 Contexto y usuario	50

5. REFERENTES Y ANTECEDENTES	55
5.1 Referentes	56
5.2 Antecedentes	58
6. PROCESO	61
6.1 Decisiones generales	62
6.2 Diagrama de flujo	64
6.3 Generación de contenidos	65
6.4 Diseño interfaz	67
6.5 Rediseño interfaz	72
6.6 Diseño gráfico y audiovisual	76
6.7 Testeo gráfica	82
7. PRODUCTO FINAL	85
7.1 Diagrama de flujo	86
7.2 Plataforma web	88
7.3 Identidad de marca	94
8. IMPLEMENTACIÓN	95
8.1 Plan de difusión	98
8.2 Canvas	100
8.3 Proyecciones	101
9. CONCLUSIÓN	103
10. BIBLIOGRAFÍA	107
ANEXOS	113

1. INTRODUCCIÓN

1.1 MOTIVACIÓN PERSONAL

Cuando inicié la etapa de titulación, no tenía claridad acerca de la temática que desarrollaría para mi proyecto, comencé investigando acerca de la salud mental en Chile, viendo los altos índices de depresión y los casos mediáticos de suicidios de personas muy jóvenes que habían ocurrido en el último tiempo. Leyendo e informandome más acerca de las causas que llegan a provocar tal malestar mental en las personas, encontré que las malas relaciones familiares, como también el descontento con el propio cuerpo son unas de las causales que desencadenan estas enfermedades como la depresión, de la misma forma, es la población femenina la más proclive a padecer estos malestares en comparación con la población masculina.

Por esta razón opté por introducirme en la población adolescente e investigar más acerca de las jóvenes actuales, llegando al punto crítico que ocurre en el momento de ingresar a la pubertad y todos los cambios que conlleva esa etapa. Al conversar con amigas y mujeres mayores acerca del tema, todas concordaban que no estuvieron preparadas para la llegada de todos esos cambios y que abundaba el desconocimiento y vergüenza frente a un proceso tan natural del ser humano.

Detecté que había un vacío en información inmenso, donde se ha dejado de lado la importancia que tiene la preadolescencia siendo que es la puerta de entrada a la sexualidad y que podría ser una etapa provechosa para otorgar una educación integral en los establecimientos educacionales y dentro de las casas, sin embargo, no se sabe cómo hablar del tema, y es en la clase de ciencias donde se introduce el tema con términos

biológicos y técnicos que muchas veces no son fáciles de entender y por estar en un contexto escolar, muchas veces se ve como una obligación y no como algo de conocimiento de cultura general para los alumnos.

Además, dentro de mi propia experiencia en conversaciones junto a amigas, he podido reconocer que a edades avanzadas perdura el desconocimiento de la propia anatomía y de los procesos básicos por los que nuestro cuerpo pasa. Muchas veces no podía creer mujeres con más de 20 años aún no logran reconocer las partes de su cuerpo, no conocen sus ciclos naturales ni por qué suceden y tampoco tienen la iniciativa de querer conocer más.

Por lo tanto, para que no hayan más mujeres desinformadas y por sobre todo para apaciguar los sentimientos negativos que genera la pubertad, nace esta iniciativa con la intención de ayudar a las futuras mujeres para llenar ese vacío de información y por otra parte fomentar la educación sexual desde edades tempranas promoviendo valores como la responsabilidad, respeto y amor por nuestros propios cuerpos y por los demás.

1.2 INTRODUCCIÓN AL PROYECTO

El proyecto desarrollado a lo largo del proceso de titulación se centra en la pubertad que le ocurre a las mujeres en edad preadolescente y en el desarrollo de una plataforma informativa que pueda otorgarles información adecuada y fidedigna acerca de los cambios corporales y sucesos a los que se enfrentan las jóvenes en esa etapa.

Al ingresar a la pubertad, las mujeres presentan mayores problemas que los hombres pasando por una etapa de múltiples dudas, inseguridades y vergüenza, tomándolo de peor forma ya que los cambios corporales en ellas son más evidentes tales como el crecimiento de las mamas, aparición de pelos donde antes no los había, la aparición de la menstruación, entre otros, condiciones que a la mayoría de las preadolescentes las afectan de tal manera que les provoca una baja autoestima, las aleja de sus actividades diarias y también las aísla queriendo pasar más tiempo con sus amigas y pares ya que ellas son quienes más las entienden y están pasando por los mismos cambios.

Por otro lado, es inevitable la existencia de inquietudes que las jóvenes no se atreven a compartir y verbalizar por vergüenza o miedo debido a que muchas de sus dudas son percibidas como tabúes dentro de las distintas sociedades, por ende, evitan hablar del tema y prefieren consultar en internet o como se nombró anteriormente, consultar con sus amigas/os ya que ellos no las juzgarán.

Se realizaron entrevistas y actividades que corroboran lo anterior, donde las preadolescentes entrevistadas admiten que muchas veces hay temas

tabúes que buscan en internet y que pocas veces se atreven a verbalizar o a preguntar a algún adulto de confianza. Además la influencia de sus pares es observable en sus modos de comportarse, de hablar y de vestir, siendo uno de los grandes referentes para ellas

Uno de los puntos más críticos es que la educación acerca de la pubertad la reciben solamente en el colegio dentro la clase de ciencias en sexto año básico, por lo tanto, nadie asegura que las preadolescentes se informen adecuadamente antes de llegar a ese curso escolar, ni tampoco se asegura que los padres entreguen la información correcta ya que la mayoría no es especialista en el tema y no todos saben cómo abordar este tema. Es más, según la matrona Mónica Cornejo, es con la llegada de la primera menstruación cuando se aprovecha de entregar toda la información que antes no había sido entregada por parte de los padres, por tanto, un hecho que de por sí es incómodo se vuelve aún peor por el cúmulo de información recibida en un solo día que debió haber sido parcelada durante los años anteriores previos a la llegada de la menarquia.

Por lo tanto, considerando ese vacío de información y aprovechando la accesibilidad que tienen hoy en día las preadolescentes, se da paso a la creación de un espacio seguro y confiable que entregue una solución fidedigna a las múltiples interrogantes que las preadolescentes no se atreven a plantear, utilizando la tecnología como un aliado, creando una plataforma accesible con información de calidad y adecuada para su edad.

2. MARCO TEÓRICO

2.1 PREADOLESCENCIA Y PUBERTAD

Tanto la preadolescencia como la pubertad son procesos de cambios, ambas etapas involucran la transformación anatómica, psíquica, emocional y social que todo ser humano pasa para convertirse en un adulto. Aunque estas dos etapas se desarrollan en paralelo, es importante distinguir a qué corresponde cada una. Por un lado, la pubertad es un evento de transformación y maduración biológica, mientras que la adolescencia es un proceso más amplio con cambios físicos, psicosociales y emocionales que se inicia con la pubertad. (Güemes, 2017).

Dentro de la adolescencia se distinguen tres etapas: la adolescencia temprana, la adolescencia media y la adolescencia tardía, desarrollándose la pubertad dentro de la primera etapa también llamada preadolescencia, con una duración hasta la adolescencia media.

La preadolescencia o adolescencia temprana, se sitúa entre los 9 y 13 años de edad (Ludueña, Olson y Pasco, 2005) y es una etapa que se da habitualmente de manera más precoz en las mujeres que en los hombres debido a que ellas inician antes su pubertad. La búsqueda constante de identidad es una característica intrínseca que comienza en esta etapa, involucrando varios aspectos como la aceptación del propio cuerpo, el conocimiento objetivo y la aceptación de la propia personalidad, la identidad sexual y la identidad vocacional (Erickson, 1996). Esta búsqueda lleva al preadolescente a preocuparse en forma creciente por su imagen, a focalizarse en hallazgos físicos triviales, a hacerse frecuentemente la pregunta ¿soy normal? y a necesitar reafirmación

constante de esta normalidad. Comparan sus cuerpos con los de otros preadolescentes que están pasando por lo mismo y también con los estereotipos culturales atingentes a él o ella.

Las interrogantes acerca de las transformaciones anatómicas y fisiología sexual aumentan, incluyendo dudas y ansiedades acerca de la menstruación, de las poluciones o eyaculaciones nocturnas, la masturbación, el tamaño de las mamas o el pene, entre otras cosas. A pesar de lo evidentes que son estos cambios corporales, no se hablan desde lo profundo, se dan de manera silenciosa dando paso a que el preadolescente viva solitariamente todo este proceso. La falta de diálogo se da porque el preadolescente se vuelve más introvertido, más pudoroso, se oculta más de los adultos (Sordo, 2009), tienen una necesidad por la privacidad, moléstandose con sus padres cuando tratan de saber sus vivencias diarias, a veces reaccionan agresivamente al tener rápidas y amplias fluctuaciones del ánimo y falta de control de impulsos (Gaete, 2015).

La pubertad, que ocurre durante la adolescencia temprana, es el período final del crecimiento y maduración del niño y es una etapa de transición entre la infancia y la edad adulta (Temboury 2009). Esta etapa de nuestro desarrollo humano se refiere específicamente a los cambios biológicos que se traducen en la adquisición de los caracteres sexuales secundarios y la maduración de los órganos reproductivos que permiten alcanzar la capacidad de reproducirse (CESOLAA 2016).



El comienzo de la pubertad en las niñas se da entre los 8 y los 13 años y aunque su inicio puede variar de una persona a otra debido a las características familiares, nutricionales, étnicas y según las características de desarrollo económico en las diferentes poblaciones, es un proceso por el cual todo ser humano debe pasar para convertirse en un adulto apto para reproducirse. Esta etapa tiene una duración de aproximadamente 5 años, completándose aproximadamente a los 16 años en el caso de las mujeres (CESOLAA 2016).

2.1.1 CAMBIOS FÍSICOS Y PSÍQUICOS

La pubertad se inicia por una secuencia de cambios madurativos regulados por factores neuroendocrinos y hormonales, que actúan bajo control genético e influjo ambiental (luz, nutrición, altura, nivel socioeconómico, disruptores endocrinos) (Lee, Houk 2007). Una vez ya iniciado este proceso hormonal, la pubertad tiene un avance progresivo, llegando a una duración de entre 3 y 5 años.

Se debe considerar que los cambios puberales se presentan independientes de la edad cronológica, y la intensidad de estas manifestaciones, pueden tener variaciones entre los individuos de una misma población o entre individuos de diferentes poblaciones. Las posibilidades de variación en este proceso son ilimitadas, debido a que cada preadolescente sigue un patrón de crecimiento propio, como consecuencia de la influencia de

factores genéticos, étnicos y ambientales (CESOLAA 2016). A pesar de las diferencias físicas y psicológicas que pueden tener preadolescentes de la misma edad, la mayoría de las personas sigue una progresión de crecimiento que pasa por distintos estados hasta obtener el cuerpo adulto.

Para la clasificación de los cambios físicos, los autores Tanner y Marshall desarrollaron los «estadios de Tanner», clasificación que evalúa el grado de desarrollo puberal para ambos sexos, clasificándose en 5 estadios o grados lo que nos permite tener un lenguaje universal común siendo ampliamente aceptada en la práctica clínica (CESOLAA 2016). En el caso de las niñas específicamente, clasifica y describe el desarrollo mamario junto con la aparición y crecimiento del vello pubiano en 5 diferentes grados, tal como lo indica la tabla 1. Estos grados o estadios se enumeran en números romanos del I al V, siendo I el estado previo a la pubertad o sin evidencia de desarrollo físico, mientras que el estadio V corresponde a las características obtenidas al alcanzar el desarrollo completo (CESOLAA 2016).

La aparición del botón mamario en las mujeres ocurre generalmente 2 años antes que ocurra la menarquia, es decir, si en Chile la edad promedio de la primera menstruación es a los 12 años, la aparición de este primer signo de la pubertad se da aproximadamente a los 10 años. Además de la aparición del botón mamario, en las niñas también se da el llamado «estirón puberal» que es un crecimiento acelerado, coincidente con el primer signo de desarrollo.

El crecimiento longitudinal hasta la infancia se incrementaba aproximadamente en 5cm y 2,5 kg de peso por año, una vez comenzada la pubertad, las niñas pueden llegar a crecer 6,2 cm por año y alcanzan su talla adulta generalmente a los 15 años. El crecimiento longitudinal se termina aproximadamente 2 años después de la llegada de la menarquia.

Estas transformaciones corporales en las preadolescentes escapan al dominio del yo, ya que se imponen como una necesidad, siendo vividas, en ocasiones, con incertidumbre y temor. Puede existir aceptación o rechazo del propio cuerpo ya que la mayoría de las veces el desarrollo físico se adelanta al desarrollo psicológico, convirtiéndose en una vía de expresión de lo psíquico tal como quejas somáticas y trastornos funcionales, así lo señalan los autores Martín y Pedreira (2000).

Siegel (1982) ha resumido de la siguiente manera el impacto de estas transformaciones físicas en los preadolescentes:

- a) Se produce un aumento de la toma de consciencia y del interés por los aspectos relacionados con el propio cuerpo, favorecidos, probablemente por el desarrollo cognitivo que tiene lugar en estas edades.
- b) La mayoría de los adolescentes, al comienzo de esta etapa, se encuentran más interesados por su apariencia física que por cualquier otro aspecto de sí mismos.

ESCALA DE TANNER

GRADOS	CARACTERÍSTICAS
I	Ausencia de caracteres sexuales secundarios. No hay tejido mamario palpable, sólo el pezón protuye, la areola no está pigmentada. No hay vello pubiano.
II	Se palpa tejido mamario bajo la areola sin sobrepasar ésta. Areola y pezón protruyen juntos, con aumento de diámetro areolar. Vello pubiano incipiente a nivel de labios mayores.
III	Se caracteriza por crecimiento de la mama y aureola con pigmentación de ésta; el pezón ha aumentado de tamaño; la aureola y la mama tienen un solo contorno. Vello pubiano más abundante, alcanza la región púbica.
IV	Existe mayor aumento del volumen mamario con areola más pigmentada y solevantada, por lo que se observan 3 contornos (pezón, areola y mama). Vello pubiano en zona pubiana.
V	Vello pubiano más abundante. La mama es de tipo adulto, en el cual sólo el pezón protruye y la areola tiene el mismo contorno de la mama. Alcanza cara interna inguinal.

c) Por regla general, las chicas muestran mayor insatisfacción por su aspecto físico que los chicos.

d) Existe una clara relación entre atractivo físico y la aceptación social, y viceversa.

Además, la preadolescencia se caracteriza por un egocentrismo que se visibiliza a través de dos fenómenos llamados «audiencia imaginaria» y «fábula personal» (Elkind, 1988). El primero lo podemos evidenciar a través del pensamiento de que los pares y cercanos a los preadolescentes están pendientes todo el tiempo de la imagen personal que proyectan los jóvenes, sintiendo que son actores principales frente a una audiencia que los vigila. El fenómeno de fábula personal se refiere a la creencia del preadolescente que es un ser único, que nadie puede llegar a entenderlo y sentir como él siente (Elkind, 1988).

Desde estos fenómenos se origina el deseo constante de ser aceptado, sobre todo por sus pares quienes se transforman en referentes principales que van modulando ciertos aspectos personales relevantes para la construcción de identidad (Arab y Díaz, 2015).

2.1.2 AUTOESTIMA EN LA PUBERTAD

La preadolescencia es uno de los periodos más críticos para el desarrollo de la autoestima; es la etapa en la que la persona necesita hacerse con una firme identidad, es decir, saberse individuo distinto a los demás, conocer sus posibilidades, su talento y sentirse valioso como persona que avanza hacia un futuro.

Las transformaciones físicas impactan de tal manera que llevan a la preadolescente a sentirse incómoda por alguna característica física desproporcionada o no adecuada para la sociedad dentro de la cual está inserta, esto la lleva a comparaciones con otros de su misma edad y a sentimientos de vergüenza e inadaptación cuando comprueba que su desarrollo se encuentra por debajo del de sus compañeros (Hurlock, 1961). Es por esto que la valoración positiva de sí mismas en las niñas tiende a bajar durante esta etapa, donde el considerarse normal dentro de sus círculos cercanos y en la sociedad a la cual pertenecen depende en gran medida del conocimiento del propio cuerpo y los cambios que implica el entrar a la pubertad.

En nuestro país, un estudio hecho acerca de la Autoestima de las Jóvenes Chilenas realizado por Dove en conjunto con Adimark el año 2016, entrevistó a adolescentes y preadolescentes entre los 10 y 17 años, donde el 36% de las encuestadas declaró haber dejado de hacer alguna actividad por haberse sentido mal con su apariencia, siendo las principales actividades que evitan el ir a la piscina, a la playa y a comprar

ropa. Además, con el comienzo de la pubertad se dejan de lado actividades deportivas o actividades que obliguen a las niñas a exponerse frente a multitudes.

Para María Inés Salamanca, Coordinadora de Oficina de Programa de ONU Mujeres Chile, *«el fomento del autoestima de las mujeres y las niñas es importante para el alcance la Agenda de Desarrollo Sostenible al 2030 de Naciones Unidas, dentro de los cuales tenemos como meta específica velar por la participación plena y efectiva de las mujeres y la igualdad de oportunidades de liderazgo a todos los niveles y para ello requerimos trabajar como sociedad desde las edades más tempranas para el desarrollo de todo el potencial de las niñas y adolescentes»*. (The Label 2017).

La aceptación durante la pubertad conlleva tanto la confianza en la apariencia física como en el desarrollo intelectual, esta última arista tiene un punto más alto comparado a lo físico ya que según un estudio hecho por la fundación Semilla (2018), un 94,3% de los escolares piensa que hombres y mujeres tienen las mismas capacidades para desempeñar cargos de alta responsabilidad. Hoy en día la mayoría de los jóvenes creen que tanto hombres como mujeres tienen un intelecto y capacidades similares para ejercer cargos que conlleven un alto compromiso hacia los demás, lo que nos da la certeza que las niñas y futuras mujeres cada día están más conscientes del potencial intelectual que poseen.

Las diferencias de género provienen de generaciones anteriores, el estudio hecho por la Fundación Semilla también señala que las estudiantes mujeres reciben 4 veces más refuerzos estereotipados de género que los hombres (p.e: ¡Siéntese como señorita!), dados en contextos escolares o familiares, lo que refuerza la idea de que los jóvenes contemporáneos son mucho más conscientes de la igualdad entre personas y en las aptitudes que todos pueden desarrollar.

Tanto como lo intelectual, la seguridad en el propio físico es relevante para la formación del autoestima, es por esto que un equilibrio entre estas dos partes es imprescindible para la formación de mujeres líderes y capacitadas para ejercer liderazgo en las generaciones venideras. Desde edades tempranas es importante la formación de la confianza y el asumirse como un ser único con características que lo diferencian del resto.

Según el estudio de Dove y Adimark (2016), en las niñas entre 10 y 12 años la construcción de la confianza y el sentimiento de seguridad en sí mismas se da principalmente por el tiempo que se pasa en familia, a medida que aumenta la edad, esta confianza se da por los buenos amigos con los que se puede hablar.

Una vez comenzada la pubertad la seguridad que pueden otorgar los padres y los círculos familiares de las niñas juega un rol clave, ya que

estos actores cercanos pueden encargarse de instaurar en ellas la normalidad y aceptación de sus propias características físicas, junto con fomentar las actividades y gustos propios para la formación de una identidad única. Correché, Giménez, y Rivarola (2013) afirman que la autoestima comienza a construirse desde el momento del nacimiento, o incluso antes por las expectativas y los deseos de los padres que producen la seguridad de ser querido(a) o de ser rechazado(a). Por lo tanto, es en el núcleo familiar donde se adquieren las bases para construir una adecuada o inadecuada autoestima (Aguilar Gil, Botello Longji, Yee Aumak, 1998).

Las niñas que entran en la preadolescencia y pubertad muchas veces están preocupadas en lo que les desagrada de su aspecto físico, por lo tanto, su autoestima y confianza en sí mismas puede tender a no desarrollarse plenamente.

Tener una imagen corporal positiva significa sentirse bastante satisfecho del propio aspecto físico, valorando el propio cuerpo por sus capacidades y aceptando sus imperfecciones (Correché, Giménez, y Rivarola, 2013). Conocer los propios gustos, intereses, metas y poder alcanzar los objetivos personales puede ayudar a que se sentirse capaz y fuerte. Una actitud positiva y un estilo de vida saludable (como hacer ejercicio y comer bien) son una combinación para desarrollar una alta autoestima en esta etapa (Aguilar Gil, et. al., 1998).



2.1.3 IMPORTANCIA DE LA PUBERTAD

Los cambios que ocurren en la pubertad muchas veces llegan de imprevisto y sin preparación previa, provocándoles a las preadolescentes sensaciones de miedo, incomodidad e incertidumbre, por lo tanto, es importante conocer estas transformaciones antes de que empiecen a ocurrir para tener una noción de los acontecimientos futuros y para asegurar una normalidad sin prescindir de la comparación con los pares. Aunque el desarrollo en cada persona se da de forma distinta, hay ciertos cambios por los que toda persona pasará en mayor o menor medida y para el crecimiento pleno y saludable hay que tener en cuenta los rangos de normalidad de estos cambios.

Conocer el propio cuerpo y su funcionamiento es de vital importancia para sentirse y comprenderse como una persona con un buen estado de salud, tal como señala el sitio CESOLAA (2016) comprender el desarrollo normal, proporciona además las bases para el diagnóstico y el tratamiento de algunas patologías que pueden presentarse como la Pubertad Precoz, Pubertad Retrasada, las anormalidades menstruales, y otros problemas relacionados al desarrollo y crecimiento. Así, con el conocimiento adecuado acerca de la pubertad, el diagnóstico médico de ciertas patologías podría tardar menos sin esperar etapas avanzadas de enfermedades que pueden ir agravando con el tiempo.

Además de mantener un estado de salud correcto, la pubertad abre la puerta al desarrollo de la sexualidad humana, es en esta etapa cuando

se desarrollan los órganos sexuales y el cuerpo se hace apto para reproducirse, aunque mentalmente las personas no estén preparadas, el físico cambia y pocas veces se explica la razón de estos cambios. El conocimiento de que somos seres sexuados, que debemos mantener cierto cuidado, higiene y respeto con la anatomía, representa la base para ser adolescentes y adultos conscientes e informados acerca de los riesgos a los que se pueden incurrir al no llevar una sexualidad responsable.

Conocer el propio cuerpo y las propias limitaciones es información que se debe recibir desde la niñez por parte de los padres o cuidadores además de los educadores, quienes deben comunicar adecuadamente conceptos aptos para la edad del niño o del preadolescente, proporcionando respuestas a las interrogantes de manera pertinente y honesta. Sin embargo, es común que tanto los preadolescentes como sus padres tengan desconocimiento acerca de lo que se considera normal para el desarrollo, al existir este vacío de información, se da pie para la creencia de mitos existentes en la población general, generando vergüenza y confusión al no existir una preparación adecuada al momento de entrar en la pubertad.

2.2. EDUCACIÓN SEXUAL EN CHILE

Según el Curso de Educación Sexual Online de Auto Aprendizaje (CESOLAA) publicado el 2016, los primeros programas de educación sexual nacieron en Europa, siendo Suecia uno de los primeros países impulsores creando un manual de Educación Sexual en el año 1956, a cargo del directorio nacional de educación sueco. Los otros países europeos comienzan a crear programas de educación sexual de manera oficial a partir de los años '60 y '70.

En América, la educación sexual se hace oficial a partir de los años '90 en países como Perú y Colombia, sin embargo, su aplicación tuvo una corta duración debido al poco apoyo en esta área.

En Chile, la evolución de la educación sexual distingue cuatro períodos: El primero entre los años 1970 y 1973 se caracteriza por el inicio de la institucionalización de la educación sexual comenzado a fines del gobierno de Frei Montalva, con la creación del comité y programa llamado «Vida Familiar y Educación sexual», altamente difundido en las revistas de la época durante el gobierno de Salvador Allende. El segundo período entre 1973 y 1991 se caracteriza por el silencio gubernamental en esta materia, educando en biología reproductiva propiamente y el desarrollo de estudios por otras instituciones. En el tercer período entre 1991 y 1994 se intentó instaurar nuevamente la temática en el currículum escolar, donde destaca la participación del Ministerio de Educación que define un marco político general de referencia. El cuarto período se inicia a mitad de 1995 y corresponde al desarrollo de diferentes estudios y

propuestas de programas, donde nacen las Jornadas de Conversación sobre Afectividad y Sexualidad, las JOCAS, que si bien utilizaban las dependencias de los establecimientos educacionales, eran realizadas fuera del horario de clases, siendo una actividad externa al currículum escolar. A pesar de ser una actividad extracurricular, estas jornadas se dejaron de realizar debido al revuelo que causó en los sectores más conservadores y en la Iglesia Católica.

Desde el año 1996 hasta el 2009 se abre un nuevo período caracterizado por variadas experiencias centralizadas del MINEDUC sin resultados medibles y conocidos. Se destaca la participación de ONG's que participan en educación sexual de colegios privados y católicos. (CESOLAA, 2016)

En nuestro país, la educación sexual se hizo obligatoria para la enseñanza media en el año 2010, sin embargo, su aplicación pocas veces se lleva a cabo donde el 30% de los/as estudiantes de liceos municipales declaran no haber recibido educación sexual, según señala el estudio hecho por la Fundación Semilla (Violencias de género, otra mirada a la brecha escolar, 2018). En la implementación de los Programas de Sexualidad, Afectividad y Género, nunca hubo claridad y la falta de fiscalización dejó el proyecto en letra muerta.

Acerca de la educación sexual, también existe una confusión donde no hay claridad acerca de qué es realmente educación sexual y de por qué hay necesidad de ella. Muchas veces la educación sexual se confunde



con la enseñanza de biología y de la reproducción humana, en otras oportunidades se confunde con la sexología que estudia lo relativo a la respuesta sexual humana y otras veces se cree que es la entrega de valores, normas morales y religiosas o culturales (CESOLAA, 2016). Se le ha quitado relevancia a este tema porque se cree que la educación sexual ya está dentro del currículum de Ciencias Naturales para sexto año básico y segundo medio, sin embargo, no puede haber un programa de educación sexual en ciencias naturales, señala Leonardo Arenas en una entrevista para El Dínamo (2017), refiriéndose a que no es un tema solamente biológico sino que es un proceso mucho más integral que ique debe ser tratado en otra instancia.

Figueroa (2012) señala la existencia de una tensión histórica entre quienes defienden el derecho al conocimiento objetivo y quienes abogan por la libertad de elección en lo referente al tipo de educación valórica-sexual a implementarse en Chile. Esta tensión ha alcanzado su punto más alto en el diseño de la nueva política pública de educación del 2010, otorgando la responsabilidad propia del Estado a entes privados, insertando de este modo una lógica de mercado a una política pública que se apoya principalmente de instituciones no gubernamentales, universidades y programas pilotos ministeriales que cubren el amplio campo de la sexualidad humana.

De hecho, una de las iniciativas no gubernamentales que ha causado más polémica en este tema fue la publicación del libro «100 preguntas

de sexualidad adolescente», que si bien, en ningún momento fue parte del programa de educación sexual, originalmente fue una iniciativa del Ministerio de Salud y «Espacio Amigable», un espacio para acercar a los adolescentes a la atención de salud primaria. Esta idea fue acogida por la Municipalidad de Santiago con la publicación de 1000 ejemplares que se repartieron fuera de las aulas escolares, afirma el psicólogo Danilo Urbina a El Dínamo.

Por ser un tema aún poco estudiado en Chile, se cuestiona la propuesta pedagógica de valores y contenidos que esta debiese incluir, los supuestos estructurales que determinan en qué plano debiese circunscribirse, y qué roles y responsabilidades competen a cada uno de los actores involucrados en la enseñanza.

2.3 DESCONOCIMIENTO DEL CUERPO Y TABÚES

En la época actual aún hay mujeres que desconocen el funcionamiento de sus cuerpos y se avergüenzan de sucesos tan naturales ligados al ciclo reproductivo como el hecho de menstruar. En la mayor parte del mundo todavía es un tabú y raramente se habla de ello, indica un reporte de WaterAid, una ONG enfocada en el agua y seguridad sanitaria.

Los sucesos que se desencadenan durante la pubertad son muy poco hablados y la reacción de las niñas que comienzan su desarrollo depende mucho de su cultura y en el lugar en el que viven. Unicef (2018) señala que dependiendo del lugar de origen, para algunas la llegada de la menstruación es un motivo de celebración, sin embargo, para las niñas que viven en lugares donde la menstruación es un tabú, puede convertirse en una angustiosa introducción a la adolescencia.

En países de Asia, por ejemplo, existen mitos asociados a la menstruación en donde la mujer es relegada de sus actividades diarias y el tema es un tabú que ni siquiera se dan las instancias para conversar entre mujeres. En África, la información acerca del desarrollo y pubertad es de difícil acceso por las barreras de la pobreza y de la educación propia de algunos países de ese continente. Es más, las niñas cuando tienen la menstruación muchas veces no tienen acceso a productos de higiene femenina, dando como resultado una alta ausencia escolar, alejándolas de sus estudios y haciéndolas más vulnerables para contraer matrimonio a edades tempranas, así lo señala la organización del Reino Unido ActionAid.

En torno al día Mundial de la Higiene Menstrual, celebrado el 28 de mayo, la Organización del Reino Unido ActionAid y Yougov, realizaron una encuesta a hombres y mujeres jóvenes entre los 16 y 39 años, donde los resultados fueron sorprendentes, ya que un cuarto de las mujeres encuestadas no entiende su ciclo menstrual, es decir, la falta de información a edades tempranas repercute en el conocimiento del propio cuerpo en las mujeres siendo adultas.

Esta misma encuesta, señala la incomodidad y vergüenza que se siente al tocar este tema, donde una de cada cinco mujeres (20%) dice que se sentiría incómoda al hablar acerca del período con sus amigas, un 21% con sus madres y un 21% con sus parejas.

Además, cuando se trata de hablar acerca de la menstruación con personas de sexo masculino, está la creencia de que ellos van a sentirse incómodos y avergonzados por conversar del tema, sin embargo, esta encuesta revela lo contrario, sacando a la luz que este suceso natural es prácticamente más tabú para mujeres que para los hombres. Las siguientes cifras avalan lo anterior:

a) Una de cada tres (37%) mujeres en el Reino Unido dijo que no se sentiría cómoda discutiendo periodos con amigos varones, sin embargo, solo al 17% de los hombres les resultaría incómodo discutir acerca del período con amigas.

b) Casi la mitad (47%) de las mujeres encuestadas dicen que se sentirían incómodas al discutir acerca del período con sus papás, pero solo el 9% de los hombres se sentirían incómodos al discutir este tema con sus hijas.

c) La mitad de los hombres encuestados (50%) dicen que no se sentirían incómodos al comprar protección sanitaria para las mujeres, mientras que sólo el 16% de las mujeres dicen que se sentirían cómodas al pedirle a un hombre que les compre productos sanitarios.

Como se puede ver en esta encuesta realizada en Europa, muchas veces las mujeres son las forjadoras y creadoras de tabúes justificados en la vergüenza y poco conocimiento acerca de sus propios cuerpos, es más, millones de niñas que viven en algunos de los lugares más pobres del mundo crecen sin saber nada acerca de la menstruación antes de su primer período, o temen su llegada.

En Latinoamérica se comparte esta imagen estigmatizada acerca de la menstruación, una investigación realizada por Unicef en Colombia, reveló que un 34,8% de las niñas no sabían nada acerca de la menstruación antes de la menarquía y un 45% no sabe de donde proviene el sangrado menstrual. La Unicef también señala que es importante comenzar a hablar acerca de la menstruación, tanto con niños como con niñas, antes de los 12 años, para preparar e informar los sucesos que constituyen el hecho de convertirse en adulta.

Distintas fundaciones y UNICEF están acabando con los mitos y tabúes existentes en las distintas culturas, logrando que las niñas tengan control y conocimiento de sus cuerpos y formen una opinión positiva acerca de un suceso tan normal en mujeres.

2.4 MEDIOS INFORMATIVOS

2.4.1. PADRES, EDUCADORES Y PARES

Con la entrada a la preadolescencia los padres continúan siendo una fuente importante de apoyo siendo capaces de generar buenas relaciones familiares por medio del afecto y la comunicación, provocando efectos positivos en el desarrollo de los preadolescentes. En concordancia a este punto, Saavedra (2008) señala que para vivir la adolescencia y preadolescencia en plenitud y para facilitar el tránsito desde la niñez a esta etapa, se requiere entre muchos factores, que los padres reconozcan el potencial de una educación rica en valores desde la infancia, la constitución de una manera de pensar sobre el mundo y sobre el sentido de la existencia en él, como recurso preventivo y de apoyo.

Oliva (2006) recomienda que para el buen ejercicio del rol parental, los padres necesitan conocer los principales cambios que van a experimentar sus hijos e hijas durante la pubertad, así como sus nuevas necesidades para actuar de manera más racional ante las actitudes y transformaciones de sus hijos. Sin embargo, muchas veces se da la situación en que los padres no tienen conocimientos objetivos acerca de la pubertad y se apoyan en su propia experiencia para comunicar, entregando información que muchas veces vuelve a repetir los mismos mitos recibidos por generaciones.

Según las autoras González y Montero (2008), la escasa información que reciben las preadolescentes, específicamente acerca de la menarquia

o primera menstruación, es transmitida en el colegio y por los padres en donde existe una carencia y precariedad en la información entregada, que simplemente profundiza la construcción y transmisión de tabúes de este evento y sus implicancias. Este mecanismo de omisión de información verdadera y explícita no solo es un caso exclusivo de la menarquia, sino que se ha hecho presente en la transmisión de diversos contenidos ligados a la sexualidad, salud mental o conductas de riesgo para el desarrollo.

Debido a esta escasa información, las niñas llegan menos preparadas cuando comienzan los cambios físicos, provocándoles temor e incertidumbre el no saber con claridad qué está ocurriendo con su cuerpo. Estos cambios al ser principalmente de índole sexual, no incentiva a las preadolescentes a querer preguntar y dialogar con sus padres, así lo señala un estudio hecho en Buenos Aires, donde el 59% de los jóvenes no se animó a hacerles preguntas a los padres relacionadas con la sexualidad (Della Mora, 2013).

A quienes recurren comúnmente las preadolescentes para dialogar los temas relacionados a la pubertad son sus pares, es en esta etapa donde el grupo de amigos o amigas pasa a ser un rasgo que determina la identidad de los preadolescentes, convirtiéndose durante mucho tiempo en algo más importante que la propia familia (Martín y Pedreira, 2000). Es este grupo el que proporciona el apoyo y el contexto para el aprendizaje de nuevas habilidades sociales.



Entre pares comparten la experiencia y vivencias ocurridas durante la pubertad, pero a pesar de dialogar con personas que se encuentran en la misma situación, cada persona es distinta y hay fenómenos que a algunos pueden ocurrirles mientras que a otros no, por lo tanto, la información entregada de una preadolescente a otra muchas veces puede ser inválida para la realidad de cada persona. Además, las preadolescentes están en proceso de crecimiento y desarrollo, la mayoría enfrenta dudas y miedos que fácilmente se pueden traspasar de una joven a otra al no poseer una información completa y pertinente acerca del tema.

Los establecimientos educacionales además de explicar la pubertad en profundidad en sexto básico y en segundo año medio dentro de la clase de ciencias, es en la asignatura de orientación a cargo de los profesores jefes donde se debería generar un espacio de conversación más íntimo y dar espacio a los estudiantes para resolver las dudas que los aquejan. Es en esta asignatura donde desde tercero básico se les comienza a hablar acerca de sexualidad como una forma de expresión de vínculo e intimidad entre dos personas y como gestora de su propia vida (Currículum Nacional, 2018). Y ya en cuarto básico, según el Currículum Nacional (2018) es cuando se les da el espacio a los estudiantes para hablar acerca de la pubertad identificando y describiendo los cambios físicos por los que están pasando o pasarán, además de instaurar el respeto a los distintos ritmos de desarrollo. Esta temática se repite en los años posteriores dando gran énfasis a las emociones y autocuidado.

A pesar de que el Currículum Nacional (2018) especifica en sus objetivos desde cuarto a sexto año básico: reconocer y valorar el proceso de desarrollo afectivo y sexual, describiendo los cambios físicos y afectivos que ocurren en la pubertad y respetar los diferentes ritmos de desarrollo entre sus pares, hoy en día no se asegura que se transmitan aquellos conocimientos y se destine tiempo a las actividades propuestas por el Ministerio de Educación en las salas de clases de los diversos establecimientos educacionales a lo largo de todo Chile.

«Actualmente la educación sexual en las salas de clases es una decisión que pasa por el director o el sostenedor de cada establecimiento y que muchas veces al incorporarse se hace a través de personas que no necesariamente cuentan con las herramientas pedagógicas necesarias.» (Solís, 2018)

El educar acerca de pubertad y sexualidad ha generado discrepancias por posiciones contrapuestas acerca de los valores y contenidos que se debiesen incluir (laicos, religiosos, liberales, conservadores, etc.), la estructura que determina en qué plano debiese circunscribirse (público o privado) y qué roles y responsabilidades competen a cada uno de los actores involucrados (Estado, escuela, familias) (Figueroa 2012).

La falta de obligatoriedad en las unidades educativas ha traído consecuencias tales como el embarazo de 22.340 adolescentes en el año 2016,



Fuente: Dove.com

dentro de los que más de 650 fue en menores de 14 años, así lo señala la psicóloga Débora Solís, en una entrevista para la revista Paula (2018)

Es así que por las tensiones creadas en torno a esta temática, hay contenidos que se omiten según los valores de los establecimientos educacionales, el respeto al espacio privado de los alumnos y no tener claridad cuál es el rol de la escuela y el rol de los actores que conforman los círculos cercanos de los preadolescentes.

2.4.2. INTERNET Y REDES SOCIALES

En el siglo que vivimos actualmente se ha producido una revolución tecnológica que tiene sus orígenes en el año 1969 con la creación de internet, según Arab y Díaz (2015) a partir de allí se ha promovido el desarrollo de nuevos aparatos y dispositivos como computadoras, tablets y celulares, generando un intercambio global y expedito que plantea una modificación de los paradigmas de la comunicación.

Esta herramienta tecnológica y comunicacional la utilizan cotidianamente más de tres mil millones de personas, es decir, más del 40% de la población mundial (Penco y Platero, 2016), en Chile, estas cifras no son ajenas ya que se estima que entre un 60%-70% de la población tiene acceso a internet (Criteria Research, 2012). La alta penetración que ha tenido internet y dispositivos tecnológicos tanto en Chile como en distintos países del mundo paulatinamente ha instaurado una brecha

digital entre los padres y sus hijos, pues los más jóvenes, llamados millennials y generación Z, han interactuado con dispositivos tecnológicos y los han adoptado en diferentes ámbitos de su vida prácticamente desde su nacimiento.

La comunicación online ha causado controversia porque si bien, favorece a profundizar y mantener relaciones creadas de manera presencial, para explorar la propia identidad, encontrar apoyo a problemas de desarrollo en temas sensibles, desarrollar habilidades, entre otros (Arab y Díaz, 2015), también es vista de manera negativa al poner en riesgo a niños y adolescentes de presentar conductas adictivas con el uso de internet, estar expuestos a relacionarse con extraños y facilitar el cyberbullying por parte de sus pares.

Otro riesgo permanente que corren los adolescentes al navegar en internet es la legitimidad de la información a la que acceden, en una era donde la posverdad se ha instaurado como un discurso que afirma cosas sin tener la certeza de si son reales o no lo son. Oxford (2016) define a la posverdad como el fenómeno que se produce cuando los hechos objetivos tienen menos influencia en definir la opinión pública que los que apelan a la emoción y a las creencias personales. Así, podemos ver que las redes sociales se han convertido en herramientas efectivas para la generación y reproducción de información y contenidos, la creación de identidades y la difusión de ideas (Enguix, 2017), con el uso de likes, trending topics y share de opiniones se está generando una acumulación

de fuentes poco fiables en donde la persona común no distingue cuál información es veraz y cuál no lo es, generando un proceso de reproducción masiva de información falsa (desinformación) (Remiro, 2018).

Esta difusión de noticias e información poco confiable es preocupante sobre todo en los preadolescentes, quienes presentan dificultad para distinguir la información real de la falsa, así lo señala un estudio hecho por la Universidad de Stanford (2016) donde el 82% de los jóvenes estadounidenses no sabe distinguir entre una información patrocinada y una noticia verdadera, simplemente los jóvenes juzgan la credibilidad de informaciones basándose en los detalles que incorporan o en la fotografía antes que en la fuente informativa. Por lo tanto, los adolescentes y niños están aprendiendo y resolviendo sus inquietudes a partir de datos e informaciones erróneas, tal como afirma un estudio similar realizado en Argentina por Murdochowicz (2017), que señala que al buscar información en internet, ocho de cada diez adolescentes eligen la primera página que encuentran, sin diferenciar ni analizar la procedencia de la información, ni quién es el autor, fundamentando su selección por la popularidad del sitio, sin compararlo con otras fuentes. Además, la autora de este estudio, Roxana Murdochowicz, declara en una entrevista para el periódico argentino Clarín (2018) que tomó en cuenta datos arrojados por investigaciones hechas en distintos países como Inglaterra, en donde 5 de cada 10 adolescentes «creen todo lo que dice Internet», argumentando que «si Google lo incluyó es verdadero».

Por lo tanto, es «indispensable por parte de los adultos autoeducarse y aprender todo lo relativo a internet, aplicaciones y redes sociales. Sólo así es posible ejercer un adecuado monitoreo, acompañamiento y supervisión» (Mosso y Penjerek, 2008). La investigadora Murdochowicz también afirma que los padres pueden intervenir transmitiendo a sus hijos pautas básicas a la hora de realizar búsquedas, de modo que puedan analizar y comparar la información hallada en la web.

A pesar de la constante exposición a informaciones falsas, es posible dar un buen uso a la tecnología y a los dispositivos utilizándolos como un recurso didáctico e interactivo que aporte de buena forma a generar conocimientos en los currículos de diferentes materias educacionales, así lo señalan Calvo y Vásquez (2015) en su estudio de adolescentes y cibermedios.

«Los smartphones se pueden convertir en una oportunidad para docentes y para el propio sistema educativo, de educar en un uso responsable y en aprovechar una tecnología tremendamente poderosa con recursos y aplicaciones con gran potencialidad didáctica y con aplicaciones para la vida personal social y profesional del alumnado» (Cochrane y Bateman, 2010).

Al potencial educativo que pueden tener dispositivos como smartphones, se debe añadir la penetración y el uso que tienen los aparatos tecnológicos en la población adolescente y preadolescente en Chile, donde un

40% de los jóvenes chilenos pasa entre 2 a 6 horas diarias navegando en internet (OCDE, 2015). Si bien, su utilización en gran parte es para acceder a redes sociales o juegos online, internet también es usado para cumplir con los deberes escolares o para informarse acerca de su cuidado personal relacionado a la salud. La Universidad de Northwestern (2015) afirma que 84% de los adolescentes estadounidenses ha obtenido información de salud online, siendo su principal preocupación la prevención de enfermedades o verificar síntomas cuando están enfermos. Acceden a páginas web cuando tienen inquietudes, pero también utilizan otras plataformas tecnológicas para informarse como juegos o apps de temas relacionados a la salud.

3. DIAGNÓSTICO

3.1 METODOLOGÍA



Para la investigación desarrollada durante el proceso de titulación se utilizaron distintas herramientas y técnicas inspiradas en la metodología Human Centered Design, pasando por las tres fases que propone este modelo: inspiración, ideación e implementación.

Durante la primera fase de inspiración se definió un público al cual llegar, este se define como una audiencia femenina preadolescente que está pasando por la pubertad, teniendo claro ese primer paso se dio lugar a realizar distintas actividades y herramientas que la metodología propone. Es por esto que se procedió a la realización de actividades como un Card Sort, entrevista a expertos, entrevistas en profundidad, observación y sumergirse en el mundo de las futuras usuarias.

La segunda etapa de ideación fue más concreta una vez obtenidos todos los conocimientos de la primera etapa, por lo que se bajó la información a conceptos claves, se detectaron interacciones críticas e insights para proceder a concretar los primeros mockups y prototipos sometidos a testeos junto a las usuarias.

En la fase de implementación se continuó con la iteración y validación de los prototipos, se acudió al respaldo de expertos, definir el equipo necesario para la materialización de la propuesta además de desarrollar una estrategia de implementación para poner en pie el producto final.

A continuación se definirán las herramientas utilizadas en la etapa de inspiración, como primer paso para el levantamiento de información utilizado para la materialización de la propuesta explicada posteriormente a lo largo de este informe.

3.2 LEVANTAMIENTO DE INFORMACIÓN

La primera actividad realizada fue Card Sort con nueve niñas entre 9 y 12 años con el objetivo de comprender el contexto personal, social y familiar dentro del cual se desenvuelven las preadolescentes, conocer la percepción y opinión de ellas mismas en cuanto a los estereotipos de imagen y relación con sus cuerpos, saber cuales son los temas que consideran tabúes y conocer sus proyecciones a futuro. Esta herramienta de investigación fue utilizada para conocer y comprender a las preadolescentes contemporáneas e introducir a la investigadora acerca de los valores y conductas del usuario, además de visibilizar la influencia que tienen los pares en la preadolescencia. Esta actividad fue realizada con niñas provenientes de las comunas de La Florida, Peñalolén, Las Condes y Macul, estudiantes de colegios privados y municipales tanto católicos como laicos.

Por otro lado, se realizaron observaciones no participantes en distintos lugares a los cuales concurren las preadolescentes como malls, tiendas y restaurantes de comida rápida. Esta herramienta se utilizó para conocer sus comportamientos y relaciones con sus pares en un contexto alejado del hogar y de los establecimientos educacionales. Los lugares visitados fueron el Mall Alto Las Condes, Mall Florida Center y cadenas de comida rápida como McDonald's y Burger King durante los días viernes y sábado en la tarde.

Paralelamente se llevó a cabo una «etnografía digital», con el fin de profundizar la manera en que las preadolescentes hacen uso de las redes

Técnica	Muestra	Medio de Registro
Card Sort	8 preadolescentes entre 9 y 12 años	Set tarjetas, fotografía, registro de audio.
Entrevista	8 preadolescentes entre 9 y 12 años	Registro de audio, notas escritas.
Observación	Preadolescentes entre 8 y 12 años	Registro de audio, notas escritas.
“Etnografía” Digital	5 preadolescentes entre 8 y 12 años	Revisión a través de la red social Instagram.
Entrevista a expertos	Una psicóloga y un ginecólogo infanto juvenil.	Registro de audio y notas escritas.

sociales, en este caso Instagram, donde se pudo observar la manera de comunicarse por medio de los comentarios, la forma en cómo se muestran al resto de sus seguidores y conocer los referentes que influyen el contenido que deciden mostrar. Aleatoriamente se llegó al Instagram personal de 5 niñas entre quinto y séptimo año básico quienes tenían sus perfiles públicos.

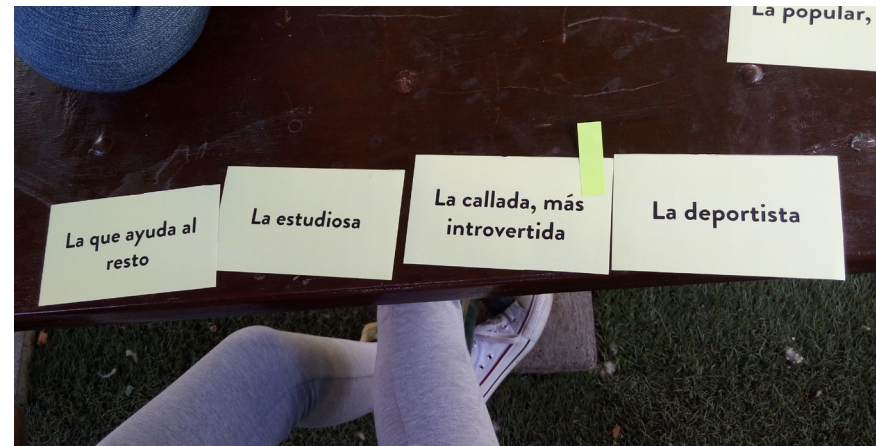
Para profundizar aún más en los gustos y preferencias se realizó una entrevista en profundidad a ocho niñas entre los 9 y 12 años para conocer sus principales referentes, sus gustos tanto en música como en programas, las tendencias que siguen en cuanto a la moda y lo visual y su relación con dispositivos tecnológicos.

Además se realizaron entrevistas a expertos, por un lado a Mónica Cornejo, matrona con estudios en psicología adolescente, a Ramiro Molina, especialista en obstetricia y ginecología infantil y adolescencia creador del sitio CESOLAA (Curso de Educación Sexual Online de Auto Aprendizaje) de la Universidad de Chile y a Cynthia Paniagua, psicóloga educacional de la Universidad del Desarrollo. El objetivo principal era conocer de qué manera abordar el tema de la pubertad y la forma en cómo comunicar este tema respetando y considerando la edad y el etapa de desarrollo del público objetivo.

Por último, se realizó una encuesta online acerca de las preguntas y mitos relacionados a la pubertad y sexualidad, respondida por mujeres entre

los 10 y 24 años, con la finalidad de extraer mitos y dudas persistentes frente al desarrollo y sexualidad humana que serían incluidos en una sección del proyecto final.

3.3 RESULTADOS



| Card Sort

La actividad que consistió en ordenar tarjetas con nombres y conceptos distintos para 12 preguntas arrojó como resultado:

a) A la interrogante ¿quién es el actor que influye más en cómo las preadolescentes se sienten con su cuerpo? Se identificó que los padres son quienes más influyen en la imagen personal de las niñas, en segundo lugar los amigos/as y en tercer lugar los familiares cercanos. Según lo comentado, estas personas son las que les dan un retroalimentación constante a las jóvenes acerca de cómo se ven, si se ven lindas o feas expresado a través de comentarios directos. Las redes sociales, la televisión y publicidades son los que menos influyen, quedando en los últimos lugares.

b) En cuanto a temas tabúes, las jóvenes ordenaron y seleccionaron las cartas con palabras propuestas por la investigadora que más les hacían sentido en cuanto al secreto y pudor, pudiendo optar a una carta en blanco para escribir temas que no estaban dentro de los predeterminados. Los temas tabúes más elegidos en orden de importancia fueron: suicidio, sexualidad, ginecólogo, enfermedad mental y abusos; algunos de los temas que incluyeron las jóvenes en la carta en blanco fueron: homosexualidad, futuro profesional, alimentación, autoflagelación, aborto, entre otros. Esta actividad además de arrojar luces de los intereses de las pre adolescentes fue de utilidad para conocer el comportamiento

de las niñas frente a sus pares, en donde fue evidente la adopción de diferentes roles e influencias dentro del grupo.

c) También se preguntó con quién tienen la confianza de hablar acerca de los temas tabúes, la mayoría dijo que con sus amigas, en segundo lugar con la mamá, dejando al padre en cuarto lugar quedando por debajo de algún familiar cercano como la abuela o hermanos.

d) En cuanto a la pregunta ¿A través de qué medio te informas o preguntas estos temas? El 100% de las jóvenes dijo que se informaban en internet, además de tener acceso a algún dispositivo tecnológico como smartphone, tablet o computador. De todos modos declaran que sí existe un control por parte de sus padres que regula el uso de internet y dispositivos, más que nada enfocado al tiempo que pasan conectadas y no al contenido al que acceden.

e) Cuando tenían un problema personal, señalaron que en su mayoría recurrían a sus madres, luego a sus amigas en el segundo puesto. Las que no recurrían a nadie, dijeron que para sentirse mejor simplemente pensaban el problema y «lo conversaban con la almohada», algunas optan por utilizar las redes sociales para desahogarse a través de post o stories y una joven señaló que conversaba con su gato.

| Observación

Se asistió a lugares que frecuentan los diversos adolescentes y preadolescentes, se visitó el Mall Alto Las Condes, Mall Florida Center y locales de comida rápida.

a) Las jóvenes dentro de los mall asisten con 1 ó más amigas y visitan tiendas de retail como H&M, Forever 21, Americanino, Zara, entre otros, además de las multitiendas y sus secciones de ropa juvenil mujer. En aquellas tiendas «vitrinean» y acceden a probarse ropa, sin embargo, la tasa de compras realizadas por preadolescentes es muy baja. Un comentario hecho por una joven de unos 12 años a su amiga fue: «Voy a ver si me queda bien, así le digo a mi mamá que me lo compre después», refiriéndose a unos pantalones.

b) Además de mirar ropa y probarse, el hecho de estar en una tienda junto a sus amigas les da pie para querer registrar su visita, así que por medio de selfies, boomerangs o videos que suben a sus Instagram personales dejan huella de los lugares que visitaron, aunque solo haya sido para vitrinear.

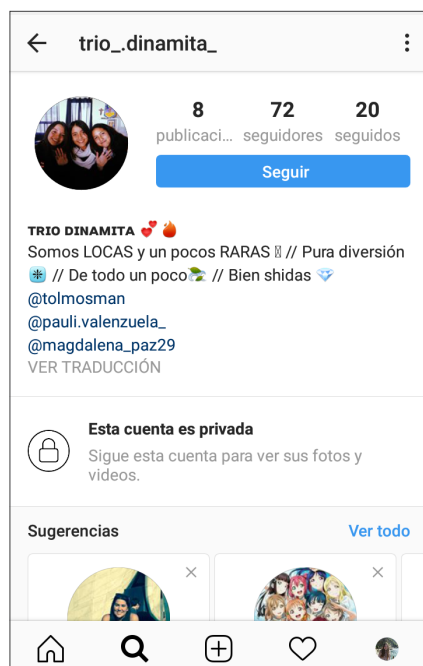
c) A los lugares de comida rápida elegidos, Mcdonald's y Burger King, asisten en grupos grandes de 6 u 8 personas, tanto mixtos como sólo de mujeres donde acceden a consumir productos y combos. En estos



Fotografías sacadas de las redes sociales de las preadolescentes (por motivos de seguridad y anonimato, solo se tomaron notas escritas y de audio en los lugares de observación)



Perfil abierto donde se puede ver la información personal que muestra al público: su edad, signo, deporte que practica y colegio.



Instagram perteneciente a un grupo de amigas haciéndose llamar "Trío Dinamita".



Publicación que suben a sus perfiles (izquierda) y tipo de foto que suben a sus "stories" (derecha)

lugares también está la tendencia de querer registrar la visita, un grupo observado de 4 niñas y 2 niños de unos 12 ó 13 años reflejó lo pendientes que estaban todos de sus dispositivos móviles, grabando y discutiendo para no difundir aquellos videos en Instagram.

| «Etnografía» Digital

Utilizando la red social Instagram, se llegó a los perfiles personales de distintas preadolescentes, tanto de Santiago como de regiones aledañas.

a) En sus descripciones del perfil, bajo su nombre, es común poner su edad, curso o el año en que saldrán del colegio, la ciudad en la que viven y el colegio al que asisten. También se repitió en muchos perfiles

la tendencia de poner también alguna actividad extraprogramática que realicen, como por ejemplo, un deporte, si asisten a un grupo scout, si pertenecen a algún movimiento de la Iglesia, etc.

b) Las amigas de las preadolescentes tienen un rol protagónico en sus redes sociales, ponen en su descripción etiquetados los perfiles de sus amigas, además crean cuentas de Instagram de sus grupos de amigas, teniendo aparte de su perfil personal, perfiles de grupo donde suben publicaciones e historias de los distintos miembros que lo conforman.

c) El lenguaje utilizado combina el uso de emojis y símbolos, en muchos casos se reemplaza el uso de palabras por emojis. Estos emojis apoyan su comunicación verbal por medio de los comentarios en las propias

| Entrevistadas

Dominga, 10 años, Las Condes.

Camila, 12 años, Peñalolén.

Paula, 12 años, Peñalolén.

Francisca, 10 años, Las Condes.

Maite, 11 años, La Florida.

Antonia, 12 años, La Florida.

Dominique, 11 años, Las Condes.

Agustina, 9 años, La Florida.

publicaciones o en las de sus amigas, además son un elemento que complementa, utilizado como ícono y también se utilizan los emojis como elemento de decoración para sus descripciones o fotos.

d) El contenido que suben contempla dos niveles, por un lado las historias que permiten tomar fotografías o grabar videos cortos utilizando máscaras (como por ejemplo: orejas y nariz de perro), filtros, texto, pinceles para dibujar arriba de las fotos, entre otros. Estas historias tienen la duración de 24 horas y una vez transcurrido ese tiempo se borran automáticamente a no ser de que se guarden en la sección de historias destacadas. Por otro lado, están las publicaciones que se quedan en el perfil que pueden ser fotos y videos, en el caso de las preadolescentes en esta sección suben fotos de ellas mismas con sus amigas, con sus familiares, fotos de paisajes, de sus actividades, etc. En las historias suben mayoritariamente selfies y fotografías tomadas en ciertos lugares dejando un registro de su ubicación.

e) Las fotografías que suben ya sea a sus historias o perfiles de instagram dejan evidencia de los objetos que poseen, tales como lápices, zapatillas, ropa, accesorios, los productos que consumen en cuanto a comida y marcas que más utilizan.

| Entrevista

a) Se entrevistaron a ocho preadolescentes entre los 9 y 12 años que cursaban entre cuarto y séptimo básico. 6 de 8 declaró vivir con ambos

padres en la misma casa, todas tenían al menos un hermano o hermana junto al cual viven. Todas concordaron que las conversaciones con sus padres se dan en la mesa a la hora de la comida, en el auto cuando las van a dejar o a buscar al colegio y en los momentos de ocio como cuando ven televisión juntos. Además, todas coinciden en apoyar en su casa en el orden de su propia pieza, en lavar la loza o poner la mesa. «*Mis dos papás trabajan todo el día, así que cuando llegan cenamos juntos y me preguntan cómo me fue en el colegio, si hice mis tareas y las cosas que me toca hacer mañana.*»-Paula.

b) Se les preguntó acerca de sus dispositivos tecnológicos y los usos que les daban, 7 de 8 declaró tener un celular propio y el total de las entrevistadas dijo tener acceso a un computador ya sea perteneciente a uno de sus papás, compartido con algún hermano o un computador personal de uso propio. El 100% de las entrevistadas acceden a Youtube en el computador, el 75% a Netflix y todas utilizan Google para hacer tareas o trabajos. En sus celulares usan redes sociales como Instagram, Whatsapp, Youtube y solo una declaró usar Snapchat. Además de estas redes sociales, dos declararon que utilizaban sus celulares para jugar mediante aplicaciones descargadas.

c) El contenido que ven en Youtube principalmente son los canales de diferentes Youtubers quienes relatan en sus videos actividades de su vida diaria, el 100% de las preadolescentes nombró a lo menos a un Youtuber entre los que se encuentran: *Dosogas, Juanpa Zurita, Jojo Siwa,*

Los Polinesios, Miranda Sing, entre otros. Del 75% que ve Netflix, lo usan para ver series tales como *Teen Wolf*, *Riverdale*, *Vampire Diaries*, además de ver documentales y películas con sus papás y amigas.

d) 7 de 8 preadolescentes reconoce que hay contenido que han dejado de ver, tales como programas de televisión, películas o series, considerando que hay programas para «guaguas» o para niños chicos, como por ejemplo la serie *Violetta*, *Peppa Pig* y *Soy Luna*.

e) En cuanto a los objetos que poseen, los que más codician son: en primer lugar las carcasas de celulares, en segundo lugar zapatillas y ropa y en tercer lugar pintauñas y productos de belleza como colonias o cremas. Otros objetos nombrados fueron los slimes y los squishy, accesorios como joyas y accesorios para el pelo, además de lápices y elementos para dibujar.

f) En su tiempo libre el 87% usa su celular como actividad primordial, la actividad que ocupa el segundo lugar es compartir con las amigas ya sea para conversar, ir al Mall, ver películas, cocinar, compartir con sus mascotas y reír. El 100% tiene una mejor amiga o amigo, si la tuvieran que definir en pocas palabras sería «cariñosa», «siempre está para ti», «se pone en tu lugar», «se la juegan por todo».

g) El colegio lo describen con palabras y frases como «fome», «muchas tareas», «me quita mucho tiempo estudiar», además en cuanto a la información

que reciben acerca de la pubertad, el 50% dice que solo es en la asignatura de biología donde hablan acerca del crecimiento y cambios físicos. «Mi materia favorita es ciencias porque en la última unidad vamos a hablar de la pubertad y me interesa preguntar de eso». –Antonia.

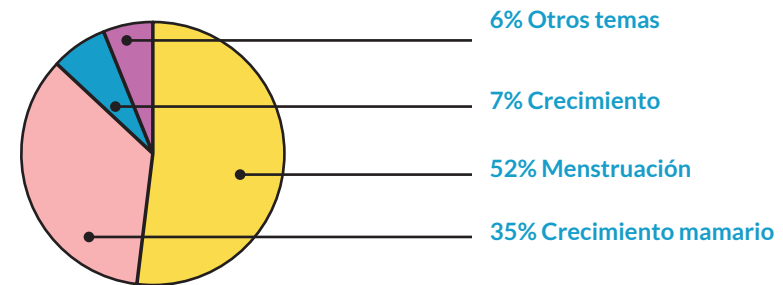
| Entrevista a expertos

a) Para aclarar desde cuándo es recomendable hablar acerca de la pubertad con las preadolescentes los expertos coincidieron en que la educación sexual debe darse desde la primera infancia, con métodos y didácticas adecuadas para la edad de las niñas. Por otra parte, la matrona Mónica Cornejo aconseja que la información que se les otorgue a las preadolescentes siempre tienen que ser lo que ellas mismas preguntan, nunca entregarles más información de lo que saben, no obstante hay que ser explícito en dar la información que requieren sin omitir ni disfrazar la realidad.

b) En cuanto a los actores responsables de enseñar e informar acerca de la pubertad, todos declaran que los encargados deben ser los actores cercanos a las preadolescentes como madres, padres, cuidadores o profesoras/res, procurando tener un método adecuado de información para que sea comprensible.

c) Acerca del equilibrio que debe haber entre la información científica/biológica y la información emocional/experiencial, Ramiro Molina junto a Mónica Cornejo señalan que ninguna información se debe privilegiar,

Temáticas más repetidas



sino que ambas son un equilibrio de la normalidad humana sin contradicción. Mónica le da énfasis a cuatro pilares fundamentales que sobre todo durante la preadolescencia se deben mantener equilibrados, estos son las emociones, el intelecto, la sexualidad y el físico.

d) Los especialistas declaran que al no tener pleno conocimiento se pueden generar riesgos a futuro, el doctor Ramiro Molina dice que «en Chile sin una educación sexual, se han formado padres sin conocimientos acerca del tema quienes han criado y protegido en un entorno de inocencia a sus hijos, estos padres omiten información o más bien no son capaces de dar las respuestas que sus hijos requieren, dejándoles la puerta abierta para que consulten y exploren en internet. Hemos tenido muchas consultas de madres y padres por angustia de los niños o niñas por haber visto o consultado pornografía dura y que les ha provocado situaciones de angustia y no entender lo que ven.»

| Encuestas online

a) La encuesta fue respondida por 128 mujeres entre los 10 y 24 años. El tema más repetido fue la menstruación con un 52% (67). Luego el crecimiento mamario (35%) y en tercer lugar el crecimiento longitudinal (7%)

b) El 75% corresponde a preguntas, mientras el 25% a mitos. Muchos de ellos se repetían, como por ejemplo «No hay que bañarse estando con la regla», mientras que algunas preguntas se tocaban el tema de la sexualidad más a fondo con temáticas acerca de la virginidad y relaciones sexuales.

3.4 CONCLUSIONES PRELIMINARES DE LA INVESTIGACIÓN

Las preadolescentes entrevistadas declaran que hacen uso de internet y dispositivos gran parte de su tiempo libre, es allí donde buscan contenido para entretenerse y para cumplir con sus deberes escolares. Por otro lado, utilizan internet para hacer búsquedas de temas relacionados a la pubertad que les causen pudor, dando pistas que hay un deseo de abstenerse de conversar ciertos «temas difíciles» con los demás, buscando salidas en la tecnología en un espacio privado entre ellas y la pantalla. Este deseo de abstenerse también se puede ver al momento en que tienen un problema, que si bien acuden a su madre o amigas en primer lugar, muchas no lo verbalizan y se guardan el problema dependiendo de su gravedad, buscando salidas en la tecnología o reflexionando a solas.

Por tanto, se puede apreciar que en sus círculos cercanos tienen personas a las cuales recurrir cuando tienen problemas o dudas, sin embargo, internet y los dispositivos son las herramientas más privadas a las que tienen acceso ya que sin siquiera reproducir oralmente una pregunta, pueden teclear una palabra en algún buscador y pueden acceder a una multiplicidad de información, ya sea la correcta para su edad o no. Independiente de la forma de ser de cada preadolescente, algunas más extrovertidas y otras más introvertidas, es implícito en todas el deseo de privacidad y no querer escuchar ciertas cosas, sino más bien enterarse por su cuenta, siendo más abiertas al diálogo con sus amigas ya que ellas respetan y entienden este espacio de privacidad.

A su vez, tal como declaran Martín y Pereira (2000), las amigas toman tal protagonismo que en múltiples ocasiones son más importantes que la propia familia, convirtiéndose en un refugio y apoyo en situaciones difíciles ya que, como ellas mismas las describen, son personas cariñosas, empáticas, que siempre están disponibles para ti. No obstante, al momento de realizar la actividad de Card Sort se pudo evidenciar la gran influencia que pueden ejercer estas amigas, haciendo que algunas preadolescentes decidan cambiar o retractarse de alguna opinión dada, lo que muchas veces modela el modo de actuar quitando la originalidad y la identidad personal de algunas preadolescentes que se dejan llevar.

Es inevitable que con la entrada de la preadolescencia el grupo de amigos tome protagonismo, este hecho trae consigo consecuencias positivas en la formación social, sin embargo, lo más riesgoso es que las amigas y amigos se pueden convertir en una fuente primaria de información, sin recurrir a sus padres o educadores en primer lugar. El médico especialista Ramiro Molina, recalca que deben ser los adultos cercanos a la preadolescente quienes deben otorgar la confianza y libertad de hablar acerca de pubertad y cambios físicos, pues, estos adultos cercanos deben ser capaces de responder las dudas que tienen las preadolescentes e informarse adecuadamente para transmitir información neutra sin emitir juicios propios para que la preadolescente tenga una panorámica general de la situación y no repita los mismos pesares, miedos y vergüenzas que los adultos podrían traspasar en su relato. Si bien la experiencia es

importante, lo que se debe tener en cuenta es la parcialidad del relato ante todo. Lamentablemente en Chile la educación sexual es escasa, sobre todo en generaciones pasadas por lo que los adultos actuales no cuentan con las herramientas necesarias para responder las dudas que las preadolescentes se generan acerca de la pubertad.

Las preadolescentes muestran interés en querer hablar acerca de la pubertad, sin embargo, es en internet y con sus amigas con quien lo hacen la mayor parte del tiempo compartiendo sus experiencias, queriendo saber los cambios que algunas de sus compañeras ya han vivido, comentando de manera privada lo que implica estar en la pubertad. Para muchas preadolescentes los cambios corporales son temas que les genera vergüenza y, por lo mismo, tienden a omitir cierta información que desean saber.

3.5 INTERACCIONES CRÍTICAS/ OBSERVACIONES CLAVE

- Existe un deseo de saber más acerca de la pubertad y poder tener más instancias para informarse del tema.
- A su vez, hay un espacio privado e íntimo en el que la adolescente prefiere guardarse ciertas dudas debido al pudor.
- Es internet y sus amigas sus fuentes principales de información por lo que la mayoría de las veces acceden a contenido poco verídico.
- Los adultos cercanos a las preadolescentes no son expertos en el tema.
- El tema de la pubertad es difícil de verbalizar y las preadolescentes lo ven como un tabú, tomándolo con vergüenza.
- Hay un gusto por los Youtubers, emojis y memes, relacionando el humor con acontecimientos actuales.
- Gran acceso a la tecnología que permite el rápido y fácil acceso a la información.

4. FORMULACIÓN DEL PROYECTO

4.1 PROBLEMÁTICA

Hoy en día las preadolescentes siguen un estilo de vida influenciado por sus pares, confiando en ellos sus problemas personales y las dudas íntimas que les puede generar los cambios que les ocurren en la pubertad. Además, tienen un acceso casi ilimitado a distintos dispositivos tecnológicos y a internet, corriendo el riesgo de informarse en páginas con información poco confiable o no adecuada para su edad. En los colegios la información que reciben es propiamente biológica, entregada recién en sexto año básico cuando las preadolescentes tienen 11 ó 12 años, utilizando un lenguaje muy técnico y científico siendo de difícil entendimiento para las preadolescentes.

4.2 ¿CÓMO SURGE EL PROYECTO?

Tras la investigación realizada durante el proceso de título, se observó que los medios digitales cumplen un rol importante en las dinámicas sociales debido a la amplitud de posibilidades que ofrece, sobre todo en las preadolescentes actuales quienes son parte de una generación nacida en el auge de las redes sociales y han tenido acceso a internet desde su nacimiento. Como ya se mencionó anteriormente, en Chile la penetración de internet es cada día más alta y se está trabajando para que en todos los rincones de nuestro país se tenga acceso a esta herramienta, es decir, el mundo digital está cada vez más a la mano y se está involucrando en los diversos ámbitos de nuestra vida.

Es más, el gobierno actual propuso tomar las medidas pertinentes para digitalizar los trámites que hoy en día se realizan de manera análoga, y por otra parte, también se defiende la propuesta de implementación de clases de programación a nivel escolar, así lo señala una entrevista hecha al actual presidente por Publimetro (2017).

Por otro lado, señala la psicóloga Débora Solís (2018), la falta de obligatoriedad de educación sexual, lo poco preparados que están los adultos responsables y el cúmulo de información alojada en la web, muchas veces con grandes aberraciones, da pie para crear un espacio web accesible e informativo en el cual padres y preadolescentes puedan confiar y que se adapte a los usos del lenguaje, los medios audiovisuales y el lenguaje gráfico de las niñas que entran a la pubertad. Es así como surge JelouMi, un proyecto web que apoya aquellas carencias informativas acerca del conocimiento del propio cuerpo y sexualidad.



4.3 FORMULACIÓN

QUÉ

Plataforma web para preadolescentes chilenas que informe acerca el tema de la pubertad, mediante el uso de un lenguaje cercano y respaldado por una fuente de información asesorada por expertos.

POR QUÉ

Porque las preadolescentes chilenas se informan principalmente a través de amigas/os o internet, accediendo a fuentes de información deficientes, erróneas y confusas que no resuelven las inquietudes de las jóvenes de manera profesional y verídica, causando vulnerabilidad y dudas que afecta su sano desarrollo.

PARA QUÉ

Para informar temas poco hablados acerca de la pubertad, fomentando el entendimiento del propio cuerpo y mente, potenciando el sano crecimiento y formación consciente de futuras adultas.

OBJETIVO GENERAL

Informar y normalizar los diversos eventos ligados a la pubertad y preadolescencia mediante una comunicación cercana y fidedigna.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 1.** Dar respuesta a preguntas acerca de la pubertad de manera accesible y confiable tanto para las preadolescentes como para los padres. *IOV: Nivel de resolución de dudas para las niñas.*
- 2.** Propiciar un espacio de confidencialidad y cercanía para las preadolescentes utilizando un lenguaje e imágenes acordes para su edad. *IOV: Nivel de identificación y cercanía que encuentran las niñas con lo expuesto.*
- 3.** Prevenir conductas de riesgo a futuro que podrían provocar problemas físicos o mentales en las preadolescentes. *IOV: Nivel de información y conocimiento de factores de riesgo.*

4.4 CONTEXTO Y USUARIO

| Contexto

Según lo investigado, las preadolescentes tienen acceso a celulares o dispositivos como tablet o computadoras ya sean propios o de un familiar, si bien la relación con estos aparatos se da prácticamente durante todo el día, es en su tiempo libre cuando pasan la mayor parte del tiempo conectadas. Por lo tanto, la plataforma web toma como punto de partida el contexto personal de las preadolescentes, es decir, el tiempo libre que pasan en sus casas al llegar de la escuela (los días de semana) o durante los fines de semana cuando en paralelo están viendo youtubers, series o navegando en sus redes sociales. El lugar físico de su casa que utilizarían para visitar el sitio web sería su habitación estando a solas ya que sienten que están consultando algo muy personal que nadie más debería saber.

| Usuario

Principalmente, las usuarias son preadolescentes entre los 9 y 12 años que están entrando o ya están en la pubertad. Están en proceso de desarrollo por lo que tienen dudas acerca de su propia normalidad y los cambios corporales que les están sucediendo y por los que tendrán que pasar. Viven en la casa familiar con sus padres y hermanos, están abiertas a hacerles preguntas a sus papás pero hay ciertos temas que prefieren conversarlos solo con sus amigas.

Como resultado de la investigación hecha, fue posible conocer distintas tipos de adolescentes y establecer tres arquetipos diferentes que se definen a continuación:

LA TEENAGER | AGUSTINA, 12 AÑOS.

Agustina vive con sus dos papás y sus dos hermanos en la casa familiar, ella es la única hermana mujer y es la menor de su familia. Tiene un perro que lo quiere tanto como un hermano y se dedica a jugar con él y a pasearlo casi todos los días.

Tiene un computador propio que lo usa principalmente para ver videos en Youtube, le encanta ver los videos de Dosogas, un team uruguayo que se dedica a hacer video-blogs con distintas bromas y panoramas que hacen en diferentes lugares. Usa Youtube también para escuchar música, Ariana Grande es su favorita junto a Katy Perry, aparte del pop le gustan otros estilos de música como el trap, donde Bad Bunny es lejos su favorito. Escucha música en sus tiempos libres cuando llega del colegio y sobre todo cuando le toca hacer trabajos usa la música de fondo para concentrarse.

Además de su computador, tiene un iPhone en el cual se ha descargado distintas aplicaciones para comunicarse como WhatsApp, para divertirse con juegos en línea y para compartir fotos y contenido con sus amigos y conocidos a través de Instagram.

Es en esta aplicación donde sube contenido a menudo mediante las stories utilizando los boomerangs y videos donde sale con sus amigas en el colegio, cuando van a comer algo al mall, cuando van a vitrinear o simplemente cuando están en sus casas. Cuando decide subir alguna fotografía al perfil de Instagram, se preocupa mucho de la estética que va a tener la foto, por lo que se descarga aplicaciones de edición para dar el aspecto de foto análoga, para resaltar los colores o simplemente para que se vea como una foto profesional. Se preocupa mucho por la



1. Dispositivos tecnológicos

Computador para escuchar música, ver series, hacer tareas. Celular para comunicarse, informarse, mostrarse en las redes sociales, jugar, ver youtubers

2. Relaciones interpersonales

Buena relación con su Mamá, le hace preguntas acerca de la pubertad, con sus amigas habla de lo más práctico de aquella etapa.

3. Actividades tiempo libre

Va al mall, a vitrinear o comer. De vez en cuando va a fiestas de noche cuando la invitan.

pose en la que sale en la foto, es capaz de sacarse 20 fotos para tener la imagen perfecta y obtener cientos de likes.

Su perfil de instagram es público, por lo que se expone a que desconocidos vean sus fotos e historias, por su apariencia, Agustina se ve como si fuese alguien de mayor edad, por lo que muchas veces sin quererlo sus poses y sus fotos pueden ser provocativas para muchas de las personas que no conoce, sin embargo, más allá de intercambiar likes no tiene mayor interacción con ellos.

Su grupo de amigas cercanas es de cinco compañeras de curso, con ellas se escapa al mall sobre todo los viernes, van al Starbucks y van a recorrer las tiendas para probarse distintos outfits y de vez en cuando se compra algo con su mesada. Es con sus amigas con quienes habla y comparte los temas más íntimos que le inquietan, a algunas ya les llegó la regla así que les hace todas las preguntas acerca de aquel esperado evento. El tema de la menstruación le produce ansiedad porque sabe que en cualquier momento le puede llegar, no le genera miedo, de hecho quiere que le llegue pronto para así sentirse más grande y más mujer. Este tema lo ha conversado con su mamá haciéndole preguntas del tema, Agustina toma la iniciativa de querer conocer más y de preguntar, sin embargo, su mamá muchas veces trata de omitir información utilizando muchos eufemismos para no exponer a su hija a «contenido que no debería saber».

Marcas utilizadas



LA NORMAL | CAMILA, 10 AÑOS

Camila es la hija mayor, ella tiene tres hermanos pequeños con los que vive junto a sus papás en la casa familiar. Todos los días asiste al colegio a quinto básico y aún mantiene a su mejor amiga que conoció a los 6 años, es junto a ella con quien tiene un grupo de cuatro mejores amigas.

En su casa comparte su pieza con su hermana dos años menor y tienen un computador que ambas usan para hacer las tareas y entretenerse. Camila usa whatsapp, Instagram y Youtube la mayor parte del tiempo desde su celular que le regalaron hace un año. Usa el computador para hacer las tareas, ver Netflix y para ver videos en Youtube, su youtuber favorita es Jojo Siwa, una preadolescente igual que ella con una personalidad y sentido del humor inigualable, a Camila le encanta verla y a veces imitar sus hazañas con sus amigas.

En su celular lo que más usa es Whatsapp, Youtube e Instagram, en esta última red social sube stories sobre todo en el colegio durante los recreos con su grupo de amigos, sube muchos videos y boomerangs usando las «máscaras» de la app con orejas de perro o conejo. Sube muy pocas fotos a su perfil, si es que sube alguna foto es una selfie sola o con su mejor amiga, no le importan los likes, sino que le importa pasarlo bien con sus amigas y reírse mientras se sacan las fotos. Con sus 4 amigas cercanas se crearon un perfil de Instagram del grupo, es ahí donde suben las bromas que se hacen, fotos divertidas, hacen memes con sus caras, comparten algunas travesuras que hacen en el colegio.

Durante la semana va a un taller de Handball en su colegio, le encanta el deporte y compite por su colegio por lo que muchas veces los sábados también le dedica tiempo a esta actividad. Los días que no tiene taller aprovecha de estudiar o ir a las casas de sus amigas, cuando se juntan les encanta cocinar recetas que ven en internet, experimentar haciendo sus propios Slimes y se graban imitando a los youtubers que siguen. No se declara popular, de hecho dice que le da lo mismo como la catalogue el resto de sus compañeros, lo que a ella más le importa es sentirse bien con sus amigas y cómoda en todo momento.

En su curso ha notado que muchas de sus compañeras ya se están desarrollando, muchas ya usan petos o sostenes, le da mucha vergüenza el día en que a ella le toque usarlos, su mamá ha intentado conversar con ella del tema pero a Camila le da vergüenza preguntarle cosas, por lo que casi siempre es un monólogo de su mamá, así que es con sus amigas a quienes recurre para informarse de estos temas.



1. Dispositivos tecnológicos

Computador para películas, música, hacer tareas, ver videos. Celular para comunicarse, informarse, jugar, ver youtubers, divertirse.

2. Relaciones interpersonales

Le da vergüenza hablar con su mamá acerca de la pubertad, se refugia y se informa gracias a sus amigas o internet.

3. Actividades tiempo libre

Va al taller de handball de su colegio, se junta con sus amigas de vez en cuando para compartir con sus mascotas o hacer actividades como cocinar.

En su colegio tampoco nadie les ha hablado de los cambios físicos, por lo que cuando comiencen los cambios más significativos es probable que los enfrente con miedo, vergüenza y sentimientos negativos generados por la desinformación.

Marcas utilizadas



LA KAWAII | CONSTANZA, 10 AÑOS

Constanza tiene un hermano tres años mayor y en su departamento vive con él y con sus papás. Se dedica la mayor parte del tiempo a cuidar a su gato, con el juega, le compra accesorios y lo mimaba gran parte del tiempo. Durante las tardes cuando llega del colegio se dedica a limpiar al gato y a darle comida ya que ella se declara ser su mamá.

Una vez cumpliendo sus deberes con su mascota va a su pieza donde hace sus tareas en el escritorio y prende su computador para entrar a Youtube y escuchar música proveniente de Corea, a Constanza le encanta el K-Pop y ha descubierto nuevos grupos de este estilo gracias a sus amigas con quienes ven los videos de sus idols y además imitan sus bailes y estilos de vestuario.

Constanza aún no tiene celular porque sus papás consideran que es muy pequeña para asumir tal responsabilidad porque se le podría perder o estropear con facilidad, es por esto que no hace uso de redes sociales como Instagram o Whatsapp, solo hace uso de Youtube y Netflix a las que accede mediante su computador propio o en el iPad de su mamá. Para comunicarse con sus padres hace uso del reloj Momo que es de gran utilidad para saber dónde se encuentra cuando ellos se están en el trabajo lo que les otorga seguridad y tranquilidad.

En el colegio tiene tres mejores amigas y es con ellas con quienes comparte sus gustos en música, en series y programas, se juntan en las casas de sus amigas a ver estos espectáculos y de vez en cuando van de compras a tiendas especializadas en productos traídos de Asia donde adquieren merchandising de sus grupos favoritos y productos de moda como slimes o squishies.

Con sus amigas habla acerca del crecimiento, con su mamá también ya que tienen confianza para conversar del tema y Constanza la considera como su mejor amiga, sin embargo, hay dudas más técnicas que tiene acerca de los sucesos que ocurren en la pubertad y su mamá no es capaz de responderle todas sus dudas ya que no es una especialista en el tema.



1. Dispositivos tecnológicos

Computador para ver videos, escuchar música, películas, música, hacer tareas.

2. Relaciones interpersonales

Habla con su mamá acerca de los cambios físicos, sin embargo, siente que ella no le resuelve las dudas que tiene.

3. Actividades tiempo libre

Practica las coreografías de sus idols del Kpop, va a comprar con sus amigas merchandising y le gusta ir al cine de vez en cuando

Marcas utilizadas

nickelodeon.



TODOMODA



5. REFERENTES Y ANTECEDENTES

5.1 REFERENTES



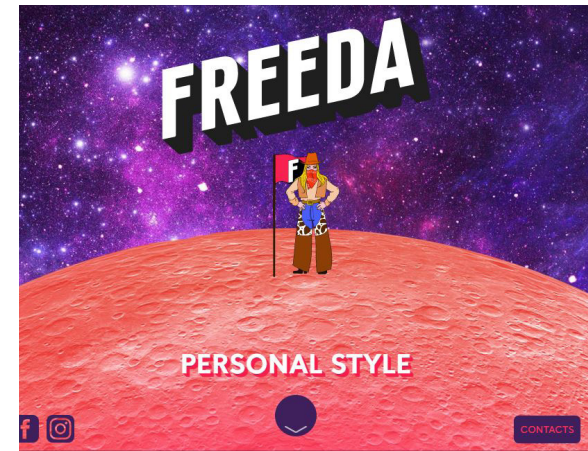
| App Todo Mejora

Aplicación facilitadora de información, guías, consejos, tips para jóvenes LGTB y un chat con expertos. Destaca el uso de un lenguaje consecuente con su público objetivo, utilizando jergas juveniles, además de utilizar el lenguaje inclusivo en la plataforma.



| Gastón y Nova, Ministerio de energía

Mediante el uso de dos personajes insertos en situaciones cotidianas, el Ministerio de energía del pasado gobierno transmitía información para fomentar el cuidado del medioambiente y consumo responsable de energía. Se destaca por el uso de personajes carismáticos y corrientes que invitan a realizar ciertas acciones llegando a ser un ejemplo para la población.



| Freeda

Plataforma italiana de contenido multimedia que emite contenido en redes sociales utilizando videos cortos, entrevistas rápidas e imágenes enfocadas en la temática del feminismo. Es interesante el uso que hacen de las redes sociales, sobre todo Instagram para informar, hacer partícipe al público por medio de preguntas, trivias y contenido de libre acceso como imágenes de fondo para el celular. Destaca el uso humorístico por medio de memes y frases divertidas.



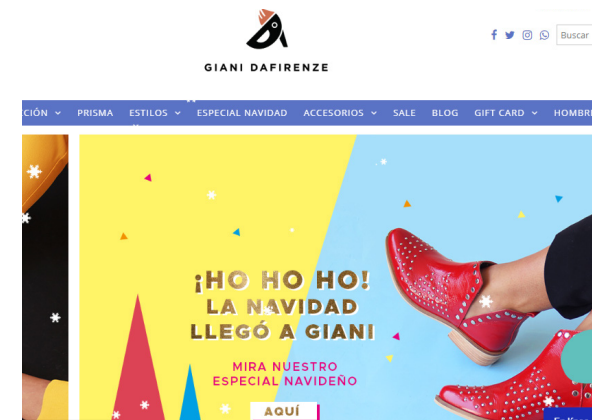
| Track mental health

Aplicación web para registrar información relacionada con la salud mental mostrada mediante visualizaciones interactivas de datos utilizada con fines médicos. Permite establecer objetivos personales, registrar las emociones diarias, entre otros, proporcionándole a los profesionales en salud mental las razones y los patrones de depresión o buen humor. **Es importante ver cómo una herramienta digital puede ser de gran utilidad para llevar registro de la salud mental.**



| Gráfica youtuber

En los diversos videos de youtubers nacionales como internacionales se utiliza una gráfica bastante similar en cuanto a tipo de letra, colores saturados y un uso extenso de emojis. **Todos estos elementos destacan en el mundo preadolescente donde es interesante utilizar una gráfica similar para hacer atractivo el producto.**



| Gráfica Giani Dafirenze

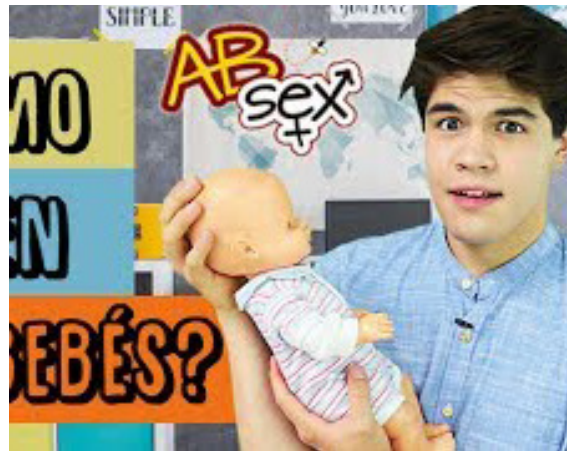
En su web y mailing utilizan colores saturados en combinación con colores pasteles, además de utilizar elementos gráficos geométricos y tipografías con tono juvenil. **Se utiliza como referente principalmente por su combinación de colores y estilo gráfico coherente con un mundo juvenil que podría ser adaptado al mundo preadolescente.**

5.2 ANTECEDENTES



| Amaze.org

Sitio web que entrega educación sexual a niños y jóvenes mediante videos animados de carácter entretenido, poniendo en valor la sexualidad como un contenido fundamental y normal en la vida de cada persona. **Lo relevante de este sitio es la manera de comunicar temas biológicos y psicológicos con un lenguaje sencillo, aludiendo al humor y cercanía con el usuario.**



| Canal de Youtube ABSex

Canal de Youtube animado por un joven mexicano que relata diversos eventos acerca de la sexualidad, está orientado a jóvenes y preadolescentes tocando temas como el crecimiento mamario, la menstruación, uso de protección femenina entre otros. **Destaca la iniciativa de hablar de temáticas tabúes explícitamente, entregando la información adecuada asesorada por una sexóloga.**



| Libro la guía de las Chicas

Libro que relata desde la propia experiencia cómo fue el desarrollo y los distintos cambios sufridos durante la pubertad por la autora. **Lo importante es el relato que se da en primera persona, contando cómo fue su proceso y sus miedos, entregando datos de manera real y dando a conocer lo que casi nadie dice acerca de la pubertad.**



| Mimag

Sitio web chileno que subía distintas historias contadas por adolescentes acompañadas de ilustraciones. Este sitio web abarcaba una diversidad de temáticas, además de entregar tips relatados por las mismas adolescentes. **Es de importancia el relato y la propia experiencia que podían transmitir las jóvenes en sus historias, creando una identificación y un sentimiento de «no sentirse sola» en diversas situaciones sabiendo que a alguien más le ha pasado lo mismo.**



| Libro 100 preguntas sobre sexualidad adolescente

Libro creado por la municipalidad de Santiago que resuelve las dudas más comunes de adolescentes. **Destaca el lenguaje con el que comunica siendo directo y sin utilizar eufemismo, además aborda los temas que los jóvenes hablan hoy en día, tomando en cuenta su opinión y dudas actuales.**



| Fundación Niñas Valientes

Fundación encargada de impulsar la equidad de género a través de la educación emocional de niñas y adolescentes centrada en el fortalecimiento de su autoestima y pensamiento crítico. Ofrece servicios como talleres para niñas y adolescentes, charlas para niñas y niños, capacitación para profesores, entre otros. **Destaca por el empoderamiento y fomento de la autoestima positiva en las preadolescentes, además de otorgar confianza tanto en su físico como en sus capacidades intelectuales.**

6. PROCESO DE DISEÑO

6.1 DECISIONES GENERALES

| ¿Por qué la pubertad?

Se tomó en cuenta la pubertad y la preadolescencia ya que es una etapa intermedia donde no hay un conocimiento general si corresponde a la plena adolescencia o si es simplemente el periodo final de la niñez. Si bien antiguamente no se reconocía la existencia de una etapa llamada adolescencia y los jóvenes a muy temprana edad debían asumir múltiples responsabilidades, como por ejemplo, ingresar al mundo laboral o consumir matrimonios sin siquiera ser capaces de procrear en el caso de las mujeres. Hoy en día es la etapa preadolescente un periodo crítico donde se desconocen los comportamientos y los cambios que comienzan a tener los jóvenes al ingresar a la pubertad, además esta etapa toma importancia ya que se establecen las bases del conocimiento del propio cuerpo y el funcionamiento de la sexualidad humana.

En el currículum escolar chileno, es recién en sexto año básico, es decir, entre los 11 y 12 años cuando se les enseña acerca de sexualidad y pubertad a los preadolescentes, como se declara en la investigación desarrollada en el marco teórico, los cambios más significativos de las preadolescentes comienzan previos al momento en el que se les enseña acerca de la pubertad en los establecimientos educacionales. Por lo tanto, muchas niñas y jóvenes llegan sin conocer su propia anatomía y sin entender los procesos y ciclos por los cuales cada persona debe pasar para convertirse en adulto.

Por tanto, se toma este vacío en información para otorgar contenido de manera accesible acerca de los cambios físicos y la obtención de

caracteres sexuales primarios y secundarios, correspondiendo a la base de la educación sexual al reconocer al propio cuerpo, su funcionamiento y las partes que lo componen. Como se ha visto en distintas iniciativas, como por ejemplo, en el libro publicado por la Municipalidad de Santiago, 100 preguntas de sexualidad adolescente, se evidencia este desconocimiento relacionado a la anatomía y funcionamiento interno del sistema reproductor, siendo dudas que se arrastran por años, formando adultos que no entienden lo que ocurre con sus propios cuerpos.

| ¿Por qué una plataforma web?

Como ya se mencionó anteriormente en la investigación y por lo visto en el estudio de campo realizado, el internet y las tecnologías de pantalla como celulares, tablet y computadoras están cada vez más presente en nuestra vida cotidiana y por sobre todo en el día a día de los más jóvenes. Estas herramientas digitales han llegado a generar cierto nivel de dependencia por un sinnúmero de utilidades que se les puede otorgar desde la entretención, la comunicación y como medios de información inmediatos, ocupando gran parte del tiempo libre de las preadolescentes actuales. Por lo mismo, muchas veces optan por acudir a un buscador web para informarse en vez de hacerlo presencialmente frente a sus padres o educadores, asumiendo cierto pudor para verbalizar temáticas relacionadas a la pubertad que les dificultaría el diálogo con estos actores.

Por tanto, se pretende aprovechar el acceso y destrezas que tienen la mayor parte de las preadolescentes con la tecnología e internet para que sean una fuente de información confiable, complementaria y que

afirme los conocimientos entregados en contextos escolares y familiares. Así, se busca que cada vez que las preadolescentes tengan una duda puntual o quieran conocer más acerca de un tema ligado al crecimiento y pubertad puedan hacerlo accediendo a esta plataforma web donde encontrarán información oportuna y cercana donde además tienen la posibilidad de seleccionar los temas de mayor interés para releerlos o verlos en el momento que se desee.

Además al estar alojado en la web se puede dar un rápido acceso utilizando Google Adwords que por medio de palabras claves asociadas a la plataforma, permite que sea uno de los primeros resultados en el buscador de Google dando mayor probabilidades a que las preadolescentes accedan a informarse en este sitio.

| Atributos y requerimientos

Para el diseño de la plataforma web, se tomaron en cuenta ciertos atributos y requerimientos que se desprenden de la investigación y trabajo en terreno para lograr una óptima interacción y cumplir con un resultado final acorde a la usuaria final.

Atributos

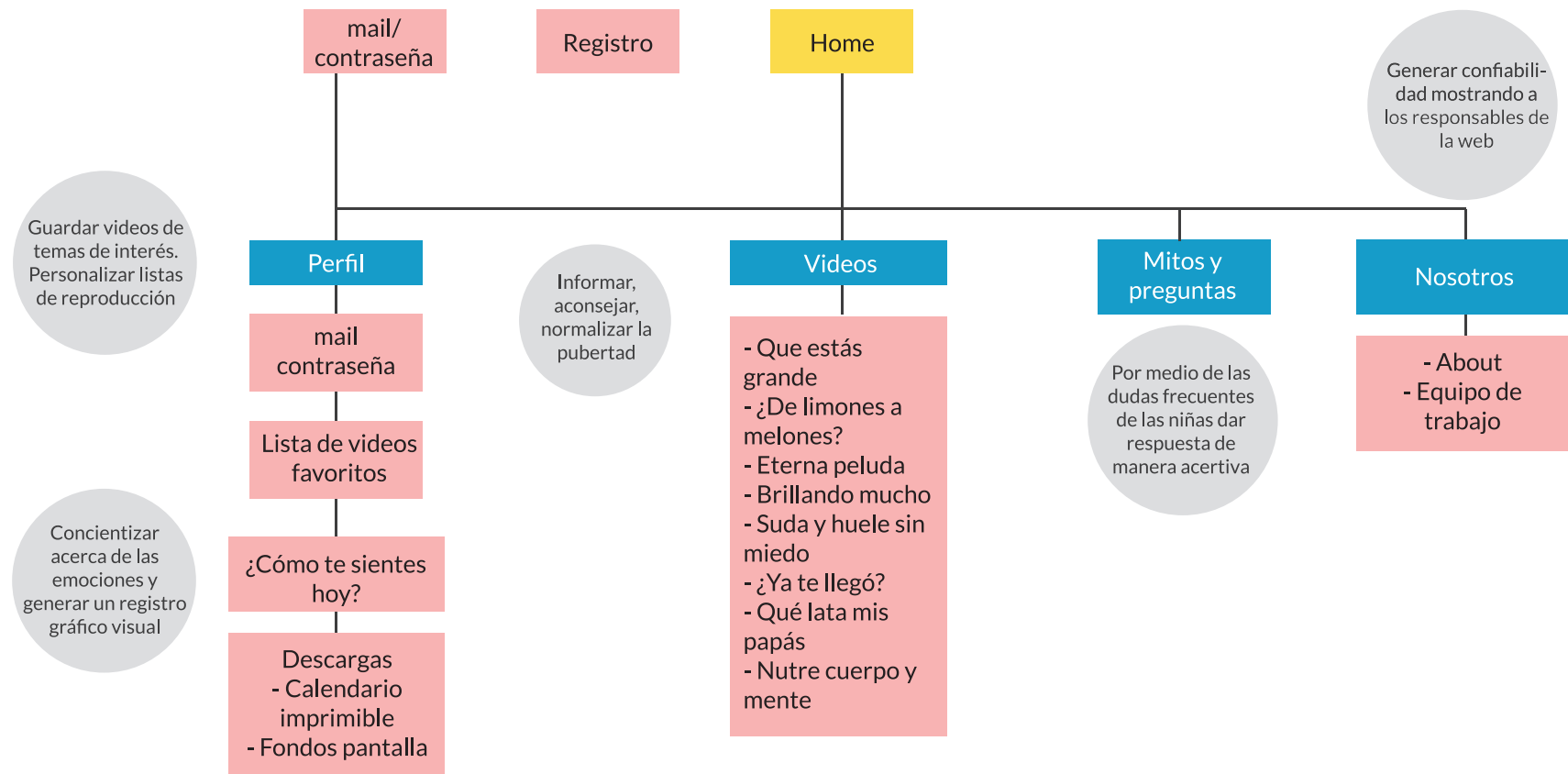
- Confiable
- Ofrecer un espacio de intimidad
- Verídico y profesional
- Actualizable a través del tiempo

Requerimientos

- Lenguaje cercano
- Gráfica acorde a los gustos preadolescentes
- Fácil de usar
- Accesible

6.2 DIAGRAMA DE FLUJO

Con la información acerca de la pubertad ya seleccionada, se debió determinar cuál sería el diagrama de flujo de la plataforma web, tomando en consideración las diferentes acciones que se podrían realizar dentro de la página.



6.3 GENERACIÓN DE CONTENIDOS

| Segundo diagrama

Luego de desarrollar el primer diagrama de flujo mostrado anteriormente que sería de utilidad para el desarrollo de la interfaz de la web, se determinaron algunas modificaciones en cuanto a jerarquías y orden de los contenidos.

El cambio de mayor relevancia fue la creación de un landing page que mostrara de manera sencilla la temática, los contenidos y los beneficios de la web creada. Además, se reorganizó la información para facilitar la navegación y que todos los contenidos dispuestos tuvieran una misma jerarquía.

El diagrama de flujo definitivo se muestra junto al producto final, incluyendo las decisiones tomadas a lo largo del proceso de diseño.

Luego de las entrevistas con expertos se procedió al levantamiento de información y a la redacción de contenidos. Para esto, se consultó bibliografía recomendada por los expertos que contenían información biológica y psicológica, uno de los sitios consultados fue el Curso de Educación Sexual Online de Auto Aprendizaje (CESOLAA), en donde se habla en detalle acerca de los cambios físicos junto con su explicación biológica y consecuencias. Complementariamente a la información médica, se buscó bibliografía enfocada en informar acerca de la pubertad de manera más amigable para las preadolescentes, es así como se llegó a diferentes libros y sus índices de contenidos para tener una base acerca de qué cambios ocurren en la pubertad y la manera en que se debe abordar en cuanto a la explicitud de la información.

Una consideración que se tuvo al elaborar el índice de contenidos de la plataforma web, fue ordenar cada cambio corporal cronológicamente a medida que van ocurriendo, si bien no hay un orden establecido, el común de las niñas al menos en Chile sigue un patrón de crecimiento bastante parecido hasta llegar a desarrollarse por completo.

Para abordar la información, se definió cada cambio corporal como un capítulo distinto, conformando en total ocho capítulos informativos entre los que se relatan el crecimiento de las extremidades, el crecimiento mamario, aparición de vellos, el cutis e imperfecciones, olores corporales, la menstruación, la relación con los padres y el potenciar las

capacidades tanto intelectuales como físicas. Todos los capítulos fueron redactados por la investigadora, teniendo consideración en el uso del lenguaje para que fuese adecuado para las preadolescentes. Además de una información escrita, cada capítulo iría acompañado de un video protagonizado por una joven a modo de testimonio para otorgar confianza y generar identificación con la información entregada, por otro lado, se aprovecharía la tendencia actual de los youtubers para que la audiencia preadolescente se sienta cautivada y atraída por el contenido.

Una arista primordial para comunicar es el uso del dialecto como una herramienta cautivante que motive al lector a seguir leyendo y al entendimiento de la información. Para esto se tomó en cuenta la manera de hablar y de comunicarse que tienen las preadolescentes contemporáneas quienes utilizan el recurso humorístico difundido hoy en día a través de ideas, situaciones o conceptos por medio de Memes que se viralizan en internet principalmente en las redes sociales. Además, hay jergas y dichos que han nacido bajo el alero de los últimos años gracias a estos Memes y de la comunicación oral usada por los youtubers que han surgido en este último tiempo, lenguaje que usan las preadolescentes en sus contextos de amistad como un determinante de su propia identidad.

Teniendo un índice de contenidos junto al tono que debía tener el lenguaje, se procedió a la redacción de los ocho diferentes capítulos que posteriormente fueron revisados y corregidos por las psicólogas Francisca

Morales y Antonieta Prado, ambas de dos generaciones distintas por lo que fue interesante tomar en cuenta sus opiniones e ideas en algunos casos muy contrarias. Considerando estos comentarios y correcciones se llevó a cabo la propuesta final del contenido, además de la realización de ilustraciones que acompañan el relato.

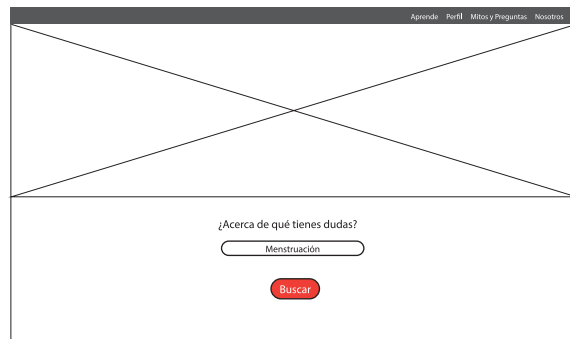
6.4 DISEÑO INTERFAZ

Una vez definido un diagrama de flujo, se procedió al diseño de la primera aproximación de la página web, concentrándose en la manera de presentar todo el contenido de manera ordenada y con claridad en el nombre de sus secciones para facilitar el acceso y dar guiños acerca del contenido.

El diseño de interfaz fue realizado a modo de Wireframe como una guía o esqueleto contenedor de la información, este esquema es representado en blanco y negro con pequeños toques de color, con una tipografía estándar y sin aplicaciones gráficas, su principal objetivo es mostrar la funcionalidad del sitio y las jerarquías establecidas en cuanto al uso e interacción con el usuario. Para testear los flujos de navegación este esquema es el recomendado ya que evita la distracción de las personas con colores o gráficas muy llamativas y además predispone a las personas a dar su opinión sincera al ver un producto que aún no está acabado.

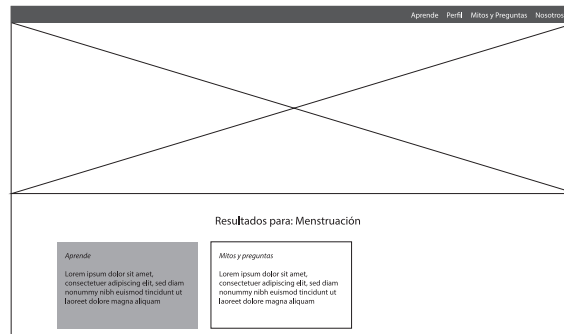
Para el diseño del Wireframe, se utilizó el tamaño para versión de escritorio, ya que según lo recabado durante la investigación la mayoría de las preadolescentes tienen acceso a un computador de uso propio o compartido, y no es así el uso de celular porque es en esta edad cuando muchas recién obtienen su primer celular. Las maquetas realizadas no cuentan con los tamaños de tipografías ni elementos definitivos ya que a lo largo del proceso se fueron adecuando.

En las siguientes páginas se muestra una serie de *Wireframes* hechos que fueron sometidos a un primer testeo.

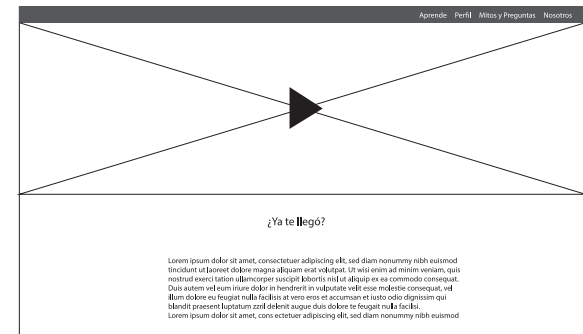


Home

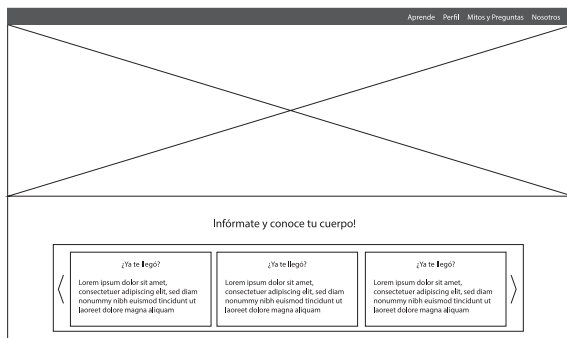
la página principal cuenta con un video en el header junto con una pregunta que incentiva a buscar información. Luego hay un buscador en donde se puede seleccionar un tema preestablecido acerca del cual se quiera informar.



Una vez haciendo click en el botón de búsqueda, aparecen todos los resultados acerca del tema escogido, ya sea contenido alojado en la sección de Mitos y Preguntas o en la sección Aprende. Allí se puede elegir acerca de qué leer de acuerdo al tema.

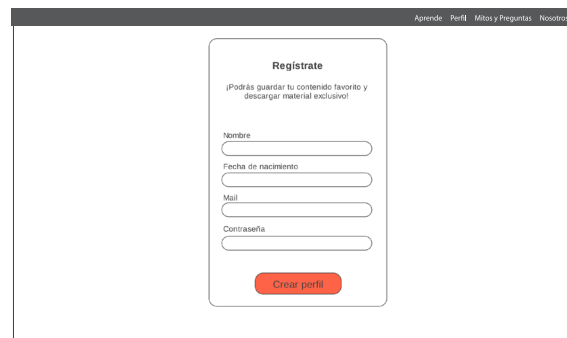


Al hacer click en una ventana de un capítulo de la sección aprende, se abre y se muestra la información con un video en el header relacionado al tema del que se habla junto con la información desplegada a modo de texto e ilustración hacia abajo haciendo sroll.



Aprende

Para leer otro capítulo se debe ir a la barra de menú superior, hacer click en el apartado que dice Aprende y allí se desplegarán lo diferentes capítulos informativos en un carrusel que va girando mostrando una breve reseña y video de cada tema.



Perfil

El apartado de perfil cuando se ingresa por primera vez o cuando el usuario aún no se ha registrado, abre el formulario de registro que pide nombre, mail, fecha de nacimiento y la creación de una contraseña.



Una vez registrado el usuario, puede acceder a la personalización de su perfil donde puede elegir la imagen de fondo, tipografías y carta de colores que sean más de su gusto.

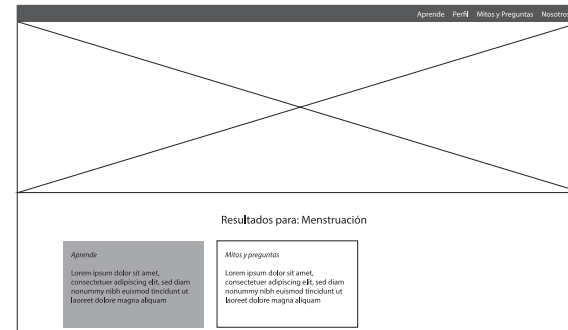
| Testeo interfaz

Una vez teniendo claridad en cuanto a las secciones que la plataforma web debería incluir, se realizaron actividades con cinco potenciales usuarias de la plataforma y así determinar de mejor manera el entendimiento del flujo de navegación y el fácil acceso a contenidos. Los objetivos del testeo eran comprobar que el menú de navegación permite al usuario encontrar una información específica rápidamente, evaluar la accesibilidad al contenido principal (capítulos informativos) y descubrir cómo se registraría el usuario.

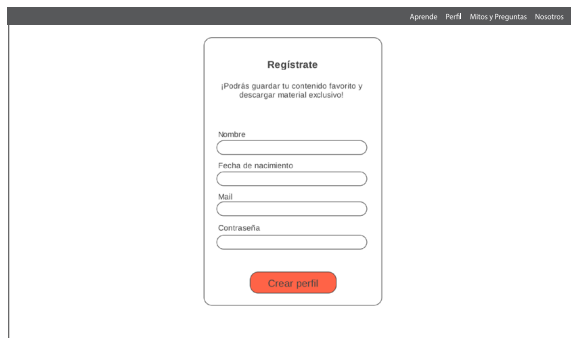
Para realizar la actividades se les relató las siguientes tareas:

1. Te surgió curiosidad acerca de qué preguntas acerca de la pubertad tienen las personas como tú y quieres saberlas ¿cómo te informarías?
2. El último año has crecido bastante y lo notas en la ropa que ya no te queda, quieres saber cuánto más vas a crecer y por qué sucede esto con tu cuerpo, ¿cómo lo harías?
3. Te surge curiosidad saber qué beneficios trae registrarte en el sitio, ¿cómo lo harías?

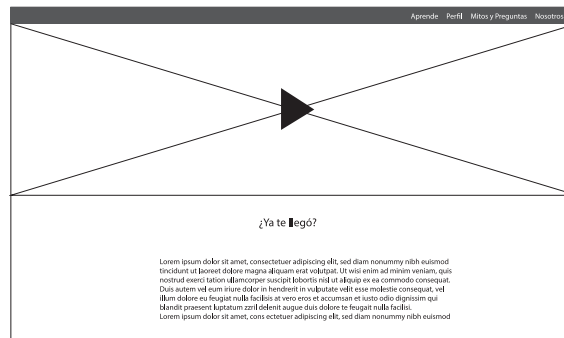
| Resultados



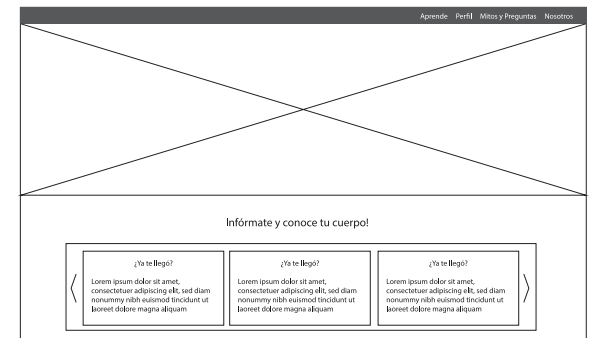
Al momento de realizar una búsqueda y llegar al apartado donde se reúnen todos los resultados de la búsqueda hecha, causa confusión y no se sabe cuál de todos los resultados elegir para hacer click. Además, al querer hacer otra búsqueda no acuden al home sino que a las flechas de “atrás” del navegador.



En la sección de creación del perfil las usuarias si tiene la intención de registrarse porque les genera curiosidad qué ocurre una vez poniendo sus datos. En cuanto al formulario no tienen problema en dejar sus datos, una preadolescente señaló que no tenía mail pero que pondría el de su mamá para registrarse.



Al momento de realizar una búsqueda y llegar al apartado donde se reúnen todos los resultados de la búsqueda hecha, causa confusión y no se sabe cuál de todos los resultados elegir para hacer click. Además, al querer hacer otra búsqueda no acuden al home sino que a las flechas de "atrás" del navegador.



Una vez que se les señala la existencia de la pestaña aprende, no se entiende que al hacer click en las flechas del carrusel el contenido va cambiando, se quedan con la impresión de la existencia de solamente tres capítulos.

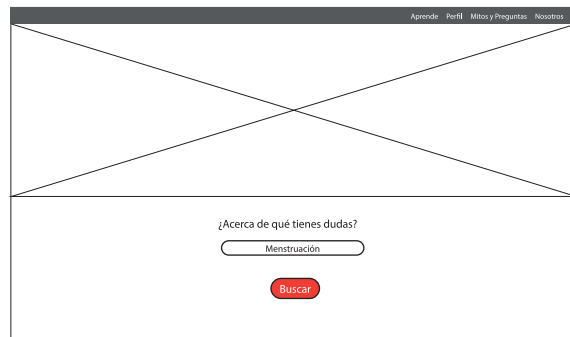
6.5 REDISEÑO INTERFAZ

Una vez testeada la primera interfaz se puso énfasis en las reacciones, comentarios y observaciones hechas por las usuarias que se sometieron a probar el funcionamiento de este primer prototipo. Tomando en cuenta estas consideraciones se procedió a iterar y a realizar cambios en los wireframes para someterlos a un segundo testeo.

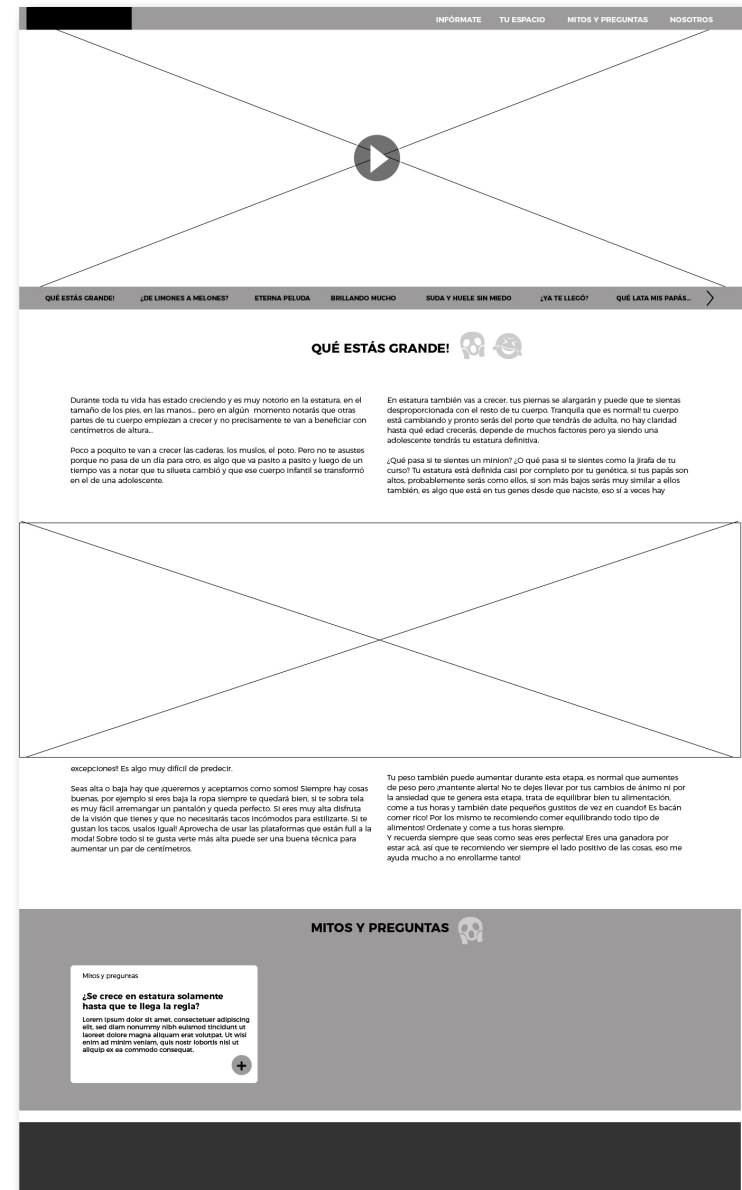
A continuación se muestra una comparación entre los prototipos del primer testeo con los del segundo testeo.

1. Home y sección Aprende

La página principal o Home pasó a ser la información del primer capítulo junto con una nueva barra de menú con las pestañas de cada tema, al medio de la página para facilitar la lectura de un capítulo a otro. Además a la sección Aprende, se le cambió el nombre por Infórmate, para hacerlo más entendible al usuario

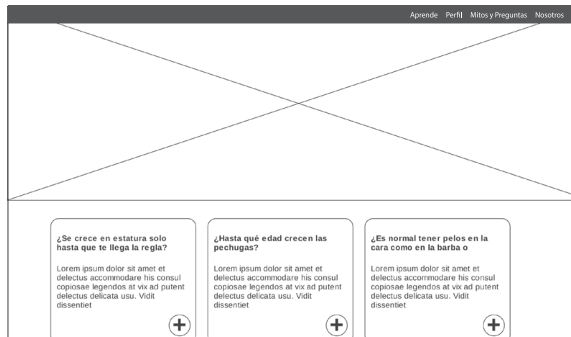


Comparación del Home de la primera versión (a la izquierda) junto al diseño del Wireframe de la segunda versión (a la derecha).



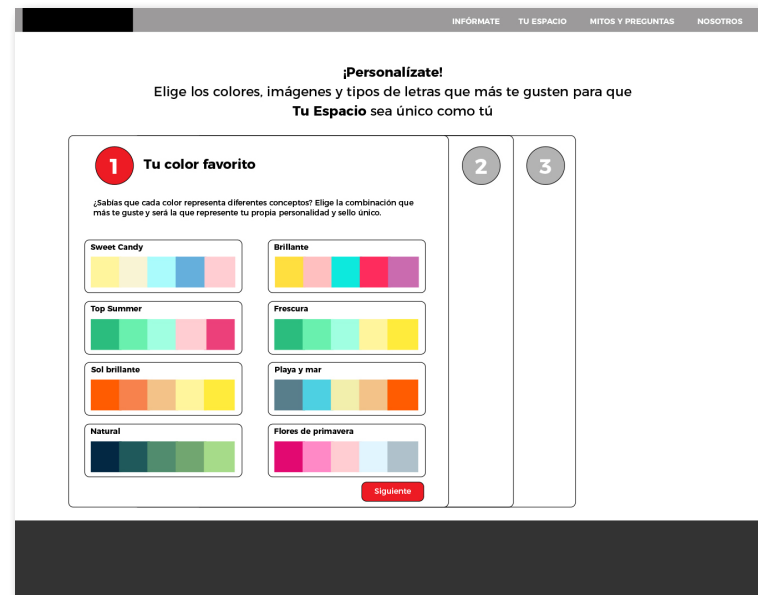
2. Mitos y preguntas

La sección de Mitos y Preguntas muestra el total del contenido y se incluye la capacidad de filtrar por temática en la parte superior de la pantalla bajo la imagen de cabecera.



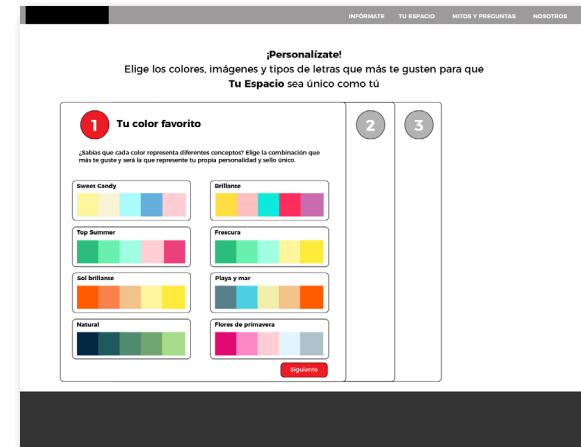
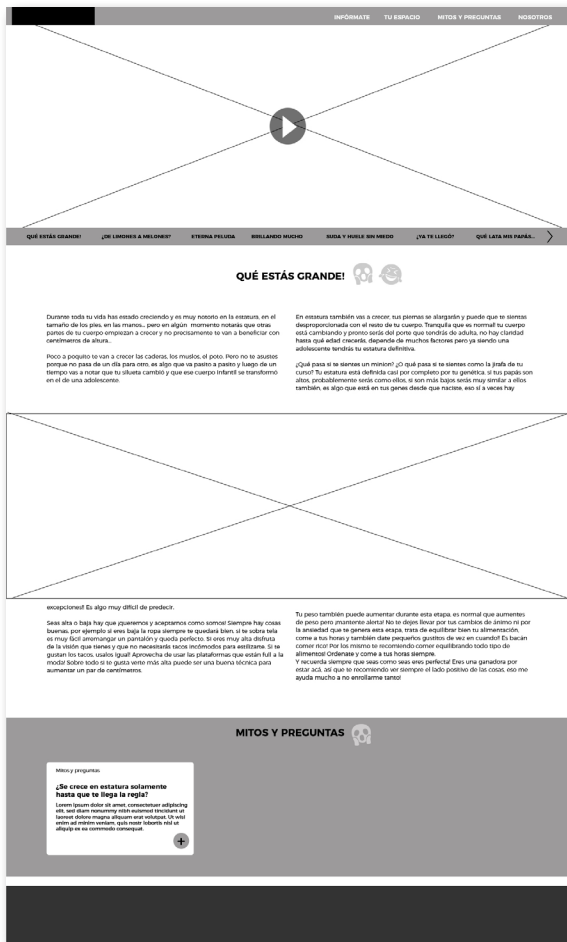
3. Perfil

A esta sección también se le cambió el nombre, pasando de Perfil, a llamarse, Tu Espacio, de esta manera se hace más personal e íntima esta sección de la plataforma. Por otro lado se testeó también la customización del perfil, cuales debían ser las paletas de color adecuadas, imágenes y tipos de letra.



Segundo testeo

Una vez hechos los cambios se procedió a testear con los mismos objetivos anteriores, agregando uno nuevo que fue Evaluar el entendimiento de customizar el perfil. El segundo testeo fue realizado por las mismas preadolescentes del primer testeo quienes pudieron seguir enriqueciendo y comentando acerca de esta nueva versión. Los resultados de este testeo se pueden visualizar en la propuesta final, explicada más adelante.



Las paletas de color son muy parecidas entre sí y causa mucha indecisión a la hora de escoger una.

La página del Home parece ser muy exhaustiva, concentra mucha información y muchos datos por lo que confunde y es abrumadora, no se siente como una página de inicio según contaron las participantes del testeo.

6.6 DISEÑO GRÁFICO Y AUDIOVISUAL

Luego del diseño de la interfaz de la plataforma web, se procedió a explorar los elementos gráficos y audiovisuales que serían parte del producto final.

| Tipografía

La elección de la tipografía fue una decisión importante dentro del desarrollo gráfico, pues debía ser acorde al carácter juvenil y lúdico que la plataforma debía tener, además, la tipografía utilizada para el cuerpo de texto debía de ser legible, con un contraste adecuado y con múltiples variantes para permitir mayor flexibilidad en cuanto al diseño. Por otro lado debía ser una tipografía ad hoc al contexto en el cual se desenvuelven las preadolescentes tomando en cuenta sus gustos y sus referentes visuales, además de transmitir cercanía con ellas.

Luego de una exploración y pruebas, se llegó a la tipografía Lato, fuente sanserif gratuita en Google Fonts optimizada para la web. Se usarían sus versiones Regular, Bold, Regular Italic y Light. Para los títulos la fuente seleccionada fue Brandon Grotesque, una familia tipográfica variada utilizada en su versión black en mayúsculas.

Thin
Thin Italic
Light
Light Italic
Regular
Regular Italic
Bold
Bold Italic
Black
Black Italic

**ABCDEFGHIJKLM
NOPQRSTUVWXYZ
ZÀÁabcdefghijklmn
opqrstuvwxyzàáé&12
34567890(\$£€.,!?)**

52

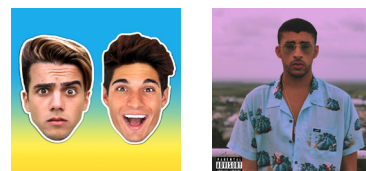
Tipografías Lato y sus variedades a la izquierda y Brandon Grotesque black a la derecha.

| Color

El uso del color es primordial para la identidad de marca y su uso correcto debe transmitir los valores que se identifiquen con el producto y debe entregar el mensaje adecuado al público. Para el caso de esta plataforma dirigida a preadolescentes, se tomaron en consideración los colores que giran en torno a sus preferencias y las tendencias que siguen, además de poner atención en su rutina y su mundo más personal.

La paleta cromática debía ser representativa de los distintos estilos que presentan las preadolescentes, por ser un período de grandes cambios se optó por la customización y la flexibilidad en cuanto a la elección de colores dentro de la sección Mi Espacio.

Por lo observado en el mundo preadolescente, los colores predominantes son por un lado tonalidades pasteles en combinación con colores brillantes y saturados, además del uso de gradientes en distintas aplicaciones gráficas. A partir de esto se dio paso a la creación de una carta de color de cinco tonos que incluyera tanto colores saturados como pasteles, que combinados es posible la creación de degradés. Esta carta de color sería utilizada a lo largo de toda la gráfica de la web, ya sea en sus botones, imágenes y textos.



Gustos tanto musicales como de youtubers de las preadolescentes.



Paleta de colores rescatada junto a su código rgb utilizado en web.

| Emojis e Iconos

Las preadolescentes al tener tan integrado el uso de emojis en las redes sociales y en sus maneras de comunicarse, era un recurso que debía incluirse indiscutiblemente para hacer más cercana la información y a la vez más atractiva para las usuarias.

De esta manera se procedió al rediseño de los emojis que serían un complemento a la información, además de servir como iconos de gran utilidad para reemplazar textos y conformar un diseño de información mucho más visual. El rediseño de estos emojis tomó una paleta de colores definida, junto al uso de gradientes en su composición. Estarían localizados principalmente en la sección Tu Espacio, siendo utilizados para el registro de las emociones diarias, además de ser un elemento decorativo en múltiples gráficas alojadas en diferentes partes de la plataforma web.



Emojis utilizados en la plataforma web.

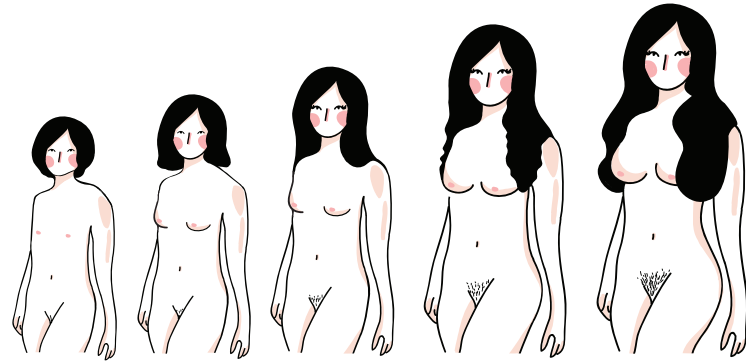
| Fotografías

Las fotografías dentro de la web estarían en la sección *Mi Espacio*, utilizadas para la customización del perfil personal de cada usuaria. Para esto se seleccionaron distintos motivos y referentes gráficos que relacionados a los tres arquetipos previamente descritos dentro de esta investigación.

Tomando como base a los tres arquetipos, se fueron construyendo distintos conceptos que debían transmitir las imágenes considerando en todo momento la carta de colores elegida con anterioridad. Se seleccionaron objetos cotidianos a fotografiar, que fueran representantes del mundo íntimo de las jóvenes tales como manchas de pintura, dulces y comestibles, brillos, texturas, entre otros. De manera que fuesen imágenes cercanas y representativas de los mundos personales de las usuarias.



Fuente: elaboración propia

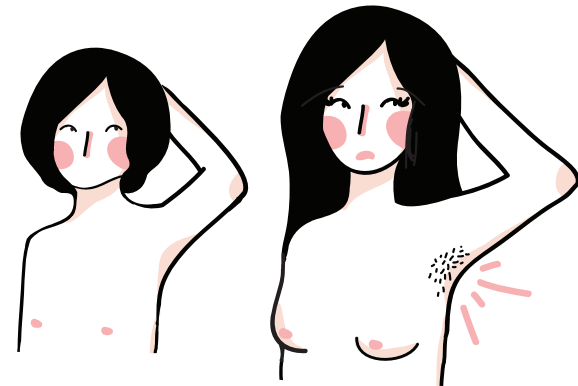
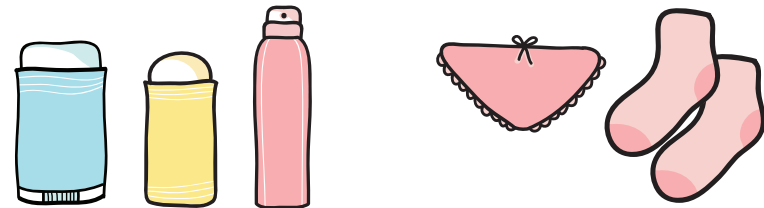


| Ilustraciones

Las ilustraciones acompañan el contenido con información algo más técnica dentro de cada capítulo informativo, su objetivo es aliviar la lectura además de mostrar cierta información de manera visual para hacer más entendible el contenido.

El estilo de las ilustraciones se caracterizan por estar hechas a mano, algo imperfectas dejando de lado las ilustraciones propias de la literatura escolar y médica para hacer más cercano y juvenil el contenido.

Los dibujos fueron hechos a mano digitalmente utilizando la paleta de colores ad hoc al usuario, junto con personajes que caractericen la edad preadolescente.





Actriz adolescente utilizada como personaje principal de los videos.

| Lenguaje

Se tomó en cuenta la utilización de un lenguaje cotidiano, utilizando ciertas jergas del mundo preadolescente para hacer más entendible y cercano el contenido, dejando de lado el lenguaje médico y técnico contienen ciertos libros y literatura informativa.

El objetivo es comunicar entregando los conceptos claves, pero con la utilización de un lenguaje simple y directo que sea cercano para las lectoras y así sea mucho más entendible la información entregada en la plataforma web.

| Videos

Para la sección *Infórmate* dentro de la plataforma se complementó la información escrita con la comunicación audiovisual tomando en cuenta los gustos de las preadolescentes quienes son fieles seguidoras de múltiples Youtubers.

Se desarrolló el guión para los ocho diferentes capítulos más un video introductorio a modo de mostrar la experiencia de un personaje adolescente quien ya pasó por la pubertad. Por medio de cortos relatos cuenta cómo fue para ella la llegada de los diversos sucesos y la manera en que reaccionó a estos cambios.

El tono utilizado fue humorístico para entretener a la audiencia además de generar identificación con el personaje principal, la actriz por medio del relato de su propia historia busca normalizar ciertas conductas, dar testimonio de los temores y miedos que son comunes en esta etapa además de declarar que un ítem importante es confianza en sí misma/o.

6.7 TESTEO GRÁFICA

Al definir una carta de colores coherente con el mundo preadolescente, se hicieron pruebas de uso de color, motivos, formas y tipografías para definir el resultado final adecuado. Si bien, los colores se definieron desde un principio, otros elementos como la gráfica y la tipografía se sometieron a diferentes pruebas y la opinión de las usuarias.

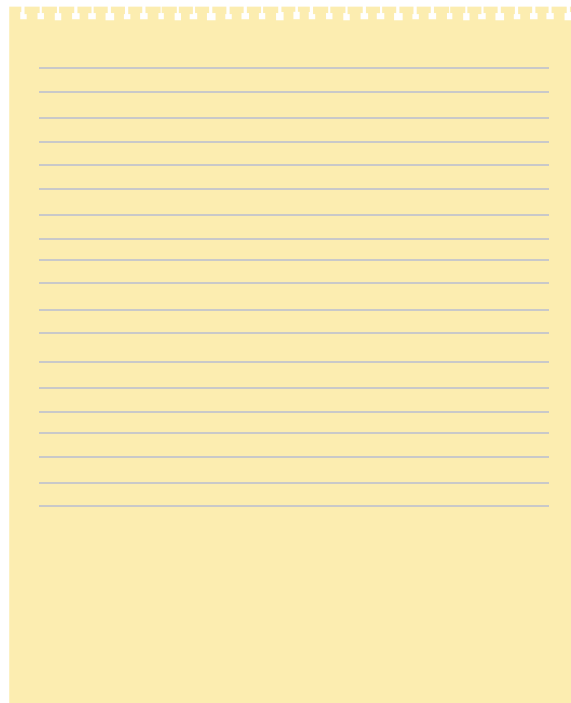
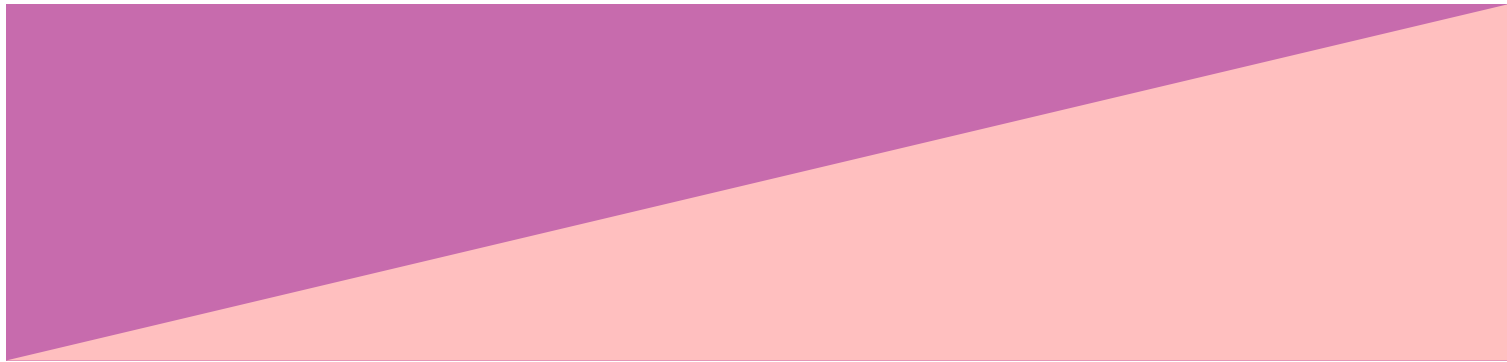
En cuanto a la tipografía, se probaron diferentes fuentes para los títulos y para los cuerpos de textos. Luego de múltiples pruebas se llegó a dos propuestas de tipografías para los títulos, la primera correspondía a la fuente Pacífico, encontrada en Google Fonts, una fuente manuscrita y redondeada que representaba conceptos como delicadeza e intimidad, y la segunda opción era tipografía Brandon Grotesque, una tipografía con más carácter en su versión bold y black, muy cercana a las gráficas que los youtubers usan en sus videos. Se sometió a opinión de las usuarias y la fuente elegida por ellas fue Brandon Grotesque, por lo que se encuentra en el producto final utilizada en títulos y botones.

Para el cuerpo de texto en una primera etapa se había optado por utilizar la fuente Monserrat, también de Google Fonts, sin embargo, al verla en uso, su legibilidad era muy débil debido a su contraste y a un ancho un tanto exagerado haciendo ver la altura de x muy disminuida. Debido a estos problemas, se procedió a buscar otra fuente que se viera juvenil, llegando a la fuente Lato, una tipografía con un buen contraste que permite leer de mejor manera los textos en comparación con la fuente anterior.

En cuanto a los elementos de la gráfica, tales como botones y pastillas contenedoras de texto también se hicieron dos opciones relacionadas a las tipografías, una opción con bordes redondeados, terminaciones curvas y con colores de relleno mientras que la segunda opción era con bordes rectos y utilizando un dibujo de contornos solamente sin relleno. Esta segunda opción, al tener más relación con la tipografía elegida por las usuarias, fue la mejor alternativa para darle consistencia y carácter a la gráfica.

La utilización de Emojis llamó mucho la atención de las usuarias quienes reaccionaron positivamente a la utilización de este recurso dentro de una web, además les llamó la atención las ilustraciones usadas viéndolas entretenidas pero a su vez reales y verídicas, así las declararon.

La gráfica en general fue catalogada positivamente, pues se utilizaron elementos nuevos para las preadolescentes que antes no habían visto en ninguna web, y por otro lado los objetos utilizados fueron cosas cotidianas con las cuales conviven las preadolescentes



QUIERO PREGUNTAR

TU ESPACIO

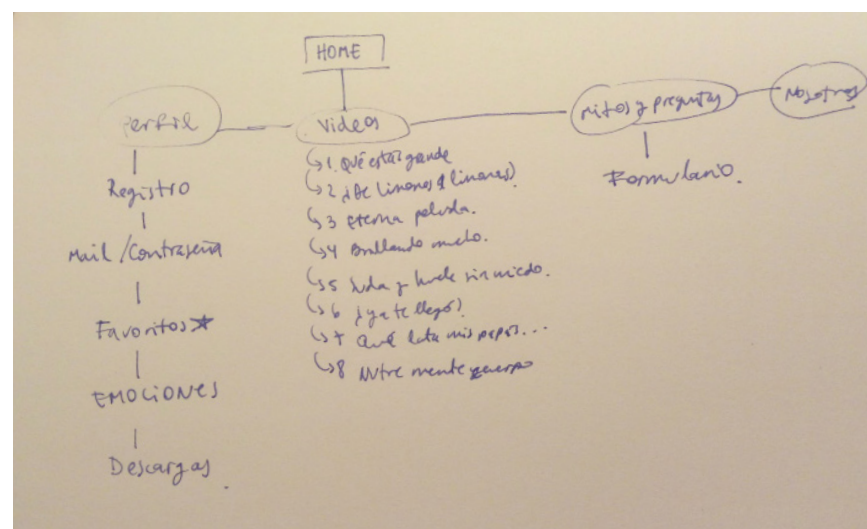
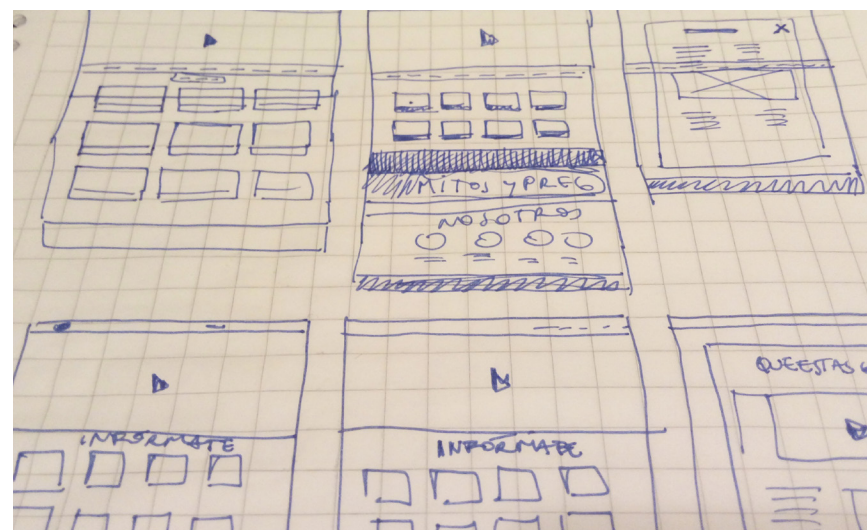
Elementos gráficos utilizados tales como tipografías, botones, fondos, estilos y pastillas de texto.

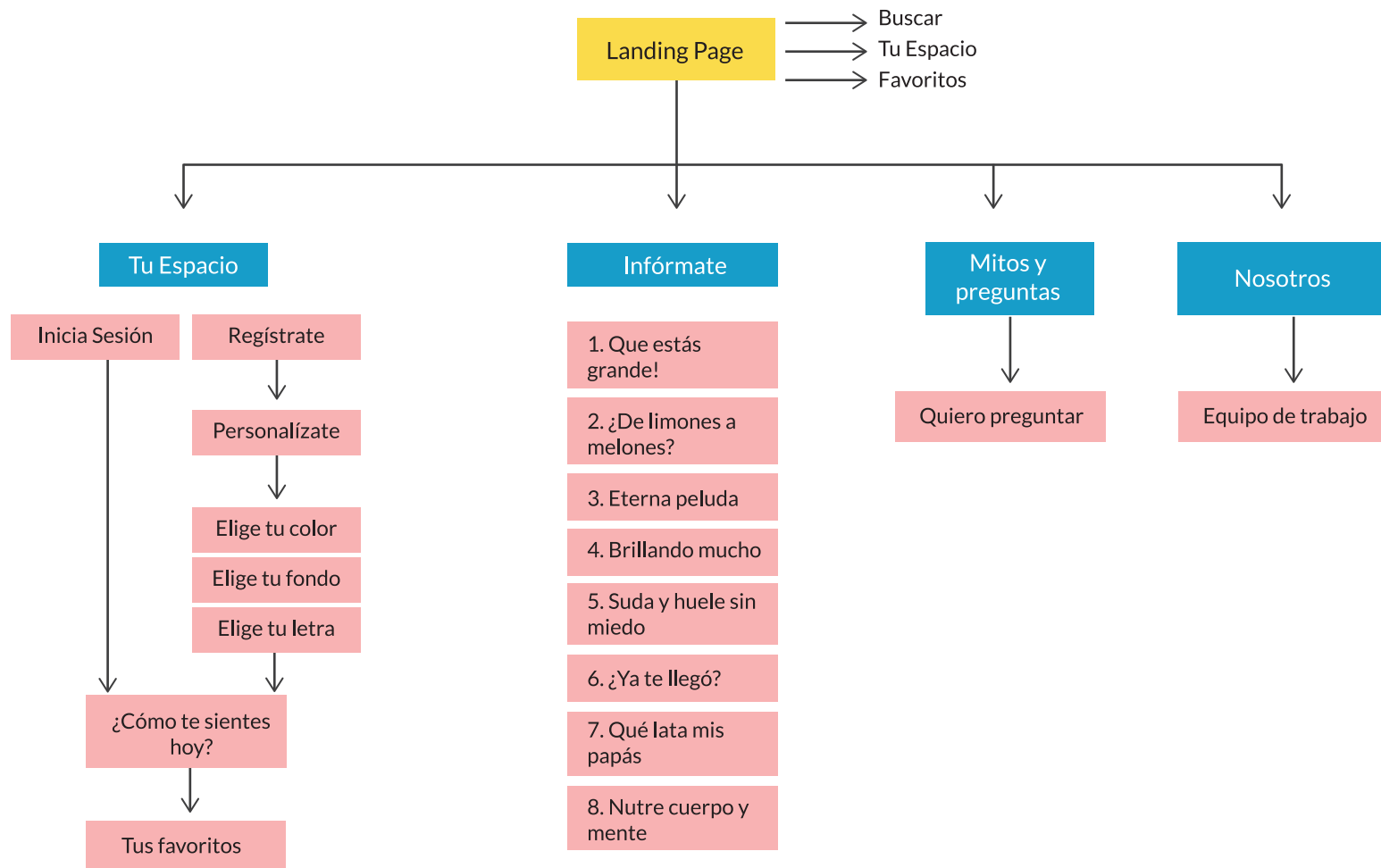
7. PRODUCTO FINAL

7.1 DIAGRAMA DE FLUJO

El presente diagrama de flujo muestra un resumen del funcionamiento e interfaz final de la aplicación web, desde la creación del primer diagrama se realizaron diferentes cambios que fueron iterando el funcionamiento de la web para llegar a un resultado esperado. Uno de los cambios más significativos fue la creación de un Landing Page, que sirviera como una introducción al contenido y hablara acerca de los beneficios y actividades que se encuentran dentro de la página. Por otro lado, se creó un menú de navegación secundario fija al momento de acceder a la sección Infórmate, el propósito de este menú es hacer más fácil la navegación de un capítulo a otro.

Al estar inserto en el mundo digital, la plataforma web puede estar sometida a constante cambio, incluyendo nuevos contenidos y abierta a recibir diferentes actualizaciones y modificaciones yendo de la mano a los cambios de las próximas preadolescentes y a las tendencias que se seguirán a futuro. La actualización es necesaria ya que sino será un producto obsoleto que no responde a las preguntas actuales de sus usuarios.



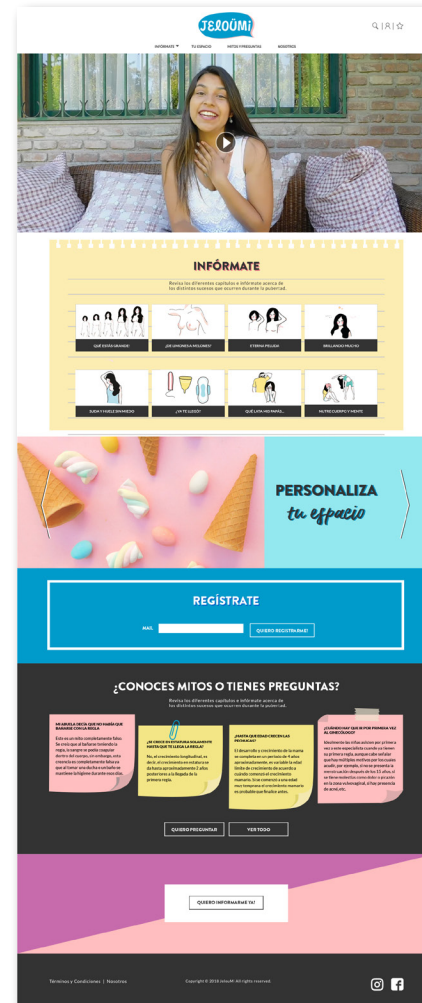


7.2 PLATAFORMA WEB

La propuesta final del proyecto es una plataforma que utiliza la tecnología para informar acerca de la pubertad y cambios para preadolescentes con un respaldo fidedigno de expertos. Además, utiliza un lenguaje cercano, sencillo y ad hoc a la edad de la preadolescente, permite su personalización y customización para que la joven se sienta identificada y personificada, es accesible ya que cualquier preadolescente con acceso a internet puede ingresar. Al estar inserta en un mundo digital permite su actualización con el paso del tiempo, pudiendo incluir nuevas temáticas de interés para las preadolescentes del futuro.

Para la realización del prototipo funcional se creó el diseño de las plantillas en Adobe Illustrator, a partir de ese diseño se prototiparon las interacciones y el flujo en Adobe Xd, un software especializado para aquello que permite compartir el resultado online.

A continuación se presenta cada una de las partes que componen la plataforma web y su resultado final. Es posible ver el resultado también en el siguiente link: <https://xd.adobe.com/view/322a6e9a-9103-4d55-40fe-38333fc77fb3-441b/?fullscreen>



| Landing Page

Es el acceso de la página web, al hacer scroll hacia abajo se van desplegando los distintos contenidos que están dentro de la plataforma. Su finalidad es informar de qué trata la página haciendo una especie de resumen acerca de los contenidos que informa.



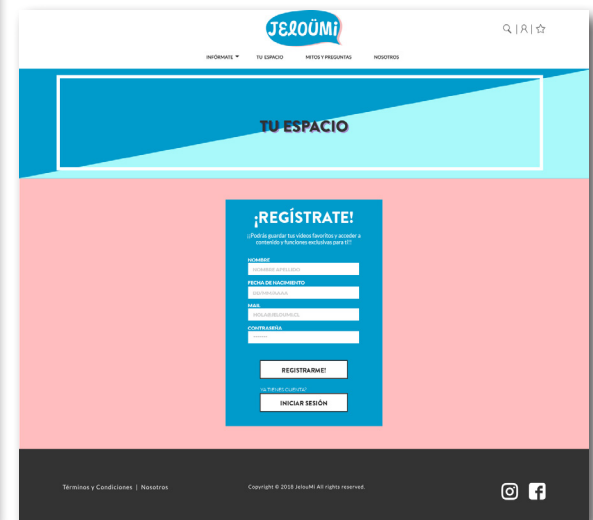
| Infórmate

Es el contenido principal, esta sección contiene a los ocho diferentes capítulos y además cuenta con un video introductorio del tema. En esta sección se despliega un menú de navegación secundario bajo el principal donde se puede acceder a los distintos capítulos. Al hacer click en cualquiera de los capítulos se despliega la información en la misma pestaña.



| Capítulos informativos

Cada tema que la plataforma abarca es un capítulo informativo diferente, en este caso los temas que aborda es el crecimiento, crecimiento mamario, aparición de vellos, acné, olores corporales, menstruación, relación con los padres y darle espacio a potenciar capacidades físicas e intelectuales. Cada capítulo lleva un video junto experiencial, acompañado de texto e ilustración.



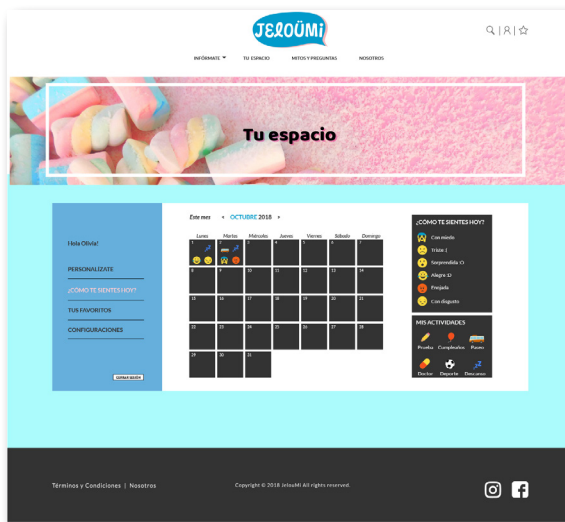
| Tu Espacio

Si se entra por primera vez a esta sección, se despliega el formulario de inscripción donde la usuaria debe poner su nombre, fecha de nacimiento, mail y crear una contraseña. Al inscribirse no pide confirmación por e-mail, por lo que el acceso será automático. El requisito del mail es a modo de nombre de usuario, donde se podrá acceder a futuro ingresando el mail y la contraseña creada.



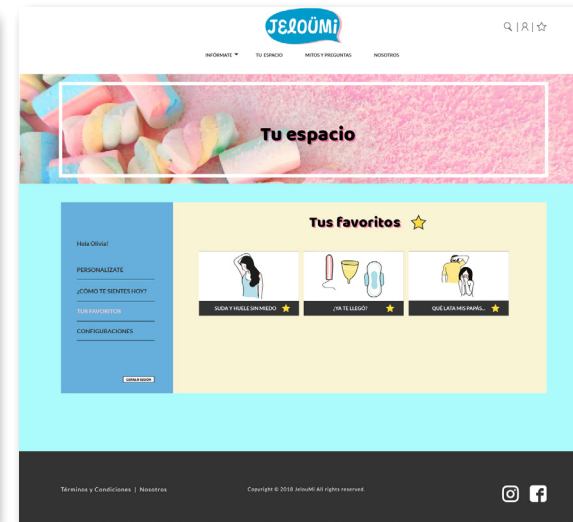
| Tu Espacio > Personalízate

Una vez creado el perfil se accede a la sección Personalízate donde la usuaria puede elegir una paleta de color, una imagen de fondo y una tipografía que sea de su gusto, una vez aplicados estos cambios el nuevo diseño se verá a lo largo de toda la web. Está la opción de dejar para más tarde la customización o de restablecer los cambios.



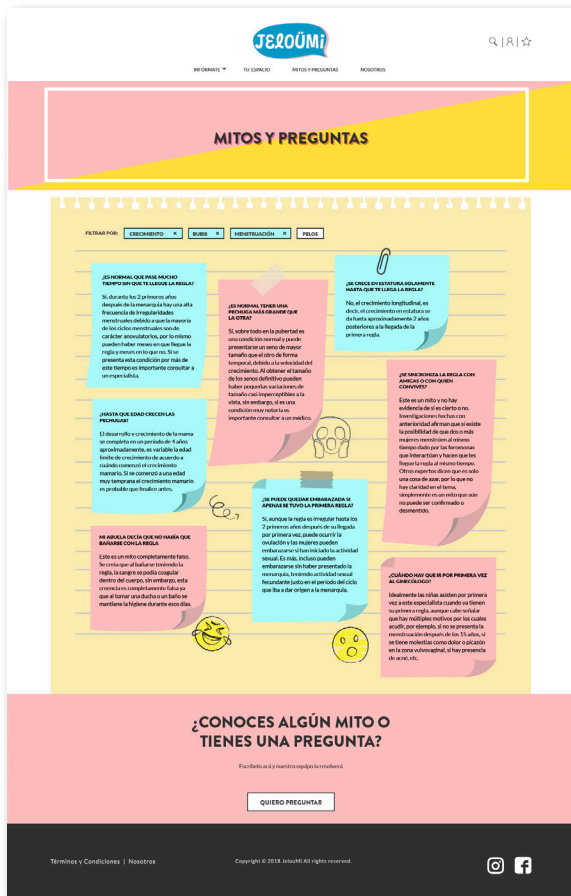
Tu Espacio > ¿Cómo te sientes hoy?

Luego de la customización se invita al registro de las emociones puestas en un calendario con la vista del mes actual. Cada día la usuaria puede registrar las emociones más significativas del día con un límite de cuatro, además de poder registrar actividades diarias a modo de agenda. La visualización de estas emociones se da por medio de los Emojis de modo que sus expresiones sean intuitivas y fáciles de entender.



Tu Espacio > Tus favoritos

Luego de la customización se invita al registro de las emociones puestas en un calendario con la vista del mes actual. Cada día la usuaria puede registrar las emociones más significativas del día con un límite de cuatro, además de poder registrar actividades diarias a modo de agenda. La visualización de estas emociones se da por medio de los Emojis de modo que sus expresiones sean intuitivas y fáciles de entender.



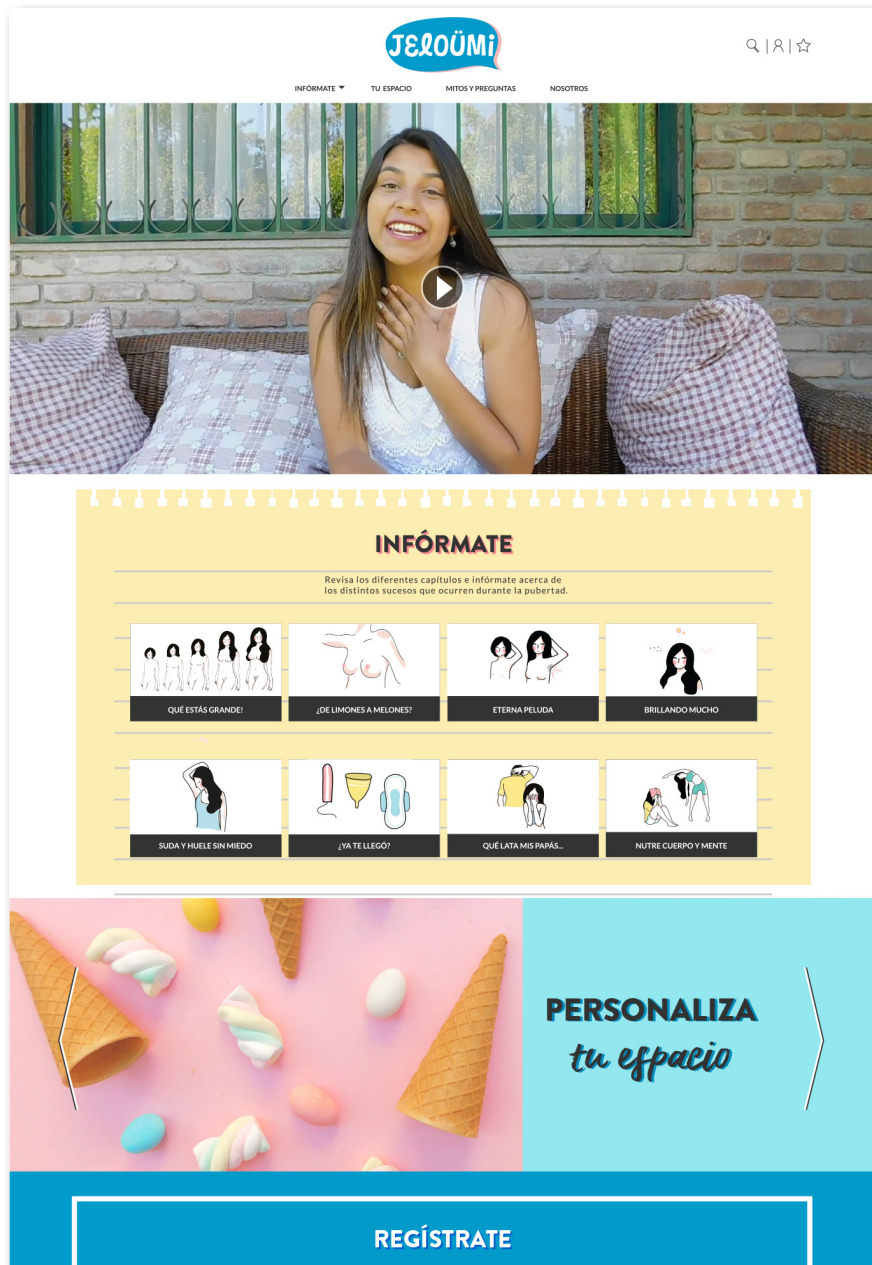
Mitos y Preguntas

Son mitos y preguntas recolectados en base a una encuesta hecha a mujeres entre 10 y 25 años. Se muestran mitos y preguntas de variados temas, con la posibilidad de poder filtrar usando etiquetas de palabras claves acerca de la información que se desee leer. Está la posibilidad además de poder mandar una pregunta o un mito que se quiera desmentir completando un formulario anónimo que le llegará a los expertos asociados a la web.



Nosotros

Como un recurso de confiabilidad declarado por la Universidad de Stanford (2002), se muestra el equipo de expertos que está detrás de la generación de contenido de la plataforma. Se publica el nombre, y su ocupación dentro de la web.





Montajes de la sección Mitos y Preguntas versión escritorio y del Home en versión móvil.

7.3 IDENTIDAD DE MARCA

| Naming

El naming inicial ideado en la etapa de Seminario de Título correspondía a Sin Pelos en la Lengua, un nombre con una connotación un tanto divertida basado en el dicho popular que explica el hecho de hablar sin tapujos, sin embargo, para el producto final era un naming demasiado largo y su significado podría interpretarse como algo orientado a un público un tanto mayor o adulto.

Por esta razón se decidió idear un nombre que en primer lugar fuese más corto para asegurar la memorabilidad, que siguiera con una connotación divertida y por otra parte que representara de cierta manera a la usuaria preadolescente teniendo alguna relación con esta etapa o con la pubertad.

Se llegaron a diversas propuestas de posibles nombres con tono humorístico, pero además debía sonar juvenil y con palabras simples. Entre las distintas propuestas se seleccionaron a las variantes JelouMi y JelouYo, sometiéndolas a testeo para saber cuál sería la indicada para el público. Por elección de las usuarias la opción con más votos fue JelouMi, quienes declararon que su significado era decirse hola a sí mismas, saludarse y darse la bienvenida. El significado pensado por la diseñadora concordaba con el pensamiento del público, un naming que representa decirle hola a una nueva etapa reconocida por los cambios físicos y emocionales, que a su vez es decirle hola a una nueva versión de una misma.

JELOUYO

Bai-JELOÜ

JELOUMI

JELOÜMI

Propuestas de naming y pruebas con tipografías



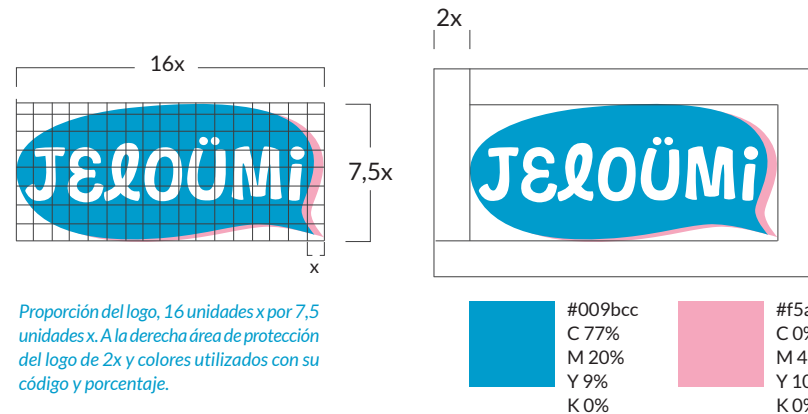
Logo final y Favicon o ícono utilizado en la página web.

| Logo

Para la creación del logo se pensó en los referentes visuales a los cuales las preadolescentes están expuestas, tales como los videos de youtubers, lenguajes de emojis, videos y fotos de sus artistas musicales favoritos, artículos de papelería y accesorios. A partir de esos objetos se recogieron referentes en cuanto a tipografía y colores utilizados previamente en el diseño de la plataforma.

El uso de un globo de diálogo fue un recurso para representar que es un tema que debe generar conversación dentro de los distintos contextos a los cuales pertenecen las preadolescentes, y así dejar de lado la estigma que existe entorno a la pubertad. Por tanto, esta imagen invita a que sea un tema abierto, que genere ruido y para que deje de ser un tabú o un tema secreto acerca del cual nadie se atreve a hablar.

En cuanto a la tipografía primero se probó con alternativas hechas a mano para darle un carácter divertido y relajado, sin embargo, después de algunas pruebas se encontró la tipografía Sparkling con un toque juvenil y redondeada que se ajustaba a lo que se buscaba, esta es una tipografía display sanserif con terminales irregulares, adecuada para el público al cual va dirigido. Fue puesta dentro del globo de diálogo como una palabra que inicie todo el contenido que se despliega dentro de la web.



Proporción del logo, 16 unidades x por 7,5 unidades x. A la derecha área de protección del logo de 2x y colores utilizados con su código y porcentaje.



Uso del logo en blanco y negro.

8. IMPLEMENTACIÓN

8.1 PLAN IMPLEMENTACIÓN

La estrategia de difusión se dará por un lado a través de las redes sociales, principalmente Instagram ya que es la red social más masiva en el público preadolescente. Las usuarias que poseen celular al estar constantemente conectadas, son un nicho al cual se podría llegar por medio del uso de publicidad en las stories o como publicación normal, el formato que permiten estas publicidades es foto o video donde se puede establecer el alcance al que se quiere llegar. Para la creación de estos anuncios en Instagram es necesario también la creación de un perfil de empresa en Facebook ya que ambas redes sociales están asociadas e Instagram requiere ingresar a Facebook para la creación de los anuncios.

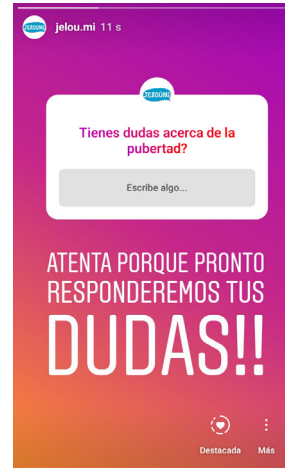
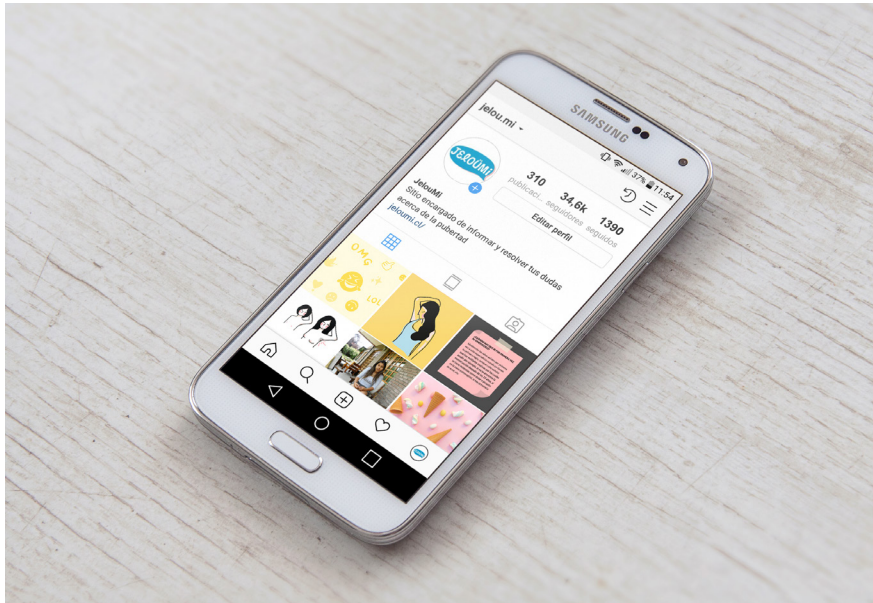
Una vez creado el perfil de Instagram se compartirán fotografías, videos y gifs con contenido de tono humorístico para que sea una página entretenida que sume paulatinamente gran cantidad de seguidores. Por otro lado, se aprovecharán los recursos que tiene esta red social, como por ejemplo, la sección de poder hacer preguntas por parte del público, de manera que una vez a la semana se habilite ese espacio para preguntar acerca de un tema en específico, los encargados de responder esas preguntas serán la psicóloga o ginecólogo dentro del equipo de JelouMi.

El encargado de actualizar el contenido semanalmente será el Community Manager en conjunto con la diseñadora quienes desarrollarán el material gráfico para subirlos a lo menos tres veces por semana, además de estar presentes diariamente en las stories

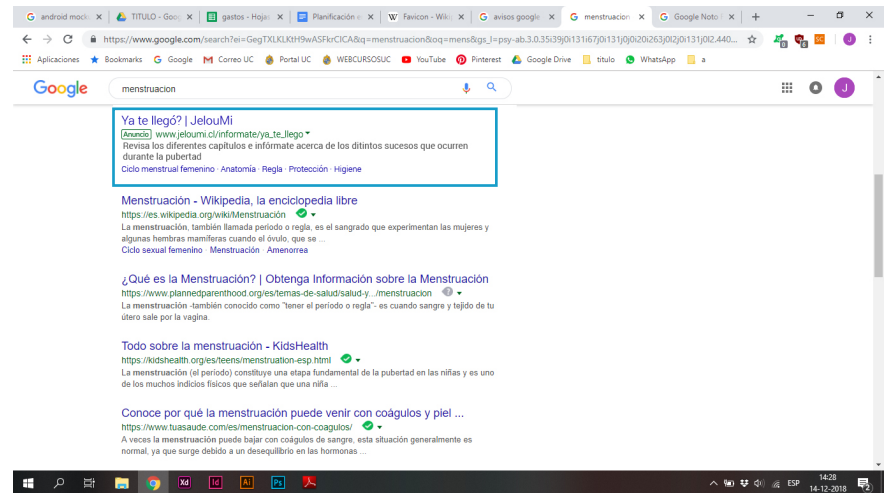
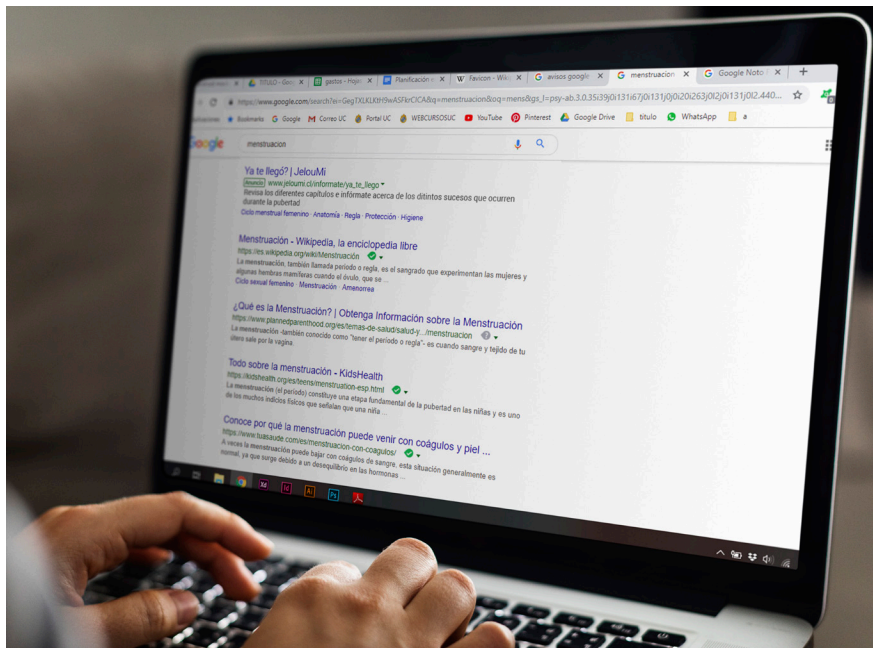
La segunda estrategia de difusión será la creación de Google Adwords, de manera que por medio del uso de palabras claves que se ingresen en el buscador de Google, la página aparezca en el primer lugar del resultado de la búsqueda mediante un anuncio, es así como la cantidad de visitas podría tener un alto alcance seleccionando las palabras precisas que podrían buscar las preadolescentes en la web.

Para llevar a cabo el proyecto se requerirá de una inversión inicial para los gastos en los recursos humanos claves como diseñadora, programador, psicóloga, ginecólogo infanto juvenil, community manager y los recursos materiales como un hosting y dominio. Para la mantención de la página se optará por postular a fondos concursables que financien iniciativas como esta y así hacer conocido el proyecto, una iniciativa a la cual se podría postular es el Fondo Concursable Mujeres por la Equidad, del Ministerio de la Mujer, donde los requisitos es que la agrupación esté compuesta por al menos un 50% de mujeres ganando el acompañamiento en la implementación del proyecto, apoyo para la generación de estrategias de comunicación y redes y los recursos económicos para la ejecución.

Posteriormente, cuando el proyecto sea conocido y tenga un gran número de visitas se podrán realizar alianzas comerciales con diferentes marcas relacionadas al público de la plataforma a cambio de publicidad hecha en la página. Es así que se podrán utilizar estrategias como concursos tanto en la página como en las redes sociales para la difusión y el posicionamiento de la marca *JelouMi*.



A la izquierda perfil de instagram de JelouMi, al medio y a la derecha ejemplos de "stories" que se subirian periódicamente promocionando la página web



8.2 CANVAS BUSINESS MODEL

Alianzas Clave Marcas relacionadas al mundo preadolescente como comida, tiendas, productos de belleza	Actividades Clave - Desarrollo y clasificación de la información. - Realización de videos informativos (grabación/edición). - Diseño de la web y material gráfico RRSS - Programación - Creación de redes y alianzas - Plan de difusión - Actualización de la información.	Propuesta de valor Plataforma que utiliza la tecnología para informar acerca de la pubertad en mujeres. - Respaldo de información fidedigno. - Utiliza un lenguaje cercano y sencillo para las preadolescente - Accesible, sin distinción de estrato socioeconómico. - Actualizable, permite constante cambio. - Otorga confianza - Crea comunidad por medio del uso de Instagram	Relación con los clientes - Automatizada/Autoservicio, interacción personal con la web. - Cercano, utiliza un lenguaje apropiado para las preadolescentes. - Genera comunidad a través de las Redes sociales (Instagram).	Segmento de Clientes Preadolescentes mujeres entre 9 y 13 años, sin distinción de estrato social, que posean algún dispositivo (celular, tablet, computador) con acceso a internet.
	Recursos Clave Materiales: - Computadores, smartphome - Cámara, set - Softwares (diseño, edición y programación) - Dominio, Hosting Humanos: - Programador - Diseñador - Psicólogo - Community manager - Actriz		Canales 1. Instagram para dar a conocer, publicitar la plataforma y mantener una comunidad activa. 2. Búsqueda en Google 3. Página web informativa	
Estructura de costes - Costos producción y mano de obra: Diseño, programador, psicólogo inicial, equipo de soporte para actualización de la información (redacción, subir contenido instagram, actriz, producción - Costos en publicidad		Flujos de ingresos B2B Anunciantes		

8.3 PROYECCIONES

Gastos inversión inicial

Dominio	\$9.450 anual
Hosting	\$34.900 anual
Programador	\$1.200.000
Diseñadora	\$600.000
Psicóloga	\$600.000
Matrona	\$600.000
Community manager	\$500.000
Actriz	\$400.000

Gastos fijos mensuales

Diseñadora	\$600.000
Psicóloga	\$400.000
Matrona	\$400.000
Community manager	\$500.000

Como idea inicial la plataforma web fue pensada para el uso de un público femenino preadolescente ya que son las mujeres quienes presentan mayores problemas con la llegada de la pubertad, haciéndolas más inseguras, con mayores probabilidades de padecer depresión y alejándolas de sus actividades diarias. Sin embargo, JelouMi se podría proyectar a futuro como un espacio que informe tanto a hombres como a mujeres acerca de la pubertad, siendo un espacio abierto que genere diálogo y conversación dentro de los establecimientos educacionales y dentro de los hogares.

Como medida complementaria a esta plataforma, se podría extender la plataforma web a la entrega de un servicio basado en la realización de charlas y actividades dictadas en colegios por la psicóloga o matrona participante, en donde el equipo tendría nuevas tareas como preparar el contenido y las temáticas acerca de las cuales hablar, diseñar material gráfico y audiovisual entregado a los participantes y formar alianzas con diversos establecimientos educacionales interesados en abordar esta temática.

De esta forma, se podría formar un servicio encargado de complementar la educación acerca de la pubertad que el ministerio declara en sus bases curriculares, dando la oportunidad a los alumnos de preguntar y resolver todas sus dudas dentro de un espacio especialmente diseñado para aquello, siguiendo con el sello de JelouMi, con un lenguaje cercano, que sea confiable y utilizando el recurso del humor para atraer a las audiencias.

9. CONCLUSIÓN



Una vez definiendo la temática acerca de la cual trataría mi proyecto de título, el interés que surgió dentro de mi círculo cercano y por sobre todo en las preadolescentes a quienes entrevisté, me dio la certeza de que la oportunidad de diseño encontrada había sido acertada.

La pubertad y su desinformación es una problemática acerca de la cual es difícil de hablar y muchas veces pasa desapercibida porque afecta a una etapa muy breve dentro de la vida. A pesar de su corta duración es una periodo importante para la constitución de futuros adultos y adolescentes responsables y conscientes de sí mismos y de los otros, es el inicio del desarrollo de la sexualidad y por ende, conlleva a los preadolescentes a entender en primera persona la razón de ciertos sucesos que se dan para convertirse en adultos.

Como se pudo evidenciar a lo largo de este informe, es un tema acerca del que existe mucho miedo y vergüenza, y que debido al gran cúmulo de información existente en la web es posible que sea un tema se tergiversar y del que existen muchas versiones dependiendo de quien lo informe. Por esta razón, se detectó la oportunidad de generar este espacio con información real pero a su vez cercana, de manera que no fuese engorroso su entendimiento y que a su vez fuese adaptable a través del tiempo.

A lo largo de la investigación se pudo conocer los distintos gustos, opiniones y puntos de vista de las usuarias, no fue fácil catalogarlas a

todas dentro de mismo grupo al ser un periodo de constante cambio y de búsqueda de identidad, se encontró un espectro enorme de distintas personalidades con referentes en sus grupos de amigos/as, youtubers, grupos de música y series, por lo tanto, definir un estilo gráfico que identificara a todos estos estilos fue tarea algo compleja ya que tenía que ser algo que integrara estos diversos gustos y preferencias.

El contenido publicado en la plataforma, al ser redactado por la misma diseñadora, necesitó de constante apoyo de profesionales del área de la salud y psicología, constituyendo así un proyecto interdisciplinar necesitando de variadas áreas para entregar una solución real a la problemática detectada. Además de ver al diseño como una disciplina multifacética, el desarrollo de este proyecto de título fue de gran utilidad para evidenciar que como diseñadores podemos ejecutar múltiples proyectos de gran profundidad que ayuden a la formación de personas integrales y a mejorar la calidad de vida con intervenciones originales y centradas en el usuario.

El principal aprendizaje de este proyecto de título fue entender el rol del diseñador que puede estar inserto en cualquier problemática y que gracias a las herramientas y metodologías entregadas a lo largo de la carrera, podemos enfrentarnos y ver desde otra perspectiva a las distintas realidades de los múltiples usuarios a los que nos podemos enfrentar.

10. BIBLIOGRAFÍA

ActionAid. (2018). #Mybodyismine on world menstrual hygiene day. Recuperado de <https://www.actionaid.org.uk/get-involved/days-we-celebrate/world-menstrual-hygiene-day>

ActionAid. (2018). World menstrual hygiene day. Recuperado de <https://www.actionaid.org.uk/blog/news/2018/05/24/mybodyismine-on-world-menstrual-hygiene-day>

ActionAid. (s.f). Periods and girls' education. Recuperado de <https://www.actionaid.org.uk/about-us/what-we-do/womens-economic-empowerment/periods-and-girls-education>

ActionAid y Yougov. (2017). 1 in 4 UK women don't understand their menstrual cycle. Recuperado de <https://www.actionaid.org.uk/blog/news/2017/05/24/1-in-4-uk-women-dont-understand-their-menstrual-cycle>

Arab, E. y Díaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista med. Clínica Las Condes*, 26(1), 07-13

Arenas, L. (2017). La compleja y triste historia de la educación sexual en Chile. *El Dínamo*. Recuperado de <https://www.eldinamo.cl/educacion/2017/08/23/la-compleja-y-triste-historia-de-la-educacion-sexual-en-chile/>

Calvo, E. y Vásquez, E. (2015) Adolescentes y cibermedios. Una didáctica basada en aplicaciones periodísticas para smartphones. *Estudios pedagógicos*, 41(2), 255-270.

Cesolaa. (2016), Educación sexual en Chile. Recuperado de <http://educacionsexual.uchile.cl/index.php/hablando-de-sexo/la-educacion-sexual/educacion-sexual-con-referencia-a-chile>

Cesolaa. (2016). Inicio y desarrollo puberal. Recuperado de <http://www.educacionsexual.uchile.cl/index.php/hablando-de-sexo/pubertad/inicio-y-duracion-del-desarrollo-puberal>

Cesolaa. (2016). Pubertad. Recuperado de <http://www.educacionsexual.uchile.cl/index.php/hablando-de-sexo/pubertad/la-pubertad>

Cochrane, T. & Bateman, R. (2010). Smartphones give you wings: Pedagogical affordances of mobile Web 2.0. *Australasian Journal of Educational Technology*, 26(1), 1-14.

Correché, M, Giménez, P. y Rivarola, M. (2013). Autoestima e Imagen Corporal. Estrategias de intervención psicológica para mejorar el bienestar psicológico en pre- adolescentes en una escuela de la ciudad de San Luis, Argentina. *Red de revistas científicas de América Latina y el Caribe*. 1(27), p. 83-93. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/184/18440029004.pdf>

Criteria Research Santiago, Chile, (2012). Recuperado de <http://www.criteria.cl/category/estudios-de-tendencias/>

Currículum Nacional. (2018). Recuperado de <http://www.curriculum-nacional.cl/614/w3-article-21233.html>

Della Mora, M. (2013). Mitos, prejuicios, tabúes y falacias sobre la sexualidad, en la población adolescente de la ciudad de Buenos Aires Psiencia. *Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 5(1), 24-34.

Dove y Adimark. (2016). La autoestima en las jóvenes chilenas. Recuperado de <http://www.adimark.cl/es/estudios/documentos/estudio%20la%20autoestima%20en%20las%20jovenes%20chilenas.pdf>

Enguix, S. (2017). Impacto político e informativo de las redes sociales esferas de actuación y comparación con los medios. *Anàlisi. Quaderns de Comunicació i Cultura*, 56, 71-86.

Elkind's, D. (1996). Theory of adolescent egocentrism. En Muuss, R. (Ed.), *Theories of adolescence*. New York, McGraw-Hill.

Erikson's, E. (1996). Theory of identity development. En Muuss, R. (Ed.), *Theories of adolescence*. New York, McGraw-Hill.

Figuroa, E. (2012). Política pública de educación sexual en Chile: actores y tensión entre el derecho a la información vs. la libertad de elección.

Revista Chilena de Administración Pública ISSN0717-6759,19, p. 105-131.

Fogg, B.J. (2002). "Stanford Guidelines for Web Credibility." A Research Summary from the Stanford Persuasive Technology Lab. Stanford University. Recuperado de www.webcredibility.org/guidelines

González, E. y Montero, A. (2008). Factores psicosociales y culturales que influyen en el evento de la menarquia en adolescentes posmenárquicas. *Revista chilena de obstetricia ginecológica*, 73(4), 236-243.

Güemes-Hidalgo, M. Ceñal, M. e Hidalgo, M. (2017). Pubertad y adolescencia. *Revista adolescere*. 5(1). Recuperado de <https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCERE/vol-5num1-2017/07-22%20Pubertad%20y%20adolescencia.pdf>

Guillen, I. (2017). Dove y ONU mujeres, juntas fortalecen la autoestima de niñas y mujeres. Recuperado de <https://www.thelabel.cl/dove-y-onu-mujeres/>

Lee PA, Houk CP. (2007). Puberty and its disorders. In: Lifshitz F (ed.). *Pediatric Endocrinology*. New York: Informa Healthcare USA; p. 273-303.

Martín y Pedreira. (2000). Recuperado de https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/46487404/04_BASES_PARA_UNA_COMPREN

SION_ACTUALIZADA_DS0120.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYY-GZ2Y53UL3A&Expires=1541684436&Signature=mZHrC8WgZAo-B2iRpRjP9kzVjlc%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DBASES_PARA_UNA_COMPRENSION_ACTUALIZADA_D.pdf

Murdochowicz, R. (2018). La mitad de los jóvenes confunde información con publicidad en internet. Clarín. Recuperado de https://www.clarin.com/sociedad/mitad-adolescentes-confunde-informacion-publicidad-internet_0_H1aOuataG.html

Northwestern University. (2015). Teen, Health and Technology. Recuperado de https://cmhd.northwestern.edu/wp-content/uploads/2015/05/1886_1_SOC_ConfReport_TeensHealthTech_051115.pdf

Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE). (2015). Pisa Results: Students' well-being. Recuperado de <https://www.oecd.org/pisa/PISA-2015-Results-Students-Well-being-Volume-III-Overview.pdf>

Oxford (2016). Definición posverdad. Recuperado de <https://en.oxforddictionaries.com/definition/us/post-truth>

Rehbein, C. (2017). Piñera presentó soluciones desde la "Web 3.0" en su agenda digital. Publimetro. Recuperado de <https://www.publimetro.cl/cl/noticias/2017/09/07/pinera-summit-web.html>

Remiro, L. (2018). La posverdad y las nuevas tecnologías. Barcelona

Saavedra, M (2008). Cómo entender a los adolescentes para educarlos mejor. México: Editorial Pax

Siegel, O. (1982). Personality development in adolescence. En B. B. Wollman (ed.) Handbook of developmental psychology. Englewood Cliffs. Nueva Jersey: Prentice-Hall.

Solis, D (2018). Revista Paula. Recuperado de <http://www.paula.cl/reportajes-y-entrevistas/sexualidad-adolescentes-falta-educacion-sexual/>

Sordo, P. (2009). No quiero crecer. (2da ed.). Santiago, Chile: Norma.

Stanford University. (2016). Evaluating Information: The cornerstone of civic online reasoning. Recuperado de <https://stacks.stanford.edu/file/druid:fv751yt5934/SHEG%20Evaluating%20Information%20Online.pdf>

Temboury, MC. (2009). Revista Pediátrica Atención Primaria.11(16), p.127-142. Madrid, España

Unicef. (2018). Las niñas (y los niños!) de cinco países están acabando con los mitos sobre el periodo. Recuperado de <https://www.unicef.org/es/historias/las-ni%C3%B1as-%C2%A1y-los-ni%C3%B1os-de-cinco-pa%C3%ADses-est%C3%A1n-acabando-con-los-mitos-sobre-el-periodo>

ANEXOS

GUIÓN VIDEOS SECCIÓN INFÓRMATE

CAPÍTULO 1: ¿QUE ESTÁS GRANDE!

Es típico que llegas a cualquier fiesta familiar y no falta la tía que te dice: ¡Qué estás grande! Y tú como ???, obvio que te sientes igual que siempre y le respondes con una sonrisa sin saber qué decirle.

Pero sí, aunque no lo notamos crecemos hartito y estamos en constante cambio para convertirnos más adelante en una adolescente. Casi siempre nuestro crecimiento es más evidente en la estatura, pero nuestro cuerpo crece entero y al llegar a la pubertad podemos aumentar de peso. Yo de niña era bien gordita... así que al llegar a la pubertad aprendí a comer de todo equilibrando los diferentes tipos de alimentos y ordenando los horarios de las comidas, gracias a eso me mantuve en el mismo peso, así cuando fui creciendo mis kilitos se repartieron mejor en todo mi cuerpo! Y mi nueva silueta se formó para quedarse.

Si tu caso no es como el mío, es normal que aumentes de peso pero ¡mantente alerta! No te dejes llevar por tus cambios de ánimo ni por la ansiedad que te genera esta etapa, trata de equilibrar bien tu alimentación, come a tus horas y también date pequeños gustitos de vez en cuando!! Es bacán comer rico! Por lo mismo te recomiendo comer equilibrando todo tipo de alimentos!

CAPÍTULO 2: ¿DE LIMONES A MELONES?

Al principio me moría de vergüenza cuando empecé a notar que me estaban creciendo, me tapaba como fuera en mi casa y en el colegio nunca me sacaba el chaleco aunque hiciera calor. Y las mamás como siempre lo saben todo... la mía me dijo que ya estaba empezando a tener pechugas así que era bueno ir a comprar un sostén. Así que por más vergüenza que me diera le hice caso a mi mamá, porque en el fondo igual quería saber más y probarme un sostén.

Los sostenes son muy diversos, los primeros que usé eran como unos petos muy fáciles de elegir por su talla casi como las poleras, me acuerdo que esa vez mi mamá me recomendó comprar uno deportivo y otro normal para usarlo con poleritas, y me di cuenta que no eran tan feos, habían de colores y diseños bacanes así que elegí uno de colores muy prendidos, al final terminaron por gustarme mucho estas nuevas prendas.

Para elegir un sostén las tallas son MUY raras, me enseñaron que tienes que tomar en cuenta dos cosas: la copa y el contorno. Pero... ¿Qué es eso? Les explico ahora, la copa es la medida del volumen de tus pechugas, en palabras más simples es con lo se rellena el sostén, para saber qué copa eres (A, B, C, D) debes pasarte una huincha de medir por sobre las pechugas rodeando toda la espalda, los centímetros que te den en total corresponden a una copa, esa medida está establecida.

Y el contorno se mide en tallas: 32, 34, 36, 38, etc y básicamente es la medida del contorno del tórax, para medirte esto con la misma huincha de medir debes pasártela por debajo de las pechugas, dependiendo de cuántos centímetros tengas corresponde a una talla.

Teniendo estas medidas es muy importante porque así podrás comprarte el sostén perfecto que se acomode a tu cuerpo.

CAPÍTULO 3: ETERNA PELUDA

Tal vez has notado que niñas de tu colegio o conocidas se depilan y lucen sus piernas suaves durante el verano. A mi no me daban vergüenza mis pelos hasta que me di cuenta que casi todas mis compañeras lucían piernas suaves como de piel de delfín sin ningún pelo, ahí me di cuenta que quería depilarme y le dije a mi mamá.

Después de conversar con ella me mostró su máquina depiladora eléctrica y me enseñó a usarla, lo que para mi era todo un misterio resultó ser facilísimo pero me dolió demasiado!! Sentía que la máquina me tiraba mis pobres pelitos y que en cualquier momento me iba a sacar la piel, me la pasé por mis pantorrillas primero llegando hasta la rodilla, según mi mamá era mejor probar con “media pierna” primero, y si soportaba

me la pasaba por toda la pierna. A pesar del dolor me hice la valiente y me la terminé pasando por toda la pierna y me dolió mucho más en los muslos pero me aguanté, la lata es que después me quedó la piel irritada, roja y adolorida, pero a pesar del sufrimiento tenía las piernas más suaves que la seda.

Yo estaba feliz porque al fin iba a poder mostrar mis piernas sin vergüenza y poder usar shorts en verano y dejar de taparme con los calcetines hasta la rodilla cuando usara el uniforme.

Obvio que decidí depilarme más que nada por la influencia de las demás personas y por la imagen de mujer que ha impuesto la sociedad, donde prácticamente se ve “feo” tener pelos siendo que es lo más normal del mundo!

CAPÍTULO 4: BRILLANDO MUCHO

Cuando empecé a entrar en la pubertad noté que mi pelo ya no me duraba tanto tiempo limpio y si no me lo lavaba se veía muy grasoso, a veces salía así y no hallaba cómo taparme la cabeza para que no vieran mi pelo asqueroso.

Por eso opté en lavarme el pelo día por medio, incluso hay días en que sudo mucho así que prefiero lavarlo todos los días para sentirme limpia y fresca. Si tienes la suerte de no tener el pelo tan graso tal vez pasen los días y aún se te vea recién lavado, eso depende de cada persona y es importante que te conozcas y sepas los cuidados que debes llevar. La cara también se me puso muy grasa, de hecho me comenzaron a salir granos y espinillas en la frente y la nariz y me empecé a sentir fea y con mucha vergüenza de salir a distintos lados hasta de ir al colegio. Mi mamá lo notó y me recomendó mantener mi piel limpia para que no me siguieran saliendo cosas raras en la cara.

CAPÍTULO 5: SUDA Y HUELE SIN MIEDO

Me acuerdo que un verano yo andaba como si nada por mi casa jugando con mi hermano, entre saltos y carreras terminó diciéndome que tenía un olor asqueroso como a comida. Fui directo al baño y me di cuenta que ese olor venía de mis axilas mojadas después de tanto correr y moverme, era un olor a cebolla que hasta a mí me molestaba. Mi mamá también lo notó y me mandó directo a la ducha esa noche, al día siguiente la acompañé a hacer unas compras al supermercado y me dijo que debería comprarme un desodorante para evitar tener malos olores, me dio vergüenza que fuera tan notorio mi olor, pero acepté que había que hacer algo al respecto.

Después me calmé mucho porque noté que a mis compañeras también les pasaba. cuando tenemos la clase de educación física se duchan y se echan desodorante para así oler siempre bien y no pasar vergüenzas porque podemos transpirar por muchas razones, si nos ponemos nerviosas por una disertación, porque corremos o si es que hace mucho calor, lo mejor es andar preparada siempre y evitar pasar malos ratos.

CAPÍTULO 6: ¿YA TE LLEGÓ?

El acontecimiento más importante de la pubertad puede que sea la llegada de la primera regla o menarquía y provoca muuuchos sentimientos encontrados.

En mi caso fue sorprendente, si bien había escuchado acerca de la regla y sabía por qué pasaba y todo eso, cuando me llegó me sentí con miedo e incomodidad porque nadie me había dicho cómo se sentía.

Cuando me llegó la regla por primera vez me dio entre susto y alivio, primero fue impactante encontrarme con mis calzones con sangre por lo que me dio un mini infarto ver esa mancha ahí pero también fue un alivio porque al fin me había llegado y la eterna espera había terminado. A la primera persona que le dije fue a mi mamá y ella me enseñó cómo ponerme una toallita y me dijo que le avisara si me dolía mucho

la guata (es el útero en verdad lo que duele) para darme un tecito. Ese día también me regaló unos chocolates como premio así que no fue tan terrible el suceso, solamente me tuve que acostumbrar a usar las toallitas que se sentían como pañales y a esos dolores de útero los primeros días de la regla.

Lo lindo de este suceso es que me siento en armonía con mi cuerpo, siento que se renueva mes a mes (porque sí, comunmente todos los meses te va a llegar) y me siento muy feliz de ser mujer al estar en este constante ciclo que me hace sentir más viva que nunca.

CAPÍTULO 7: QUÉ LATA MIS PAPÁS...

Ya sí, yo igual me peleo con mis papás muy seguido, me da rabia que no me den permiso para lo que quiero o que no me dejen hacer cosas porque soy muy chica. Siento que me sobreprotegen demasiado y que nunca me van a dar independencia. De verdad es una lata. De niñas nos sentíamos más que felices bajo el cuidado de nuestros papás, era cuatito cómo no podíamos estar sin ellos ni un sólo día, la lata es que vamos creciendo y sus discursos, sus historias repetidas y su preocupación inexplicable por todo nos empieza a molestar a niveles extremos.

Vamos creciendo y con eso vamos formando nuestra propia opinión y nuestras maneras de comportarnos en diferentes situaciones, por eso es que chocamos muchas veces con ellos encontrándolos anticuados, que no se ponen en nuestro lugar y que opinan muy distinto respecto a diferentes sucesos.

CAPÍTULO 8: NUTRE CUERPO Y MENTE

La otra vez estaba pensando en lo que hago en mi tiempo libre y me di cuenta que no hacía nada más que ver netflix o revisar mi computador, así que me propuse a hacer algo nuevo y me inscribí en clases de fútbol. Tenía miedo porque sentía que todas las demás eran más secas que yo o que en cualquier momento iba a hacer algo mal y me iban a retar... Pero nada que ver, fue una muy buena experiencia y estoy feliz porque conocí nuevas amigas.

Me di cuenta que no todo pasa en una pantalla, que vivimos en un mundo mucho más complejo y que hay millones de cosas que nos da la naturaleza que no aprovechamos, como por ejemplo nuestras propias capacidades y talentos. Si no me hubiese inscrito en esas clases tal vez nunca hubiese sabido que era buena para jugar a la pelota, así que te propongo a probar cosas nuevas y a atreverte a salir de tu comodidad y a descubrir tus habilidades haciendo todo tipo de cosas.

PAUTA ENTREVISTA A EXPERTOS

1. ¿Desde cuándo y cómo es prudente comenzar a hablar de la pubertad con las niñas? (para que los cambios corporales vayan a la par con la madurez emocional necesaria para un buen desarrollo psíquico y afectivo)
2. ¿Es prudente tener un límite en el tipo de información que se entrega? Pensando que son niñas entre 9 y 13 años, es recomendable entregar información como por ejemplo acerca de sexualidad responsable, métodos anticonceptivos, enfermedades de transmisión sexual, etc. o está correcto solamente informar acerca de los cambios físicos. ¿Qué tan explícito tiene que ser?
3. ¿Quiénes deben ser los responsables de informar acerca de la pubertad?
4. ¿Se pueden generar riesgos a futuro si no se tiene pleno conocimiento del propio cuerpo?
5. ¿Debe haber equilibrio entre lo científico/biológico y la experiencia/emociones? ¿Se debe privilegiar alguno?

PAUTA ENTREVISTA A USUARIAS

CASA

- ¿con quién vives en tu casa? ¿cuántas personas son?
- ¿En qué comuna vives?
- ¿tienes pieza sola o compartes?
- ¿a qué dispositivos tecnológicos tienes acceso?

FAMILIA

- ¿En qué momentos se producen espacios de conversación con el resto de tu familia? ¿y con tus papás? (comida, viendo tv, en el auto, etc)
- ¿De qué tareas domésticas te haces cargo en tu casa?
- ¿A quién recurres primero si tienes un problema?
- ¿con qué miembro de tu familia compartes más?
- ¿Hay cosas que prefieres no compartir o no decirle a tus papás?
- ¿Tienes conversaciones a solas con tu papá o mamá? ¿Hay temas profundos que traten a veces?

COLEGIO

- ¿A qué colegio vas? ¿En qué curso estás?
- ¿Qué es lo que primero que piensas cuando te dicen la palabra colegio?
- ¿tienes buena relación con tus compañeros? ¿y con tus profesores?
- ¿Sientes que tus profesores se ponen en tu lugar?

¿Tus compañeros influyen en las cosas que haces o en las cosas que deseas tener?

PARES

¿Cuántos amigos cercanos tienes?

¿Qué actividades hacen juntos?

¿Tienen cosas en común?

¿Qué temas suelen hablar?

¿Cómo describirías a tu mejor amiga? ¿Cuál es su mejor virtud?

ACTIVIDADES Y TIEMPO LIBRE

¿Horas de tiempo libre al día?

¿qué actividades realizas en tu tiempo libre?

¿Con quién realizas estas actividades?

¿Tienes hobbies o habilidades?

GUSTOS

¿Qué música escuchas? ¿Quién es tu cantante o grupo favorito?

¿Qué series o programas ves? ¿Hay programas o dibujos animados que dejaste de ver?

¿Cuál es tu famoso favorito? ¿A través de qué medio o gracias a quién lo conociste?

¿Tú eliges tu ropa o la elige tu mamá

¿Te gustaría vestirse de otra manera? o ¿te gustaría vestirse como alguien? (compañera, famosa, hermana, etc

¿Te gustan los artículos de escritorio como agendas, libretas, papelería? ¿Dónde los compras o te los compran?

Cual es tu color favorito?

¿Si tienes el cumpleaños de una amiga, qué le llevarías de regalo?

¿Si fueras a celebrar tu cumpleaños pronto, cómo te gustaría que fuese la celebración? ¿A quiénes invitarías? ¿Qué te gustaría que te regalaran?

USOS DE INTERNET

¿Para qué utilizas internet?

¿Qué páginas web frecuentas?

¿Crees que la información que aparece en internet es confiable?

¿Qué apps usas?

¿Con quiénes te comunicas?

¿Compartes contenido o sólo eres espectadora?

¿Hay personas como youtubers o instagramers que te gusten y sigas?

¿Hay personas que hayas conocido a través de este medio?

¿Usas los hashtags? ¿Cuáles usas con más frecuencia?

CONVERSAR TEMAS DIFÍCILES

Hábitos cuando tienen dudas

- ¿A quién recurres en primer lugar cuando algo te afecta?
- ¿Con quién conversas acerca de los cambios físicos y la pubertad?
- ¿Haces búsquedas en internet acerca de estos temas?
- ¿Qué sentimientos te provoca la palabra pubertad?
- ¿Sientes que estás bien informada acerca de este tema?
- ¿En el colegio los profesores hablan acerca del desarrollo y crecimiento?

INFLUENCIA DE LOS PARES

Situaciones:

1. Estás invitada a un pijama party al que todas tus amigas cercanas van a ir, pero tus papás no te dejan quedarte allá porque no conocen a la familia de la dueña de casa. Tus amigas te insisten en que tienes que ir sí o sí porque será una ocasión única, ¿Qué harías? Aceptas la decisión de tus papás porque entiendes que podría ser peligroso ir a una casa desconocida a dormir, decepcionando a tus amigas, o escuchas a tus amigas y les insistes a tus papás hasta que te den permiso, aceptando las condiciones que te pongan para ir o “amenazándolos” para que te den permiso.

2. Tus compañeras y algunas de tus amigas cercanas empiezan a usar chaquetas de última moda, sabes cómo se visten porque las sigues en instagram y ves las fotos que suben. Un día hacen jeans day en tu colegio y te das cuenta que todas se visten más o menos con las mismas ropas, zapatos parecidos y los mismos accesorios pero que tú no usas ni te vistes como ellas. ¿Cómo te sientes al llegar y ver que no estás vestida como el resto? ¿te avergüenzas por no vestirte como tus compañeras? ¿Llegas a tu casa a decirle a tus papás que te lleven a comprar ropa? ¿O te da lo mismo vestirte distinta al resto?

3. Te enteras que a una niña de tu curso le llegó la regla, aunque ella no te lo ha dicho personalmente te enteraste por medio de tus amigas que escucharon una conversación en el baño del colegio. ¿Este suceso te genera curiosidad? ¿Es un tema de conversación con tus amigas? ¿Y con tu mamá?

Esta memoria de título fue diseñada y editada por *Javiera Lorca* a lo largo del Taller de Titulación de la carrera de *Diseño* de la *Pontificia Universidad Católica de Chile*. El texto fue compuesto con la fuente *Lato* en sus versiones regular, bold e italic en 9pt, 8pt y 7pt. Para los títulos se utilizó la fuente *Brandon Grotesque black* en 24pt y en 36pt.

Para las hojas interiores se utilizó papel couché de 130 gramos imprimiendo tres copias en *July Videoclub*, durante el mes de diciembre del año 2018.

