



PONTIFICIA
UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CHILE

DISEÑO | UC

Pontificia Universidad Católica de Chile
Escuela de Diseño

Presencia Ausente

Cómo los dispositivos móviles afectan
el manejo de nuestro tiempo, nuestras
relaciones con otros y con nosotros mismos.

Autor: Colomba Costa
Profesor: Ricardo Vega

Julio 2023, Santiago de Chile

Tesis presentada a la Escuela de
Diseño de la Pontificia Universidad
Católica de Chile para optar al
título profesional de Diseñadora

Agradecimientos

En primer lugar, quiero agradecer a mi profesor guía Ricardo Vega, quien me entregó confianza plena en mi misma y en mi proyecto, de la mano de su gran apoyo intelectual y moral, lo cual me permitió desarrollar mi propuesta con total libertad y seguridad.

A mis padres y hermanas, quienes me han escuchado y ayudado en todo el proceso universitario, brindándome paz y apoyo incondicional.

A mis amigos, Domi, Lenka, Flo y Matías quienes me acompañaron en toda mi carrera, brindándome su ayuda incondicional y haciendo de este proceso uno que estuvo rodeado de mucha contención, risas y compañía mutua.

Por último, agradecer a todos aquellos que cooperaron de alguna u otra forma a la realización de este proyecto, profesores, encuestados, entrevistados, entre otros.

Gracias eternas.

Índice

01. Introducción al proyecto	p. 4
1.1 Motivación personal	p. 5
1.2 Abstract	p. 6
1.3 Planteamiento del problema	p. 7
02. Marco Teórico	p. 9
2.1 Consumo digital	p. 5
2.1.1 Sobrecarga informativa	
2.1.2 Demanda cognitiva y adicción	
2.1.3 Manejo y percepción del tiempo	
2.2 Efecto en la vida diaria	p. 15
2.2.1 Riqueza de la socialización presencial	
2.2.2 Repercusiones emocionales	
2.2.3 Soledad y ocio productivo	
2.2.4 Desafíos en la era digital	
2.3 El rol del diseño en la representación de información	p. 20
2.3.1 Visualización de datos	
2.3.2 Visualización física de datos	
03. Formulación del proyecto	p. 24
3.1 Oportunidad	p. 25
3.2 Formulación del proyecto	p. 26
3.3 Objetivo general	p. 27
3.4 Objetivos específicos	p. 27
3.5 Estado del arte	p. 28

04. Desarrollo de proyecto	p. 35
4.1 Usuario	p. 36
4.2 Contexto de implementación	p. 38
4.3 Metodología de investigación	p. 40
4.3.1 Primera Encuesta	
4.3.2 Segunda Encuesta	
4.3.3 Entrevistas personales	
4.4 Patrón de valor	p. 51
05. Desarrollo e Implementación	p. 52
5.1 Metodología proyectual	p. 53
5.2 Fase de Diseño	p. 57
5.2.1 Diseño N° 1	
5.2.2 Diseño N° 2	
5.2.3 Diseño N° 3	
06. Propuesta Formal	p. 94
6.1 Recorrido y experiencia del usuario	p. 95
6.2 Librillo final	p. 101
07. Cierre	p. 102
7.1 Proyecciones	p. 103
7.2 Conclusión	p. 105
7.3 Referencia Bibliográfica	p. 108

01

Introducción del proyecto

01 | Introducción al proyecto

1.1 Motivación personal

Mi motivación comenzó en seminario siendo un pequeño interés, que iba acompañado de una leve preocupación que fue creciendo cada vez más, a medida que mi proyecto iba tomando forma. El día de hoy, ya es un aspecto de mi vida que no puedo ignorar o dejar de ver. Siempre me llamó la atención la manera en que nuestra formación y gran parte de nuestras interacciones y dinámicas fueron moldeadas en torno a un pequeño objeto, que tiene apenas algunos años de existencia. Pero más me perturbó la normalización que gira en torno a este.

Teniendo 23 años, mi adolescencia e importantes hitos en los cuales mi personalidad se fue esculpiendo, estuvieron acompañados de estos dispositivos, los cuales fueron moldeando nuestras formas de actuar, de pensar y de comunicarnos. Siempre tengo a pensar, qué sería de nosotros si estos aparatos no existieran, si ciertas cosas fueran un poco más difíciles de alcanzar, pero nuestras formas de sociabilización y relación con otros y nosotros mismos fueran más puras y más simples. Ha sido un viaje adentrarme en este mundo que me involucra tanto a mi como a los que me rodean, pero me ha ayudado enormemente, a ser más consciente, a estar más presente y a observar mis hábitos y costumbres desde fuera, aspectos que creo, de a poco, comienzan a cambiar mi vida.

01 | Introducción al proyecto

1.2 Abstract

El uso de los dispositivos móviles se hace cada vez más presente, y ha impactado en gran medida múltiples aspectos de la vida cotidiana y de las interacciones que realizamos diariamente, incluso al estar con otros. Las determinantes detectadas de mayor relevancia son la alta demanda cognitiva, los niveles de adicción existentes y el manejo que poseemos de nuestro propio tiempo.

Esto repercute, sobre todo en nuestro nivel de presencia, nuestras relaciones interpersonales y la relación que poseemos con nuestras propias emociones y nuestro propio ser. Si bien el persistente uso de los medios digitales impacta a una gran mayoría de la población, se detectó que los jóvenes, entre 18 y 24 años aproximadamente, se encuentran en un grado mayor de vulnerabilidad, debido primordialmente a la cantidad de horas que interactúan con estos dispositivos. Mediante una instalación enfocada en la visualización de datos y en la experiencia del usuario, se busca abrir el debate en torno a la problemática mencionada. Generando de esta manera una instancia de autorreflexión en relación con el propio uso de los dispositivos móviles y el efecto que poseen en nuestros hábitos.

Palabras claves: Medios digitales, presencia, tiempo, relaciones interpersonales, visualización de datos.

1.3 Planteamiento del problema

El desmedido uso de dispositivos móviles y aparatos tecnológicos en la vida cotidiana se ha agudizado de forma apresurada y se prevé que esto siga en aumento. Según indica el informe de GSMA (2022) se espera que para el año 2025 existan casi 400 millones de nuevos suscriptores móviles. Esto trae consigo múltiples aspectos positivos, sin embargo, existen diversas investigaciones sobre su impacto negativo en la atención y la capacidad que posee para interferir en nuestro nivel de presencia, en la forma que manejamos y percibimos nuestro tiempo y en cómo nos vinculamos con otros y con nosotros mismos.

El tema incide, primeramente, en que se está viviendo la era de mayor hiperconectividad en la historia de la humanidad. Como menciona Mena (2021), 6 horas y 54 minutos es el tiempo medio global que destinan los usuarios al internet. Siendo el manejo de las redes sociales uno de los usos más recurrentes, como señala Kemp (2021) en relación con el informe general global "Digital 2021" el usuario común pasa, hoy en día, 2 horas y 25 minutos en las redes sociales. Esto equivale aproximadamente a un día completo de su vida cada semana.

Este manejo de nuestro tiempo posee particular impacto en las habilidades cognitivas. Las diversas características de los teléfonos móviles aumentan la demanda cognitiva de los usuarios para usarlos. Tal demanda cognitiva provoca distracción cognitiva." (Chu et al., 2021, pg. 3) Estas interacciones fueron pensadas por las grandes corporaciones, las cuales explotan las vulnerabilidades psicológicas de sus propios usuarios modificando su comportamiento y la forma en la que estos administran su tiempo. Cómo se menciona en el libro "Digital minimalism", "Es fácil dejarse seducir por la pequeña cantidad de beneficio que ofrece la última aplicación o servicio, pero luego olvidar su costo en términos del recurso más importante que poseemos, los minutos de nuestra vida." (Newport, 2019, p. 42)

1.3 Planteamiento del problema

Este manejo de nuestro tiempo y atención interfiere, en gran medida, en nuestra forma de relacionarnos con nuestros pares y con nosotros mismos. Generando un constante estado de presencia ausente, según señala Tertadian (2012) es un estado en el cual las personas negocian entre estar físicamente presentes y mentalmente ausentes al hacer uso de sus dispositivos móviles, navegando entre el mundo físico y virtual. Disminuyendo de esta manera la riqueza sensorial y social que distingue lo real de lo ficticio. Asimismo, el manejo que poseemos de nuestro tiempo en estos aparatos, posee gran implicancia en cómo nos relacionamos con nuestra soledad y nuestro ocio productivo.

“El teléfono inteligente proporcionó una nueva técnica para desterrar estos fragmentos restantes de soledad: la mirada rápida. Al menor indicio de aburrimiento, puede echar un vistazo subrepticamente a cualquier número de aplicaciones que se han optimizado para brindarle una dosis inmediata y satisfactoria de aportes de otras mentes.” (Newport, 2019, p. 101)

A pesar de la pregnante presencia de estos en nuestra vida y la cantidad de información existente al respecto, se vuelve complejo tomar distancia y visualizar la forma en la que el aumento en el uso de los dispositivos posee un impacto en la vida de los consumidores. Esto, debido a la lejanía y el bajo efecto que poseen los datos duros y los números al generar conciencia. Es por ello que la visualización de datos se vuelve pertinente, con el fin de entregar información de mayor complejidad de una forma más significativa y comprensible para el usuario.

Como argumenta el teórico de la cultura digital y artista Lev Manovich “Los proyectos de visualización de datos suelen promover la representación de fenómenos que se encuentran más allá de la escala sensorial humana de forma que queden a nuestro alcance, que sean visibles y tangibles.” (Manovich, 2001, p. 132). Revisar esta problemática se vuelve importante, ya que es una herramienta para analizar la forma en la que los jóvenes se relacionan con los nuevos medios y cómo esto finalmente afecta su diario vivir. Es crucial indagar en formas que desde el diseño busquen visualizar y comunicar, entregando significado.

02

Marco Teórico

Para el desarrollo de la investigación y la futura propuesta, se detectaron dentro de la problemática, 3 tópicos principales. En primer lugar, el aumento en el consumo digital y sus consecuencias. Como segundo punto, se busca entender la forma en la que los individuos se relacionan con los dispositivos y cómo esto repercute en sus formas de socialización y relación con ellos mismos. Finalmente, se busca indagar en las formas de representación visual de esta información con el fin de generar un impacto significativo en los individuos.

2.1 Consumo digital

Los aparatos móviles han logrado de forma acelerada, abrupta y en un periodo corto de tiempo, controlar una gran parte de nuestras vidas y nuestras acciones. Esto es posible debido a que existen diversos mecanismos que están creados para focalizar nuestra atención y dirigirla a acciones previamente pensadas y analizadas por diversos expertos.

Existió un cambio radical en la década pasada, en la cual los dispositivos pasaron de ser una herramienta a ser algo del cual muchos no pueden apartarse. “Los seres humanos han mantenido vidas sociales ricas y satisfactorias durante toda nuestra historia sin necesidad de enviar algunos fragmentos de información cada mes a personas que conocimos brevemente durante la escuela secundaria.” (Newport, 2019, p. 155).

En un periodo de 50 años, nuestra interacción humana se vio afectada drásticamente por la llegada de los dispositivos móviles. Comenzando en 1973 con la creación del primer teléfono, hasta lo que conocemos hoy en día, un gran abanico de aparatos portables que cada año van incorporando sistemas, funciones nuevas y herramientas que entregan cada vez más posibilidades.

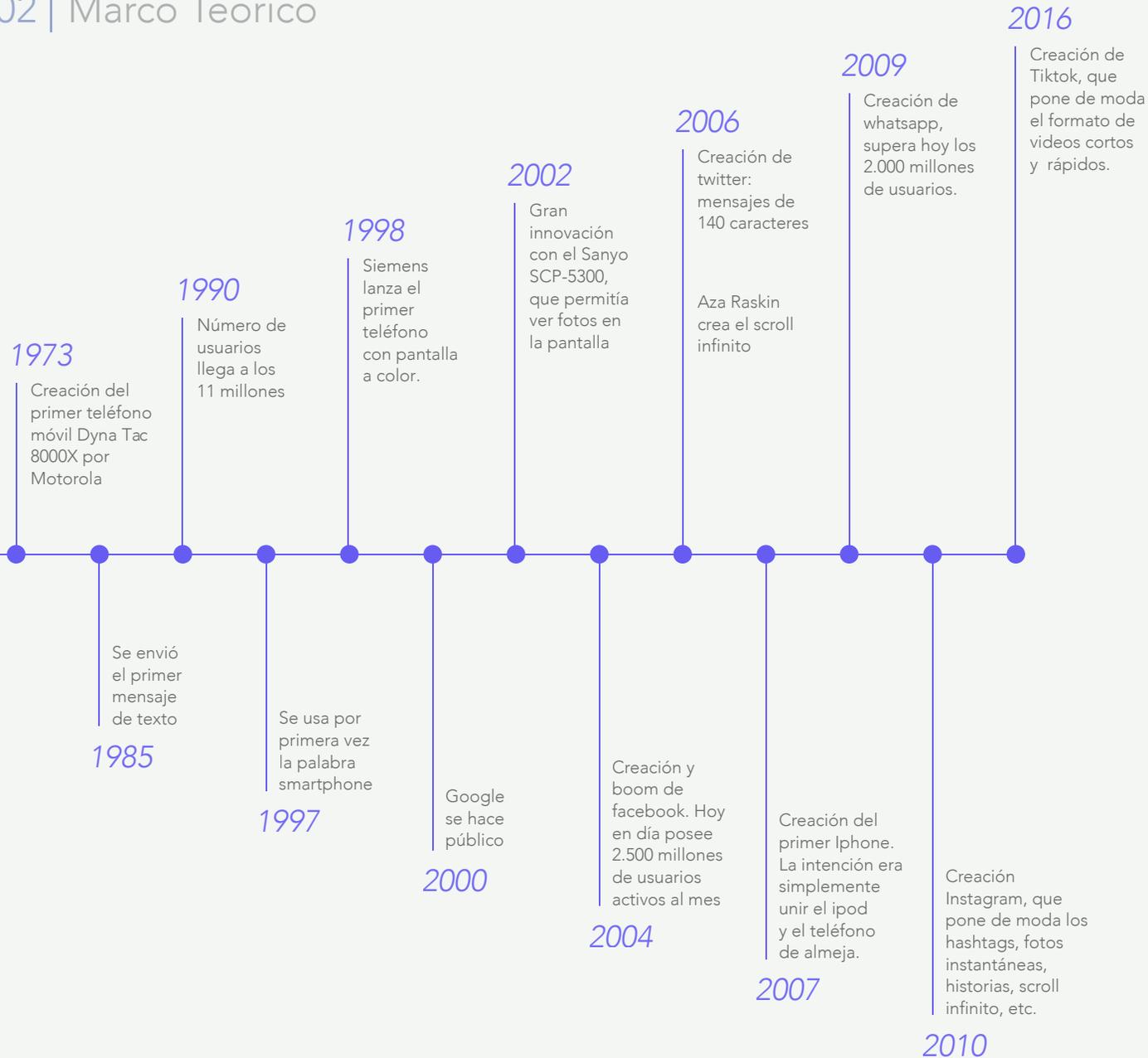
*“Las últimas dos décadas se caracterizan por la rápida difusión de herramientas de comunicación digital, que han empujado a que las personas posean redes más grandes y menos locales, fomentando así las interacciones. Esto, a través de mensajes cortos y clics de aprobación, los cuales son órdenes de magnitud con menos información de lo que hemos evolucionado a esperar”
(Newport, 2019, p. 136)*



Imagen que da cuenta de la masificación del consumo tecnológico.

Fotografía por Charles Platiau, rescatada de The Atlantic, 2022.

02 | Marco Teórico



presencia ausente

2.1.1 Sobrecarga informativa en la economía de la atención

Dentro del aumento de estos aparatos, encontramos una sobrecarga informativa, que se da principalmente por el exceso de estímulos entregados por medio de publicidades, notificaciones, banners, mensajes instantáneos, llamadas, etc. Dentro de este flujo constante, nace una lucha por la obtención de la atención de los usuarios, llamada economía de la atención. Algunos autores establecen que:

En el contexto de la economía de la atención, el tiempo se convierte en una variable determinante y ello hace que en las industrias culturales se libere una batalla por la captación de tiempo libre. Dentro de internet, las redes sociales son el escenario privilegiado para el mercado de la atención y el lugar en el que puede producirse con mayor facilidad la concentración de la atención del usuario. (Giffard, 2013, citado en Fernández y Girardo, 2020, p. 4)

Esta lucha por la atención se hace cada vez más evidente, como mencionan algunos autores “las técnicas de recolección, extracción, captación, análisis y procesamiento de enormes cantidades de información resuelven los problemas de administración de los datos (Mayer-Schönberger; Cukier, 2013, citado en Fernández y Girardo, 2020, p. 3) De esta manera, mediante algoritmos, se permite entregar publicidades cada vez más significativas para cada usuario y de esta manera atraer su atención de forma más recurrente y duradera.



Imagen que da cuenta de la falta de atención en individuos.

Fotografía por Rawpixel, rescatada de Freepik, 2022.

2.1.2 Demanda cognitiva y adicción

Está atracción irresistible que generan los dispositivos nos lleva a utilizarlos más de lo que creemos que es sano, ya que existe una necesidad de saber en cada momento que ocurre en las redes. Como mencionan Fernández y Girardo (2013) estas prácticas son la consecuencia de un reforzamiento conductual, el cual, por medio de "recompensas de información" obtenidas al revisar constantemente los aparatos móviles, alteran el sistema de recompensa cerebral (la vía dopaminérgico - corticoestriada). A la larga, estas pequeñas, pero grandes, acciones generan una adicción de la cual se vuelve complejo escapar. Como menciona Newport (2019) la adicción es una condición en la cual los individuos se involucran en un comportamiento cuyos efectos gratificantes se transforman en un incentivo suficiente para seguir con el comportamiento, a pesar de las consecuencias perjudiciales de este.



Imagen sobre redes sociales uso más común en los dispositivos.

Fotografía por Freepik, rescatada de Freepik, 2023.

02 | Marco Teórico

2.1.3 Manejo y percepción del tiempo

El acto de ser un nodo vivo en la red nos impulsa a estar conectados en todo momento. Esto con el fin de no perderse o pasar desapercibido frente a ningún evento, desencadenando en los individuos una sensación artificial de crisis y de alerta continua. Esta sobre estimulación cognitiva genera que una gran cantidad de horas sean destinadas a los dispositivos, cediendo cada vez más una parte mayor de su autonomía. Este fenómeno ocurre muchas veces de forma desapercibida, ya que los dispositivos dominan el tiempo mediante pequeños impulsos que toman tan solo unos minutos de atención, pero que desencadenan en una acumulación de horas y horas frente a las pantallas. Esta acumulación de tiempo genera que se destine menos tiempo a la comunicación fuera de línea con otros y a la comunicación interna con uno mismo.



Imagen de apoyo sobre el elevado uso de dispositivos móviles.

Fotografía por Tirachardz, rescatada de Freepik, 2023.

2.2 Efecto en la vida diaria

Si bien el uso de estos dispositivos es influyente en diversos aspectos, posee un particular impacto en las formas de relación y comunicación externa e interna de los individuos. Con respecto a sus aspectos positivos, cabe mencionar que este boom de conectividad ha permitido que las relaciones a distancia permanezcan o surjan a lo largo del tiempo. Sin embargo, el carácter de individualidad que poseen los dispositivos ha cambiado el paradigma de las relaciones interpersonales. Como menciona Chambliss et al. (2015) durante las interacciones cara a cara, el excesivo uso de aparatos móviles puede obstaculizar la reciprocidad, las expresiones de empatía y por ende la calidad de la comunicación interpersonal. Ya que se eliminan aspectos claves como la entonación, las pausas, la movilidad corporal y las señales visuales.



Imagen sobre el efecto de los dispositivos en relaciones y amistades.

Fotografía por Rawpixel, rescatada de Freepik, 2022.

2.2.1 Riqueza de la socialización presencial

Somos animales sociales, a lo largo de los años lo hemos sido, sin embargo, la mediación tecnológica ha dificultado esto, insertando la paradoja de las redes utilizadas para socializar, pero que a sí mismo, no te lo permiten. Esto ocurre, ya que existe una dicotomía entre estar físicamente presente en la interacción ocurrida y mentalmente ausente y ensimismado al estar pendiente a lo sucedido en los dispositivos móviles. Esto, según menciona Katz y Aakus (2002, citado en Tertadian, 2012, p. 7) da la sensación y el poder de estar en “perpetuo contacto”, al tener la facultad de ser alcanzado en cualquier momento, permitiendo a los individuos retirarse disimuladamente del mundo físico para insertarse en el mundo virtual.

Este traspaso de la atención a mundos flotantes, según el autor Gergen (2002) disminuye las habilidades cognitivas y sociales, restringiendo los repertorios y desarrollos creativos, necesarios para un intercambio satisfactorio de comunicación en las relaciones e interacciones cotidianas devaluando la profundidad en la relación.

En la misma línea, el autor Immordino-Yang et al. (2009, citado en Misra et al., 2014, parr. 13) en su estudio sobre correlatos neuronales de la compasión y admiración, establece que se necesita procesar de forma introspectiva para poder comprender los estados psicológicos de otros individuos y poder simpatizar. Asimismo, menciona que este tipo de procesamiento se vuelve necesario para entender el conocimiento social que toma presencia de forma más pausada y requiere tiempo de procesamiento adicional, en comparación al procedimiento rápido y multitarea de los entornos digitales.

2.2.2 Repercusiones emocionales

En este nuevo orden digital y producto del excesivo uso que existe en torno a los aparatos, emergen emociones tales como la ansiedad, la angustia y el miedo. Como menciona Newport (2022) se crea un paisaje contradictorio de emociones, en el cual se puede estar disfrutando de fotos en las redes sociales mientras se está constantemente preocupado por que las horas del día se están rápidamente absorbiendo frente a tus ojos. La anteriormente mencionada contradicción entre cancelar un acto y repetir este mismo sienta sus bases en la necesidad o incluso el miedo de no ser parte, de mantenerse desconectado de este flujo incesante de eventos. Este término es llamado "FOMO", cuyas siglas en inglés se refieren a "Fear Of Missing Out" o el miedo de perderse de algo, según menciona Vaugh (2012, citado en Capilla, 2017, p. 177) está explicitado como la inhabilidad de abstenerse a las redes por temor a estar perdiéndose de algo importante.

Esto genera ansiedad y una disminución en el bienestar general del individuo. Como menciona Clayton et al. (2015, citado en David y Roberts, 2019, p. 388) el desprendimiento del individuo y su teléfono tiene efectos negativos en los estados psicológicos de este mismo. Asimismo, este comportamiento posee una alteración en los estados fisiológicos, aumentando la frecuencia cardíaca y la presión arterial. Esta perturbación en el organismo genera una conexión prolongada difícil de discontinuar, que concluye en un aislamiento constante. Como resultado de este fenómeno, se encuentra la "Nomofobia" que como enmarca Capilla (2017) proviene del inglés "no mobile". Esta es considerada como un trastorno causado por el terror de no estar conectado.

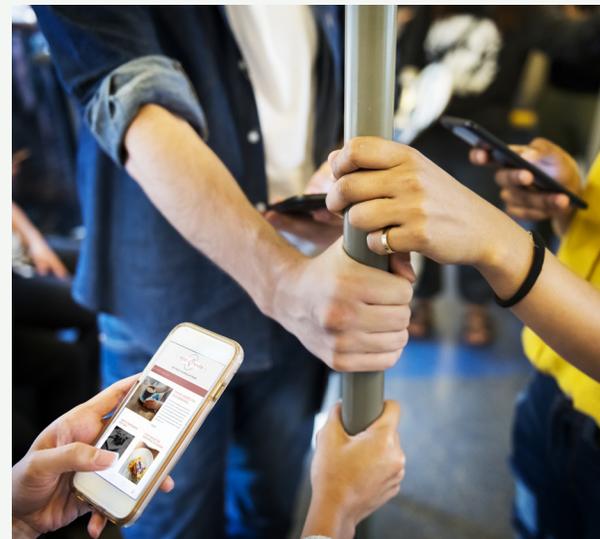
2.2.3 Soledad y ocio productivo

Por otro lado, y como factor crucial de mi proyecto, nos encontramos con la incapacidad de estar en soledad. Entiendo esta como “un estado subjetivo en el que tu mente está libre de la entrada de otras mentes” (Newport, 2019, p. 93) en el cual se requiere de concentración en los sentimientos y experiencias propias, con el fin de dar sentido a las emociones, clarificar problemas y de reflexionar. En esta realidad, en la cual los dispositivos están al alcance de la mano al levantarnos, acostarnos, esperar en una fila, sentados en el auto, al comer, al estudiar, se han introducido nuevas formas de interrumpir cualquier pequeño momento de “aburrimiento”, acostumbrándonos rápidamente a estar siempre “haciendo algo”. Se bloquea de esta forma el concepto de “soledad productiva” y de “ocio productivo” en el cual se activa la red neuronal por defecto.

Entendemos esta última como regiones cerebrales que se activan cuando estamos en estado de reposo. “La red predeterminada es ampliamente apreciada por sus altos niveles de actividad cuando las demandas externas son bajas, lo que sugiere un papel en la cognición autogenerada desvinculada del mundo físico” (Andrews-Hanna, 2012 citado en Andrews-Hanna, 2015, p.165). Es por ello, que la capacidad de estar solos, no solo activa nuestros niveles de asombro y nuestra creatividad, si no también, como menciona Andrews-Hanna (2015) las diversas asociaciones mentales que se generan en este estado construyen significado personal, lo cual puede luego ser una guía para el comportamiento a largo plazo, mediando el complejo proceso de navegación social.

2.2.4 Desafíos en la era digital

A pesar de todo lo expuesto anteriormente, estos aparatos han entrado en nuestra vida cotidiana de forma permanente, y su presencia en todos los aspectos de nuestro diario vivir aumentará con el pasar de los años. Si bien este aspecto parece perjudicial, existen diversas herramientas y funciones de estos mismos que facilitan la mayoría de nuestras acciones. El desafío no está en ignorar estos mismos, sino utilizar las cualidades que la tecnología ofrece a nuestro favor, entendiendo a su vez, los mecanismos de control que subyacen de estos, tomando el control necesario de nuestro propio tiempo y la calidad que se le da a este, y a la vida en general. Como menciona Newport (2012) en su libro *Digital Minimalism*, falta que los individuos se cuestionen si los dispositivos satisfacen un deseo o sirven para algo que realmente valoran, en segundo lugar si está es la mejor forma de utilizar la tecnología para servir este valor y en tercer lugar que estos controlen cómo y cuándo usarlos. Para que de esta forma, los usuarios utilicen sus dispositivos, no que estos utilicen a los usuarios en su beneficio.



Uso de teléfono en metro, que hace referencia al uso de dispositivos en múltiples momentos del día.

Fotografía por Raw pixel, rescatada de Freepik, 2023.

2.3 El rol del diseño en la representación de información

El impacto de los medios digitales en nuestra vida se vuelve evidente a medida que analizamos ciertas interacciones diarias. La cantidad de información que se consume a través de los dispositivos en conjunto con el aumento en su uso es cuantificable y medible. Sin embargo, el empleo de esta información representada a través de datos duros posee un menor efecto en los niveles de reflexión. Es por ello que, dentro de este contexto de información ilimitada, las nuevas formas de representación visual desde el diseño toman relevancia.

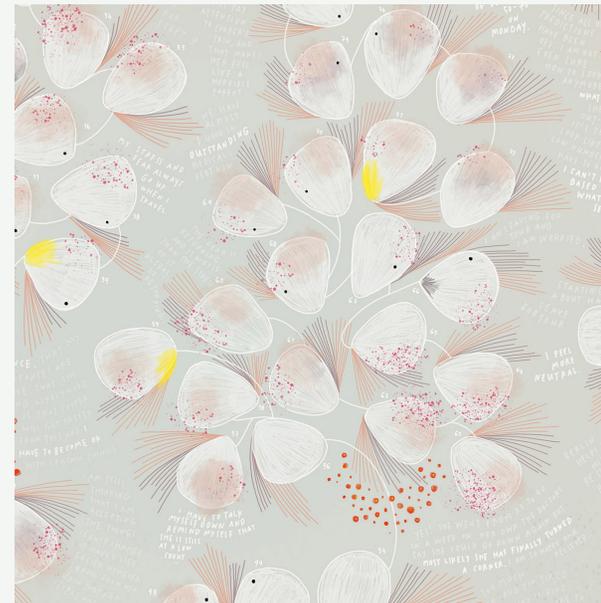


Imagen del proyecto
Flight patterns del
artista Aaron Koblin

Fotografía por Aaron Koblin,
rescatada de Art Institute
Chicago, 2023.

2.3.1 Visualización de datos

La visualización de datos comenzó a manifestarse desde los años 50 con la creación de los primeros gráficos a computador y ha evolucionado enormemente, siendo capaz de ilustrar masivas cantidades de datos de diversas áreas, teniendo un potencial enorme en términos de interacción y cercanía con el usuario. Como menciona Sadiku et al. (2016) existe una necesidad de mostrar de manera accesible y comprensible cantidades masivas de datos. Debido al aumento de información originado por la web, es difícil para los usuarios visualizar, explorar y utilizar estos datos en beneficio propio. Existe un mundo de técnicas, en el cual, "la atención no se centra exclusivamente en los datos, sino en el potencial creativo de los datos en sí y en las técnicas novedosas de visualización" (Corby, 2008 citado en Li, 2018, parr. 1). Esto, con el fin de generar en los usuarios a través de la muestra de datos, un aprendizaje significativo y diferente en cada uno.



Proyecto de visualización de data Bruises, realizado por la artista Giorgia Lupi

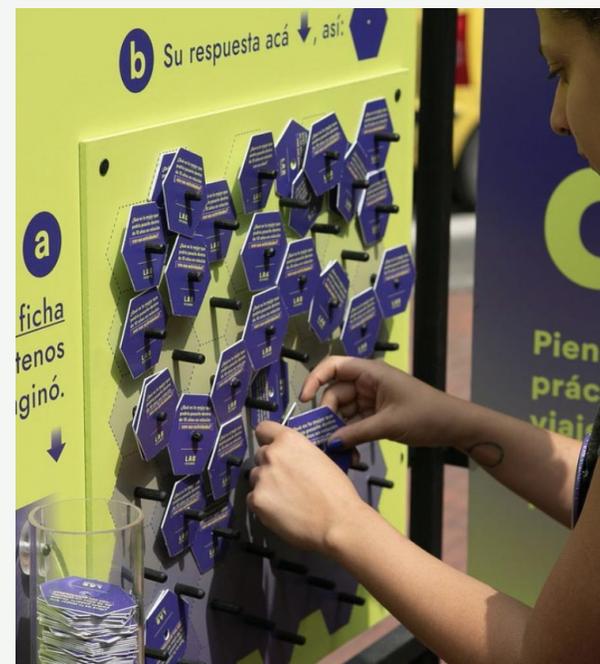
Fotografía por Giorgia Lupi, rescatada de Giorgia-lupi.com, 2023.

2.3.2 Visualización física de datos

Dentro del mundo de la visualización, existe un gran universo de exploración dentro de la visualización física, que tiene como fin, dar conocer datos mediante una vivencia subjetiva que permita que a través de la experiencia, se genere conocimiento mediante el aprendizaje.

Como menciona José Duarte (2018) existen tres elementos claves que hay que tener en cuenta al visualizar elementos de manera física. En primer lugar, los datos no son números, estos representan gente. Asimismo, debiesen ser para todo el mundo, es decir, no ser representados de forma compleja, y por último, los datos debiesen dejar de ser aburridos y lejanos, y convertirse en una experiencia lúdica y memorable para los usuarios.

Por último, cabe mencionar lo crucial que se vuelve la visualización de la experiencia ajena y cómo esta afecta y modifica la propia percepción de los datos, convirtiendo una experiencia individual en una colectiva, y entregándole al usuario el poder de la creación de una obra mayor.

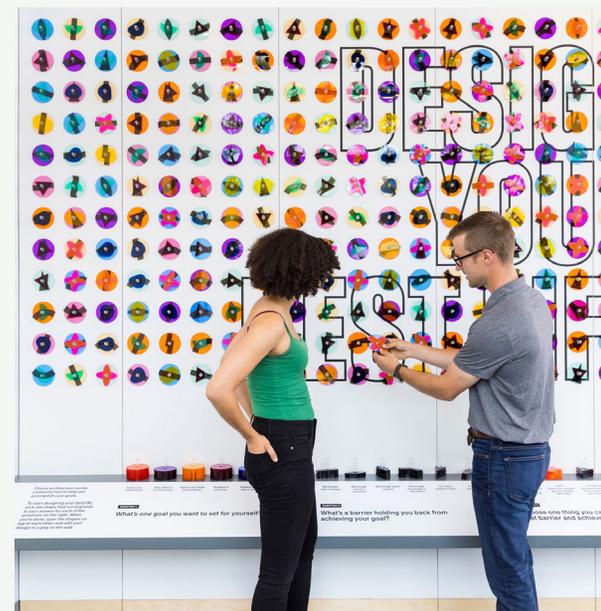


Proyecto colectivo realizado en la calle, por José Duarte sobre las proyecciones anuales.

Fotografía por José Duarte, rescatada de Instagram, 2023.

2.3.3 Instalaciones

Con el fin de gatillar una mayor reflexión en el usuario, se buscan diversos soportes y formas para dar a conocer los datos recopilados. En este contexto, la instalación, según el Glosario del Museo Nacional de Bellas Artes (2016) es producida en un espacio y contexto definido y se caracteriza comúnmente por permitir una interacción con el usuario y poseer una duración definida. Esta permite una experiencia subjetiva y única en cada individuo, lo cual busca promover de esta manera, un efecto positivo en la forma que se perciben los datos, y en consecuencia, el nivel de importancia y significado que generan en el individuo.



Museo interactivo que posee instalaciones dedicadas a la ciencia del comportamiento.

Fotografía por Mindworks, rescatada de Pentagram, 2023.

03

Formulación del proyecto

03 | Formulación del proyecto

3.1 Oportunidad

Hoy en día, a pesar del crecimiento desmedido de los aparatos tecnológicos, hay quienes se cuestionan las formas de pregnancy y control que estos traen consigo, buscando entender y analizar las capacidades de autonomía que se tiene frente a estos aparatos y las empresas que los representan. Es por ello, que se vuelve pertinente desmembrar esta problemática, mediante el diseño, con el fin de generar niveles de reflexión y crítica en torno a los comportamientos, que rápidamente se han vuelto en costumbre.

03 | Formulación del proyecto

3.2 Formulación del proyecto

Qué

Instalación experiencial compuesta por módulos de visualización digital y física de datos, los cuales, a través de la narrativa invitan a la reflexión en torno a cómo los jóvenes universitarios perciben y administran el tiempo dedicado a sus dispositivos móviles.

Por qué

La relación actual de los jóvenes con los dispositivos móviles se ha vuelto cada vez más dependiente. Esto ha impactado, sobre todo, en cómo estos administran y valoran su tiempo, por ello se vuelve necesario gatillar reflexiones al respecto.

Para qué

Posibilitar una autorreflexión en relación al tiempo que los usuarios le dedican a sus aparatos y el efecto que esto posee en la percepción y manejo de su tiempo, su relación con otros y con ellos mismos. Con el fin de que tomen conciencia y exploren nuevas posibilidades de uso con los dispositivos.

03 | Formulación del proyecto

3.3 Objetivo general

Lograr que los jóvenes generen una toma de conciencia en torno a sus propias costumbres e interacciones en relación al uso de los dispositivos móviles. Situando énfasis en cómo esto afecta en la percepción que poseen de su tiempo y sus relaciones, con otros y ellos mismos.

3.4 Objetivos específicos

1. Investigar sobre los aspectos más relevantes en el uso de los dispositivos móviles y cuáles son sus principales efectos en la calidad de vida.

IOV: Generar un marco de hábitos y costumbres de uso, que sirva para realizar una investigación bibliográfica específica.

2. Identificar cuáles son las principales consecuencias y las interacciones más relevantes en relación al uso que poseen los jóvenes.

IOV: Sistematización de información recopilada mediante encuestas, entrevistas y revisión de literatura en torno a las principales dolencias y/o temas de importancia.

3. Desarrollar una serie de propuestas de narrativa visual, que sean coherentes y pertinentes para el proceso de generación de reflexión.

IOV: Creación de prototipos e Instrumentos de validación de testeos, mediante entrevistas.

4. Desarrollar un prototipo final que cumpla con los requisitos previos y permita evaluar el impacto reflexivo de los usuarios.

IOV: Creación de prototipo final de la instalación.

03 | Formulación del proyecto

3.5 Estado del arte

Para la formulación de la propuesta, se realizó previamente una búsqueda profunda de antecedentes y referentes, los cuales fueron una parte importante de la fase creativa del proyecto. Estos fueron utilizados como inspiración para las distintas facetas de creación.

En primer lugar, para la formulación de la idea general y la creación de los diferentes testeos y prototipados, para luego buscar obras que me permitieran identificar las posibilidades de creación en torno a lo que ya existía y lo que se podía crear en base a esto. Para finalmente, complementar y generar variaciones en los prototipos finales.



Instalación interactiva del artista Aiweiwei.

Fotografía de Hansel y Gretel, rescatada de Arquine, 2023.

03 | Formulación del proyecto

Antecedentes

1. Multiplicity - Moritz Stefaner

Instalación interactiva sobre fotos tomadas en la ciudad de París, organizadas por tema. Se rescata debido al carácter colectivo que posee y la forma en la que, a través del contenido de miles de usuarios, se crea esta imagen de ciudad virtual. Asimismo, dado a que el usuario forma parte de la obra al elegir la información que desea observar.



Parte central y primera de la instalación

Fuente: <https://truth-and-beauty.net/projects/multiplicity>

7. Optimista o Pesimista - José Duarte

El artista genera visualizaciones físicas en la mitad de la calle, para recopilar data en el momento sobre los miedos, frustraciones y expectativas. Se rescata, por que se genera conocimiento significativo mediante la experiencia de cada espectador.



Usuarios interactuando con elementos de la visualización física.

Fuente: <https://www.instagram.com/p/CdtrDhiJzgQ/>

03 | Formulación del proyecto

Antecedentes

3. Murmur Study - Christopher Baker

Una visualización en vivo twitter, que podrían parecer como una mini charla digital, pero estos son archivados, acumulados y utilizados por corporaciones. La instalación se basa en una recopilación de todos los mensajes de twitter con ciertos caracteres, que se acumulan debajo. Causa impresión el hecho de ver en primera persona, lo que uno visualiza tan fácilmente en la misma red social.



Acumulación de escritos de twitter.

Fuente: <http://christopherbaker.net/projects/murmur-study/>

4. Exposure Time - Pablo Valbuena

Exposición minimalista sobre el paso del tiempo, haciendo referencia a cómo ves el tiempo, y la vida, en segundos o en días, si disfrutamos nuestro tiempo o simplemente se nos esfuma de las manos. Para el proyecto, se podría hacer un contraste entre el tiempo en pantalla en horas, y después sumado en días, años.



Personas interactuando con las dos visuales a la vez.

Fuente: <http://pablovalbuena.com/exposure-time/>

03 | Formulación del proyecto

Antecedentes

5. The Happy show - Stephan Sagmaister

Una instalación en la cual se entra en la mente del artista y creador, el cuál busca que los usuarios que ingresan al lugar aumenten sus niveles de felicidad, mediante la terapia cognitiva. Utiliza diversos soportes de visualización física en los cuales el individuo puede intervenir. Se vuelve importante para el proyecto debido a su carácter de interacción y la capacidad que tiene la persona para alterar y crear la obra.

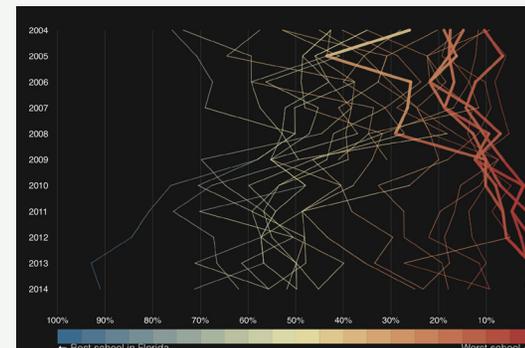


Parte de los elementos Interactivos de la instalación.

Fuente: <https://sagmeister.com/work/the-happy-show/>

6. Pinellas Failure Factory - Nataniel Lash

Una visualización de datos sobre el condado de Pinella, en el cual se muestran las razones de porque es el peor lugar para ser negro e ir a una escuela pública. Se rescata debido al carácter participativo que posee, ya que el espectador puede cambiar las visuales a medida que va avanzando, y estas poseen un carácter interactivo, que da a conocer los datos de una forma más lúdica y significativa.



Gráfica con acumulación de datos, visualizados en términos de grosor y color.

Fuente: <https://projects.tampabay.com/projects/2015/investigations/pinellas-failure-factories/chart-failing-black-students/>

03 | Formulación del proyecto

Referentes

1. App Forest

Aplicación para el teléfono móvil que impulsa a la desconexión y a la administración consciente de los dispositivos móviles. Premia a los usuarios plantando un árbol a medida que estos utilizan poco sus dispositivos y los castiga matando estos mismos. Están asociados con una organización de plantación de árboles reales, lo cual hace que estos árboles realmente se planten. Se rescata debido a que entrega una motivación tangible y realista, lo que impulsa a los usuarios a trabajar, no solo por su bien, si no por el de la tierra.



Página web de forest app, en la cuál se visualiza su principal misión.

Fuente: <https://www.forestapp.cc/>

2. Light Phone

Es un teléfono minimalista, en el cual no se tiene acceso a redes sociales, mail ni internet, solo sirve para llamar y textear (tiene calculadora, alarma, direcciones). Asimismo, este no emite luz (como la tecnología de las tabletas de lectura). Se utiliza muchas veces como un segundo teléfono, con la finalidad de experimentar tu tiempo de otras formas, o de tomar un descanso. Se rescata debido a que entrega nuevas posibilidades de uso, sin coartar al usuario de funciones básicas y necesarias para el día a día.



Teléfono móvil de tamaño pequeño y funciones acotadas.

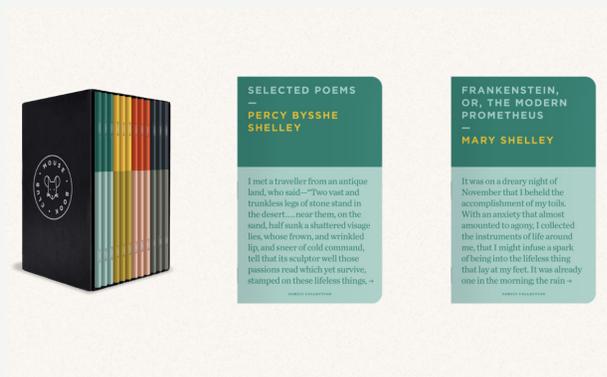
Fuente: <https://www.thelightphone.com/>

03 | Formulación del proyecto

Referentes

3. Mouse Book Club

Creación de sets de libros físicos portátiles (del porte de un dispositivo móvil) que buscan integrar experiencias culturales y generacionales. Se rescata debido a que su carácter de portabilidad lo hace fácil y cómodo de utilizar en cualquier situación, lo cual podría ser un reemplazo de lo que supone a cada momento el teléfono móvil y que incita a los usuarios a utilizarlo en cada minuto que pueden.

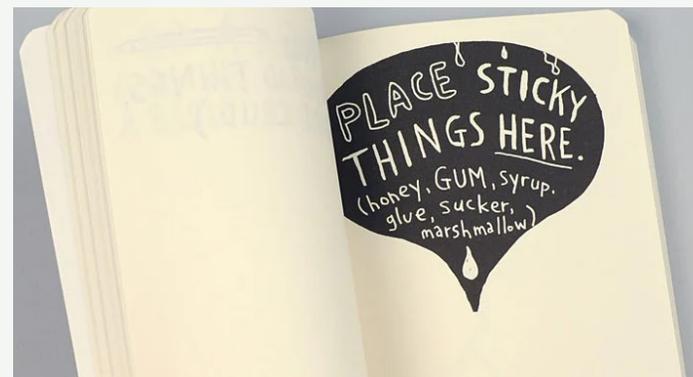


Visualización del set y los libros de forma individual.

Fuente: <https://mousebookclub.com/>

4. Wreck this journal - Keri Smith

Un diario de vida, que incita al dueño de este a intervenir y ser parte de la "destrucción" de este mismo. A través de pegar, cortar, lanzar, colgar, recolectar, pintar, perforar, se incita al usuario a ser parte del proceso creativo del diario, escapando del miedo. Se rescata debido a que incita al usuario a tener una experiencia única con su propio diario, a medida que estos se apropian del proceso, experimentan y se entregan a un espacio de creación sin prejuicios.



Una de las muchas actividades para completar en el diario

Fuente: <https://www.amazon.es/Wreck-This-Journal-Keri-Smith/dp/0399161945>

03 | Formulación del proyecto

Sobre Antecedentes y Referentes

En primer lugar, para la búsqueda de antecedentes se buscaron proyectos del área de la instalación y la visualización, con el fin de explorar las distintas posibilidades de creación existentes y de esta forma expandir la creatividad con la finalidad de encontrar diversas formas para dar a conocer mi problemática. Asimismo, se buscó que estos proyectos ahondaran en los temas de interés, entre estos, los medios digitales, la sobre estimulación de información, el seguimiento y la privacidad de los datos, con la intención de indagar en los lenguajes, las formas y las herramientas que diversos artistas utilizan con el fin de entregar datos de una forma significativa, despertar en ellos cierta crítica y posibilitar asimismo, una reflexión que lleve a un cambio en sus hábitos.

En segundo lugar, en términos de referentes, se buscaron diversos proyectos que de alguna u otra forma y desde distintos mundos, explorarán diversas formas de toma de conciencia y acción en torno a la optimización del tiempo destinado a los dispositivos. Asimismo, se pensó en proyectos que debido a distintas características entregan diversas opciones para sustituir ciertas funciones de los aparatos.

04

Desarrollo del proyecto

04 | Proyecto

4.1 Usuario

El usuario, quien se enfrenta a la problemática mencionada, se encuentra en su época de juventud y posee entre 18 y 25 años, este rango etario se escogió principalmente, porque se encuentran en una etapa muy activa de socialización y poseen un alto nivel de actividad y presencia en la red. Asimismo, porque en esta etapa:

“Emerge el ser productor y reproductor y los jóvenes cuentan, por primera vez, con la propia capacidad para aportar a la conducción de su proceso existencial, completar vacíos que se dieron en las bases de su experiencia de vida y reenfocar situaciones, tanto de la niñez como de su presente.” (Krauskopf, 2011)

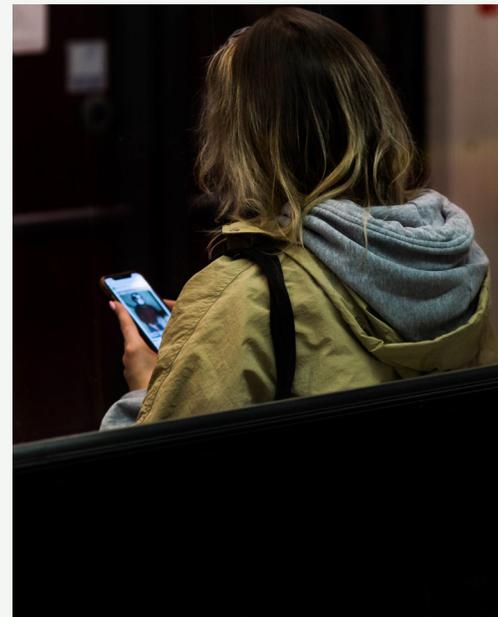


Imagen que da cuenta de usuario que utiliza su dispositivo en varios momentos de su vida cotidiana.

Fotografía por Stanley Ndua, rescatada de Unsplash, 2022.

04 | Proyecto

4.1 Usuario

Dentro de este, se detectaron dos tipos de personalidades:

La primera de ellas es la de un joven que no posee extensos conocimientos sobre la materia, y por ello le genera curiosidad. Se caracteriza por realizar diariamente actividades que estén ligadas a los aparatos tecnológicos, utiliza su dispositivo para comunicarse, moverse, buscar información, entretenerse, etc. Posee una vida dinámica y está en constante movimiento, ya sea con amigos, familia o realizando deberes. No posee conciencia sobre su uso y tampoco lo regula. No realiza actividades de descanso y/o desconexión que lo aparten de los aparatos móviles. Se acercará al proyecto de una manera íntima, debido a que el uso de los dispositivos móviles está muy presente en su vida cotidiana. Sin embargo, se sorprende y genera una auto reflexión tras interactuar con el proyecto.



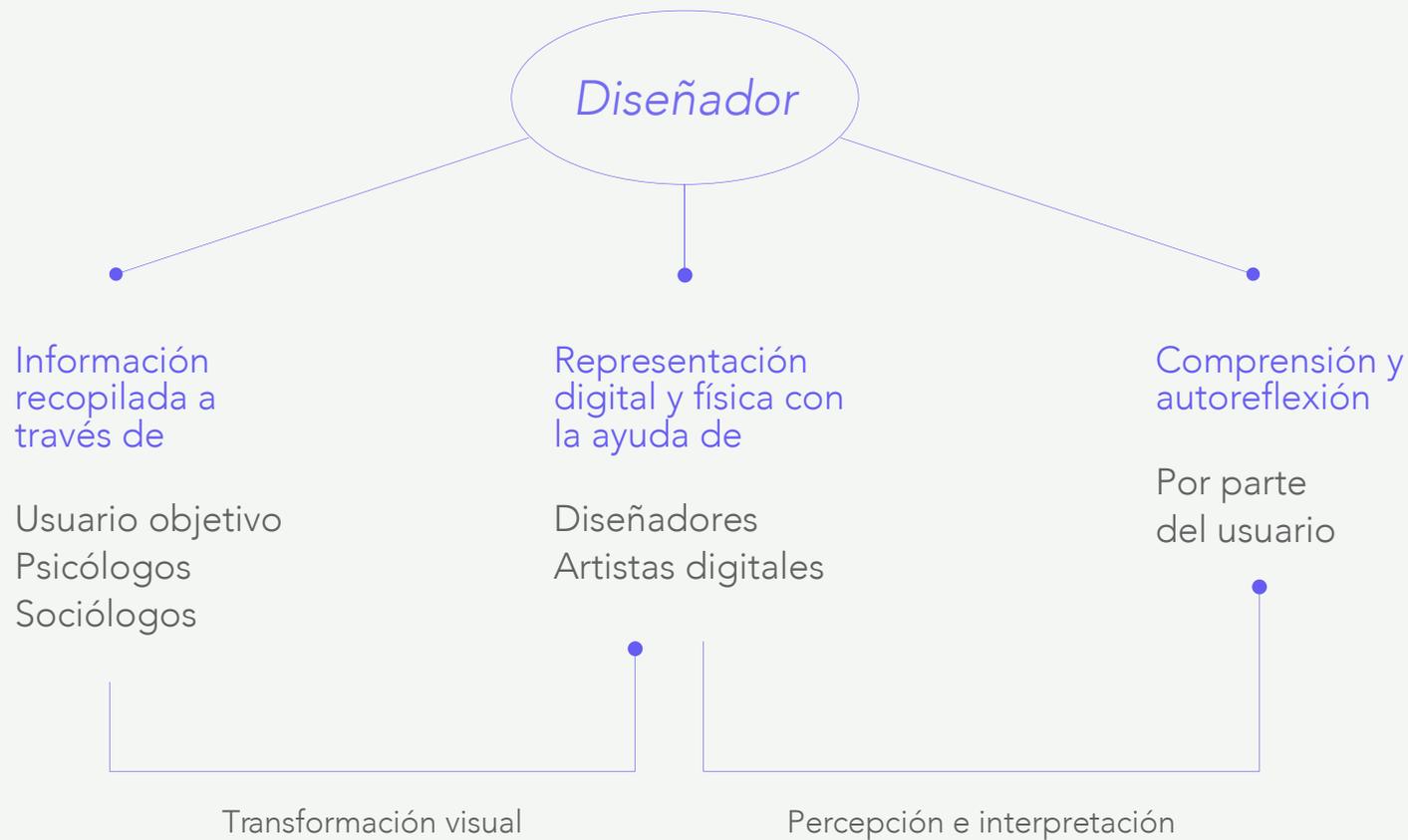
Elaboración propia, 2023.

La segunda personalidad, se refiere a un usuario que posee niveles de conciencia en relación al tema. Del mismo modo, tiene ciertos conocimientos, sobre cómo los dispositivos afectan su atención y sus relaciones interpersonales. Por ende, se acerca a la instalación porque el tema es de su interés. Realiza diariamente actividades en su aparato móvil pero posee conciencia de su uso y se percata cuando otros llevan una relación desmedida con este. Se preocupa de realizar actividades sin su dispositivo cerca con el fin de desconectarse y dejar de estar presente en lo que ocurre en línea. Este usuario se presenta como un desafío, ya que se necesita que la instalación les entregue algo más significativo de la información que ya posee, con el fin de provocar en éste una reflexión posterior.



Elaboración propia, 2023.

4.2 Contexto de implementación



4.2 Contexto de implementación

Para el proceso de investigación y levantamiento de información, se realizó una encuesta a individuos acordes al usuario objetivo, como también entrevistas personales a estos mismos, de la mano con entrevistas a psicólogos, sociólogos y expertos en temas mediales. Lo anterior, es acompañado con una revisión de literatura y una búsqueda de referentes y antecedentes que permitieron guiar la propuesta del proyecto.

Para traducir esta información teórica a una visual, se consultó a diseñadores con el fin de desarrollar de la forma más fluida y coherente posible, tanto la narrativa del proyecto, como el diseño de información mismo de la visualización. Esto, con el fin de lograr que a través de la percepción e interpretación del usuario se genere comprensión y una reflexión significativa en el espectador. A través de los diversos métodos de recopilación de información, se evidenció que existen bajos niveles de conciencia, o incluso pocas instancias para dialogar sobre el tema expuesto, a pesar de la pregnancia de este mismo.

Asimismo, que a pesar de la inmensidad de información respecto a las consecuencias que estos generan, existe un bajo nivel de recepción y entendimiento de esta misma. Es por ello que se vuelve pertinente, proporcionar una instancia de reflexión a través de una experiencia que sea significativa para los usuarios.

De esta forma, es que la visualización de datos para entregar información se vuelve pertinente y coherente en relación a la narrativa del proyecto. Por un lado, se busca vincular datos que los usuarios ya conocen con una experiencia individual, para de esta forma, generar un aprendizaje memorable. Por otro lado, se busca interpelar a los usuarios en su contexto universitario, en el cual pasan la mayor parte de su tiempo. Lo último, con el fin de irrumpir en su espacio cotidiano mediante una instalación que les permita cuestionar sus hábitos y rutinas diarias.

4.3 Metodología de investigación

Para el desarrollo del proyecto y de la investigación se buscó recopilar información de tipo cuantitativa y cualitativa. Esto, en virtud de que la instalación se divide en dos partes, en primer lugar, una recopilación de datos numéricos sobre ciertas interacciones que poseen con sus dispositivos y en segundo lugar, la transformación de estos datos, acompañado de las experiencias, emociones e inquietudes de los usuarios, lo cual se recoge en el área cualitativa de la investigación.

Esta fusión se vuelve crucial debido a que el complemento de ambas técnicas es lo que le da valor y sustento al proyecto. Con el fin último, de que los espectadores se sientan reflejados e interpelados por experiencias ajenas, mientras reflexionan y se cuestionan, simultáneamente, sus propios hábitos. Para esto, se llevaron a cabo dos encuestas y entrevistas abiertas a usuarios objetivos.

4.3.1 Primera Encuesta

Se realizó, en el proceso de seminario, una encuesta a 94 estudiantes de distintos establecimientos y carreras, entre las edades de 18 a 27 años. Con un total de 13 preguntas, 7 de alternativas y 6 de desarrollo, se logró sistematizarlas en relación a diferentes ámbitos claves.

Tiempo en pantalla

El 71% de los encuestados utilizaba su teléfono entre 4 a 7 horas al día. En esta misma línea el 79,8% de los usuarios miraba su dispositivo móvil inmediatamente o pasados 15 minutos posterior a despertarse y el 91,4% lo utilizaba dentro de la última media hora previo a dormirse. Asimismo, el 75,3% de los encuestados revisa siempre o casi siempre su teléfono al recibir una notificación. Lo anterior, tomando en cuenta la cantidad de notificaciones diarias a las cuales se encuentran expuestos, eleva en gran medida su tiempo en pantalla.

Concentración y regulación de uso:

Una gran mayoría de los encuestados, determinó que su dispositivo móvil posee gran influencia en su estado de concentración, principalmente al momento de estudiar. Asimismo, establecen que tienen ciertos hábitos de control, como por ejemplo restringir el tiempo en pantalla con avisos de advertencia, esconderlo, utilizar aplicaciones de ayuda como "pomodoro" o "plantie" que regulan, a través de alarmas, su tiempo de estudio y de descanso. Por otro lado, ciertos encuestados realizan actividades para omitir su uso, como hacer deporte, cocinar, etc.

4.3.1 Primera Encuesta

Nivel de dependencia

Al atender preguntas sobre su nivel de adicción o poco control de uso, una gran mayoría de los usuarios se considera dependiente, algunos lo consideran una extensión de su cuerpo, otros un objeto que no pueden parar de ver. Asimismo, mencionan como lo desbloquean sin ninguna razón en particular, simplemente por costumbre, o por recibir estímulos rápidos y constantes. Por otro lado, algunos establecen que alguna vez se consideraron adictos, pero que llevan trabajando en eso mucho tiempo.

Efecto en las relaciones

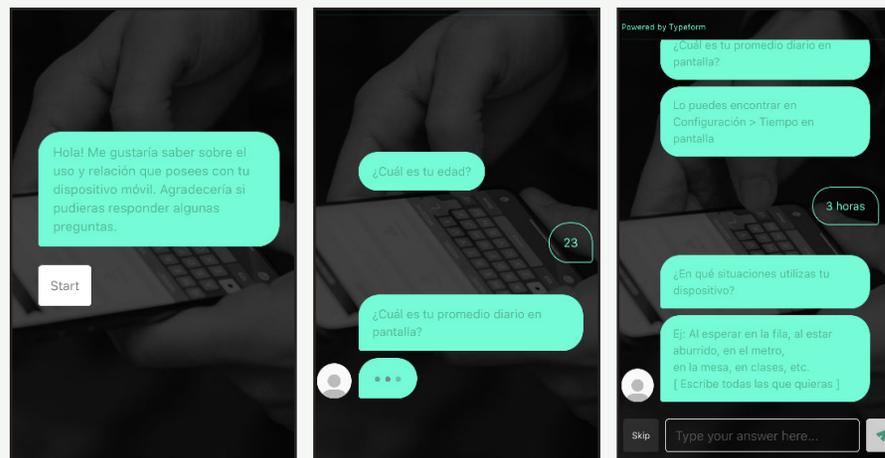
En este último tópico surgieron respuestas variadas, de mayor densidad y extensión por parte de los encuestados. En primer lugar, salió a la luz el nivel de expectativas que existen al saber que todos están siempre disponibles, como también la incomodidad de tener que esperar a que el resto termine de utilizar su móvil para poder compartir y recibir atención. Se detectó un gran pesar en término a las relaciones de pareja, en donde se establece como el uso del teléfono y las adicciones de sus parejas afecta su relación o la ha determinado en gran medida, siendo un gran factor de discusiones y sentimientos de rechazo o tristeza.

En relación a las conclusiones generales y más significativas, se identificaron dos problemáticas / oportunidades principales. La necesidad de abordar el efecto que poseen los dispositivos en las relaciones y lo importante que se vuelve hablar del tema. Esto, principalmente porque muchos encuestados afirman que no se habían cuestionado el efecto que posee en sus interacciones diarias ni tampoco tenían una conciencia real de su uso hasta responder la encuesta.

4.3.2 Segunda Encuesta

Como segunda instancia, se realizó otra encuesta, esta vez a 196 usuarios, entre 18 y 27 años, que consistía de un total de 13 preguntas, que estaban subdivididas en 4 ámbitos: uso, tiempo, emociones y reflexión.

Para el desarrollo de la encuesta, se buscó una interfaz que fuera amigable con el usuario, debido a que 13 preguntas se vuelve bastante extenso para ellos. Es por esto que se realizó en formato de chatbot, es decir, al momento que contestaban, este bot arrojaba la siguiente pregunta, lo que también iba acorde a la temática de la encuesta, el uso de dispositivos móviles.



Big picture				
Views	Starts	Submissions	Completion rate	Time to complete
481	470	196	41.7%	09:28

Algunas de las preguntas realizadas en la encuesta, en formato chat.

4.3.2 Segunda Encuesta

• Uso del dispositivo

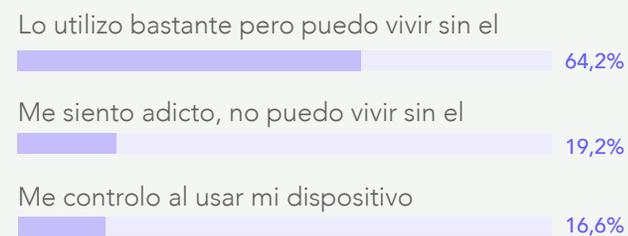
Promedio diario en pantalla

La mayoría de los encuestados por sobre las 4 horas, con inclinación hacia las 4.30 horas.

Situaciones en las que lo utilizan

Al aburrirme
Al despertar e irme a dormir
Mientras estudio
En el metro
En el baño
En el semáforo
En la fila
En el gimnasio
Almorzando
Lavándome los dientes
Conversando con amigos
En el paradero
Esperando a alguien
En el auto de pasajero
Mientras camino
Viendo series
Cuando estoy incomodo

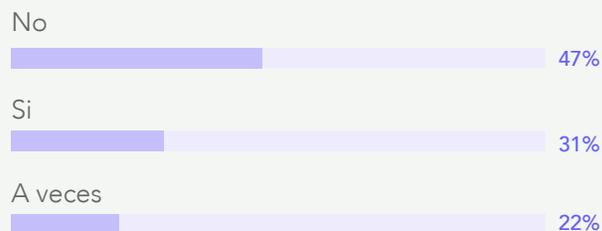
¿Con cuál frase te identificas?



04 | Proyecto

• Tiempo destinado a los dispositivos

¿Te sientes al control de tu tiempo al usar tu dispositivo?



"A veces si otras no depende mucho de mi estado de ánimo si estoy mas triste o no feliz uso mucho mas mi celular y pierdo un poco el control y si estoy feliz casi ni lo uso" - [Emilia](#)

"No, porque a veces quiero soltarlo pero me quedo mirando la pantalla sin digerir nada de lo que veo. Me da ansiedad porque debería estar haciendo otras cosas, es mi medio de procrastinación" - [Javiera](#)

¿Cuánto te gustaría usarlo, por qué no lo haces?

"3 horas. Me detiene la adicción a Instagram. Me aburro fácil y siento que me estoy perdiendo de información cuando no lo estoy ocupando. Me da miedo que intenten contactarme y no estar atenta" - [Belen](#)

"Lo ocupo 7-8 horas promedio. Claramente me gustaría bajarlo por mi propia cuenta, sin embargo es tan natural pensar, estoy en nada voy a ver el celular o necesito un break, es difícil cambiar esa concepción, como que ya uno no se da ni cuenta y está con el celular" - [Macarena](#)

"Si, muchas veces, pero la mayoría es con el celular, a veces cuesta enfrentarse a los pensamientos y emociones cuando uno está ansioso, triste, etc" - [Antonia](#)

"En ocasiones si, lo intento ya que estar constantemente pendiente al teléfono genera un desgaste mentalmente, muchas veces el mismo teléfono mismo dificulta el hecho de tener este tiempo de reflexión" - [Felipe](#)

"No tanto cómo me gustaría, ya que uso el celular como un escape para bajar mi ansiedad y genera lo contrario" - [Florencia](#)

¿Qué cosas crees que estás sacrificando con ese tiempo?

Tiempo a solas · Ocio productivo · Estudio · Actividad física · Horas en silencio · Tiempo en familia · Tiempo con amigos · Descanso · Sueño · Horas de lectura · [Crecimiento personal](#) · Horas de productividad · Conectar con mi entorno · Pintar · Realizar proyectos personales · Tiempo con mi pareja · Bordar · Hobbies · [Creatividad](#) · Comunicarme · Aprender algo nuevo · Elongar · Tocar música · [Tiempo con otros](#) · Prestar atención · Momentos de introspección · Hacer manualidades · Conversar · Cocinar · Estar con mi perro · Caminar

Emociones y reflexiones

¿Qué emociones te provoca no estar con tu celular?

Ansiedad	Relajo
Miedo	Tranquilidad
Aburrimiento	Alegría
Fomo	Gusto
Angustia	Felicidad
Perdido	Conexión
Preocupación	Emoción
Intriga	Espacio mental
Urgimiento	Calma
Incertidumbre	Libertad
Incomodidad	Independencia
Aislación	Liberación
Falta	Comodidad
Estado de alerta	Entretención
Desactualización	Me encanta
Estrés	
Soledad	

Exprésate libremente

"Creo que el uso controlado está bien pero es muy difícil con redes sociales, si existiera una rehabilitación para eso la pagaría feliz, dejar de ver reels es peluo" - Ricardo

"Siento que ya tengo una adiccion! No es que no pueda vivir sin el sino que mi cuerpo naturalmente busca mi telefono en el primer segundo que pierda la concentracion o tenga el mas minimo sentido de estar aburrida" - Mariana

"es la relación más tóxica que tengo , no me aporta en nada, pero es un dispositivo que necesito para hacer mi día a día, de cierta manera el sistema quiere que seas parte y si no tienes redes no perteneces, no eres nada" - Elisa

"Cuando llevo mucho tiempo con el celular me siento muy mal conmigo mismo, me siento inútil, pero lo ignoro. He dejado de leer porque ver el celular es mucho más simple" - Thomas

A pesar del uso excesivo y la información que hay, ¿Por qué lo seguimos usando?

Costumbre · Inmediatez · Ciclo vicioso · Hábito · Identidad · Necesidad · Adicción · Acceso infinito · Dopamina · Algoritmos · Estilo de vida · Dependencia · Esclavización · Poca fuerza de voluntad · Zona de confort · Estimulos visuales · Conectividad · LLamativo · Útil · Rapidez · Gratificación · Indispensable · Presión · Social · Exceso · Cantidad · Vicio · Drgoa · Satisfacción · Novedoso · Droga · Novedoso · Distracción · Simple · Escape · Multiplicidad · Estimulante

"Por que se crea una necesidad, ayuda disminuir la sensacion de soledad y te da un sentido de pertenencia. Es falso, pero igualmente activa al cerebro" - Dominga

"Nos acostumbramos a lo rápido, al chat, no llamar, no ver los ojos sino que la pantalla. La poca conciencia a lo que tenemos y somos capaces de conseguir, creo que las redes es la vida fácil, sin esfuerzo, una concepción falsa de lo que entendemos por vida." - Elisa

4.3.2 Hallazgos Encuesta

I. A pesar de que a la mayoría de los encuestados les gustaría dejar de usarlos, lo tienen siempre a la mano, entonces en los tiempos "muertos" aprovechan de utilizarlo. Se vuelve importante encontrar un objeto u acción que reemplaze esta acción normalizada y que genere que estos piensen antes de sacarlo en cada una de las situaciones mencionadas anteriormente. Las personas asocian esta acción casi involuntaria a un "break" de lo que sea que estén haciendo, este ya es un hábito y por ende se vuelve natural utilizarlo a cada hora.

II. Utilizan sus dispositivos para combatir el aburrimiento, no saben que cosas realizar para entretenerse, por ende utilizan un aparato que necesite poca concentración por parte de ellos. Esta acción ocurre mayormente cuando se encuentran solos, lo que no les da tiempo de pensar, ni de estar en "nada" lo que puede ser muy positivo para ellos.

III. Los encuestados están dispuestos a realizar acciones que bajen su consumo, como una especie de "rehabilitación" en pos de su bienestar general, ya que en muchas ocasiones estos aceptan y creen que poseen una leve o alta adicción a estos aparatos.

IV. Se vuelve importante entender que las personas no quieren reemplazar sus teléfonos, ya que estos son cruciales para ciertas actividades del día a día. Pero sí buscan posibilidades en otros objetos con el fin de reducir su uso.

Las respuestas de esta encuesta son la base teórica y narrativa de la instalación, ya que se logró identificar, en primer lugar cuales son las principales dolencias y en segundo lugar, cuáles son las temáticas que permiten una mayor reflexión por parte de los usuarios. Asimismo, se vuelve crucial debido a que las respuestas mismas serán las distintas variables que estarán dentro de la experiencia, con el fin de que esta se vuelva coherente con lo que los usuarios realmente sienten con respecto a esta temática.

4.3.3 Entrevistas Personales

Al finalizar la segunda encuesta, se preguntó a los individuos si estos estarían dispuestos a reducir su tiempo en pantalla, con la finalidad de mejorar su bienestar general. De la muestra, un 96,9% respondió que sí. De este grupo, se escogieron un par de ellos para realizar entrevistas personales y recopilar información relevante sobre sus verdaderas inquietudes, necesidades y problemáticas.

1. ¿Qué es lo que te impulsa a levantar el teléfono cada vez que estás en “nada”?
2. ¿Qué objetos u acciones sacian tu impulso por sacar el teléfono?
3. ¿Has intentado antes realizar una desintoxicación tecnológica, mediante qué acciones concretas?
4. ¿Sientes diferencias en tu estado de ánimo / concentración / niveles de creatividad al ocupar menos tu celular, o no notas mayores cambios?
5. ¿Utilizarías un objeto físico que “reemplace” esta acción inconsciente de sacar el teléfono cada minuto?
6. ¿Estarías dispuesto a participar en un desafío de una semana, para tomar conciencia, el control de tu propio tiempo, en relación al uso que le das a tu dispositivo móvil?

4.3.3 Usuarios Entrevistados



Emilia, 21 años



Antonia, 23 años



Diego, 24 años



María Josefa, 23 años



Dominga, 23 años



María Jesús, 20 años



Catalina, 24 años



Lenka, 23 años



Martín, 23 años



Estefanía, 23 años



Antonia, 19 años

4.3.3 Hallazgos Entrevistas

- I. La interacción que más repiten es la revisión automatizada e inconsciente de instagram, la cuál utilizan cuando ya no tienen ningún mensaje que revisar. Muchos de los usuarios eliminan la aplicación ya que se les dificulta mucho no utilizarla teniéndola al alcance.
- II. Falta un impulso mayor para que los usuarios disminuyan su uso. Es decir, si no existe una meta final, los aspectos nocivos de los dispositivos móviles no son argumento suficiente. Por ello, se vuelve necesario encontrar algo que motive a los usuarios a tomar acción.
- III. Uno de los sentimientos que más se repite es el de la soledad. Los encuestados utilizaban o sacaban sus dispositivos al primer minuto de sentirse solos. Se vuelve importante y necesario abrir este tema, en relación a los aspectos positivos que brinda la soledad, como lo son la introspección y la creatividad.
- IV. Es necesario buscar un objeto u acción que amplíe estas posibilidades de creatividad, que llame y guíe al usuario, con el fin de que busquen otras opciones enés de utilizar sus dispositivos.

“Este año empecé a escribir en cuaderno enés de computador porque no me dejaban en la u y cambié mucho, estaba mucho más creativa, perceptiva, no me distraía tan rápido, como con el computador que tengo mil pestañas abiertas a la vez” - Emilia

“El celular me hace estar muy tensa, me hace sobrepensar mucho también. Cuando no estoy usándolo tanto siento que tengo más energía y ganas, tengo más ganas de estudiar temas que me apasionan, tengo más ganas de salir al aire libre, tengo más motivación para todas las cosas que me hacen bien” - Estefanía

“Me he dado cuenta después de semanas que no lo ocupo tanto, como que me cambia la energía, pero no haciéndolo opcional, si no a veces cuando me voy de vacaciones por ejemplo” - Dominga

“Lo tomo por inercia. Es una reacción impulsiva, sin pensar, la mayoría de las veces está tan internalizado que en verdad no lo pienso” - Antonia

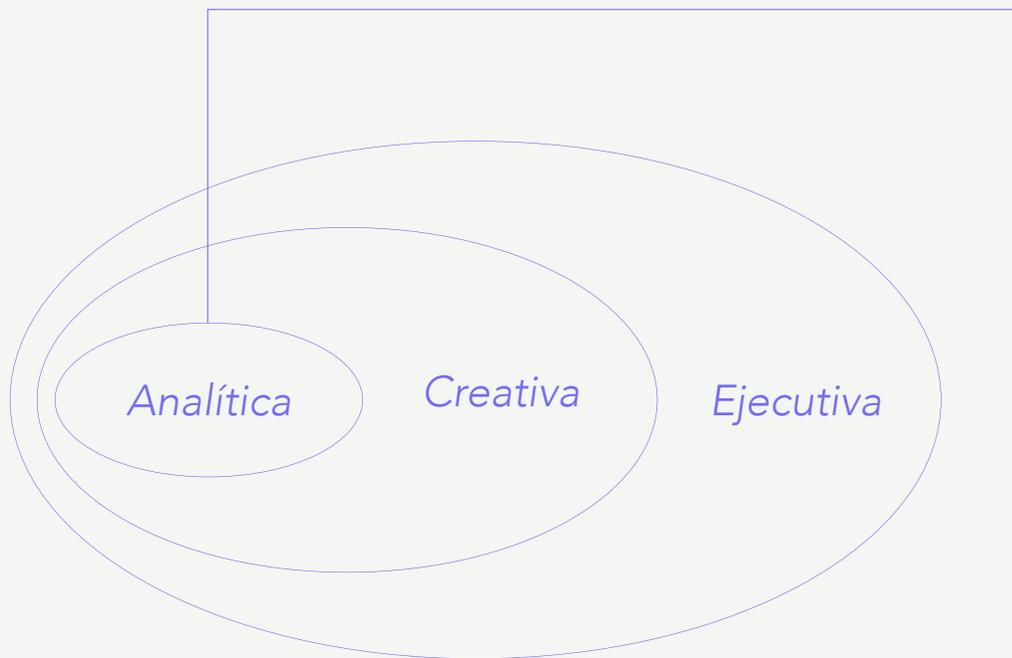
4.4 Patrón de valor

El valor del proyecto se encuentra en la creación de una instancia que permita atender y abrir el diálogo en torno a un tema presente en las vidas de todos, pero que al estar normalizado en la mayoría de las relaciones e interacciones diarias, tanto internas como externas, pasa desapercibido. El objetivo es permitir un momento que, de forma subjetiva, de pie a la introspección, el cuestionamiento de hábitos y la autorreflexión en torno a los métodos de uso y cómo esto repercute finalmente en la calidad de vida de los mismos usuarios. Por último, se encuentra valor al permitir una posible regulación de su uso y el descubrimiento de nuevas formas de relación con los medios digitales, sin dejar de lado el hecho de que su uso es indispensable para los individuos.

05

Desarrollo e implementación

5.1 Metodología proyectual



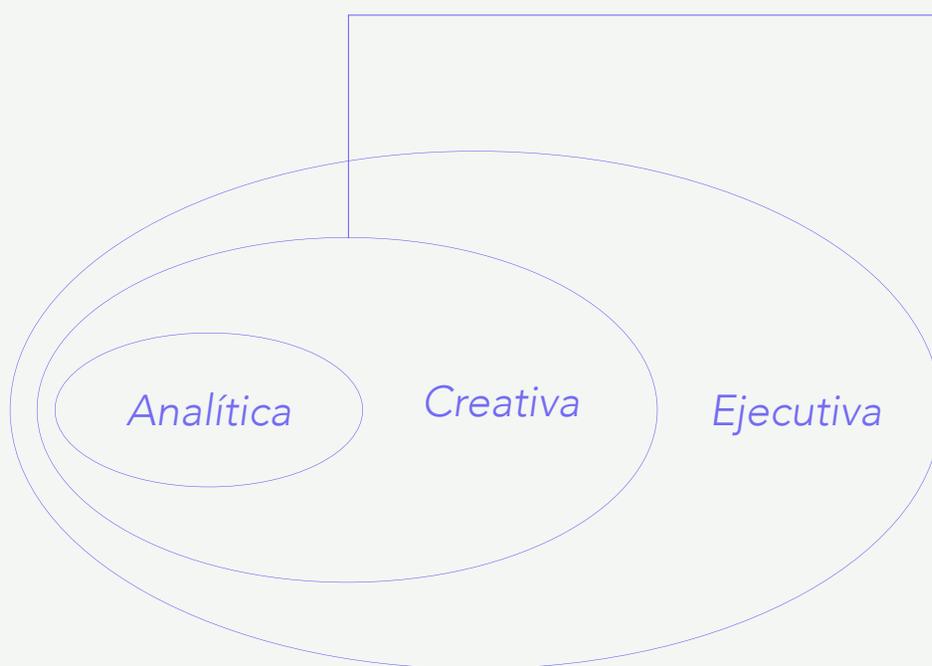
Fase Analítica

El primer ciclo consiste en la investigación y recopilación de información necesaria para comprender el tema de interés. En la misma línea, se realizan encuestas a usuarios con el fin de entender las aproximaciones e interacciones que estos poseen. Posteriormente, se comprenden ciertas dolencias y se logra definir una problemática y una oportunidad en las cuales se comprende el desarrollo de la propuesta.

Luego, se revisa literatura pertinente al tema. En primer lugar se investiga sobre el incremento en el uso de los dispositivos móviles, para luego entender su efecto en las generaciones actuales.

Cómo tercera y última fase, existe la comprensión de la información, en la cual se delimitan los temas primordiales y finales a tratar en el proyecto.

5.1 Metodología proyectual

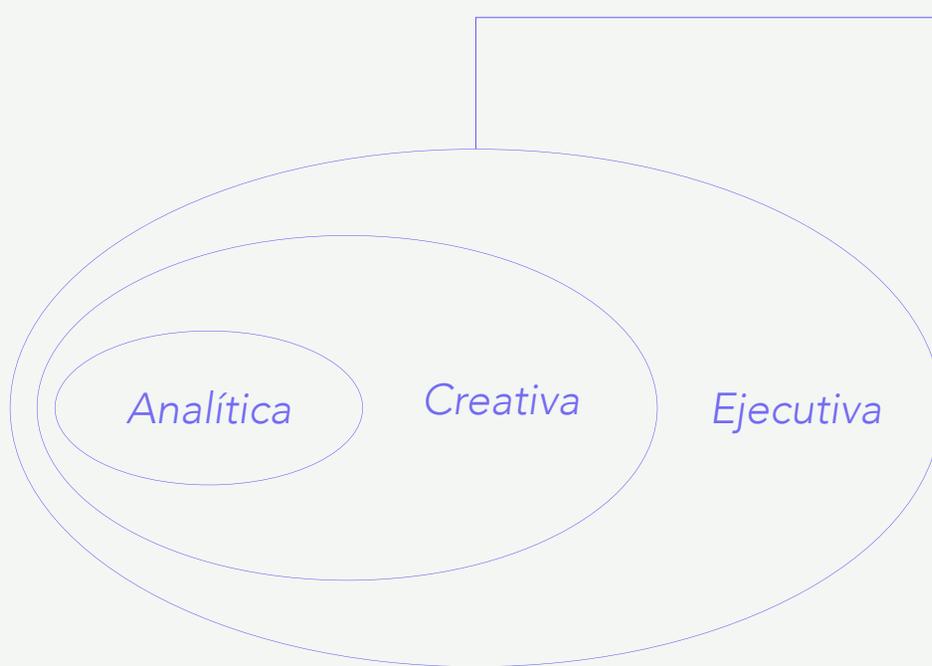


Fase Creativa

Con la información recopilada se continúa con la búsqueda de referentes y antecedentes, con el fin de entender y conocer lo ya existente en conjunto con la exploración de las posibilidades de creación. Luego, se generan las ideas básicas en torno a los objetivos planteados. Posteriormente, se diseñan las interacciones claves de la experiencia a través de prototipos rápidos según cada tema. Estos son testeados con el fin de obtener una retroalimentación en torno a las interacciones generadas, los medios utilizados, la estética a ocupar, el tamaño, la magnitud, el espacio de la instalación, el recorrido y el relato de esta.

En paralelo, se continúan realizando entrevistas con el fin de obtener, a lo largo de todo el proceso, recopilación de información clave para el desarrollo de la propuesta y teniendo en cuenta la importancia de no perder el foco en los usuarios. Asimismo, se necesita a lo largo de la fase creativa el apoyo, colaboración y aprendizaje que puedan entregar diseñadores y expertos en el tema.

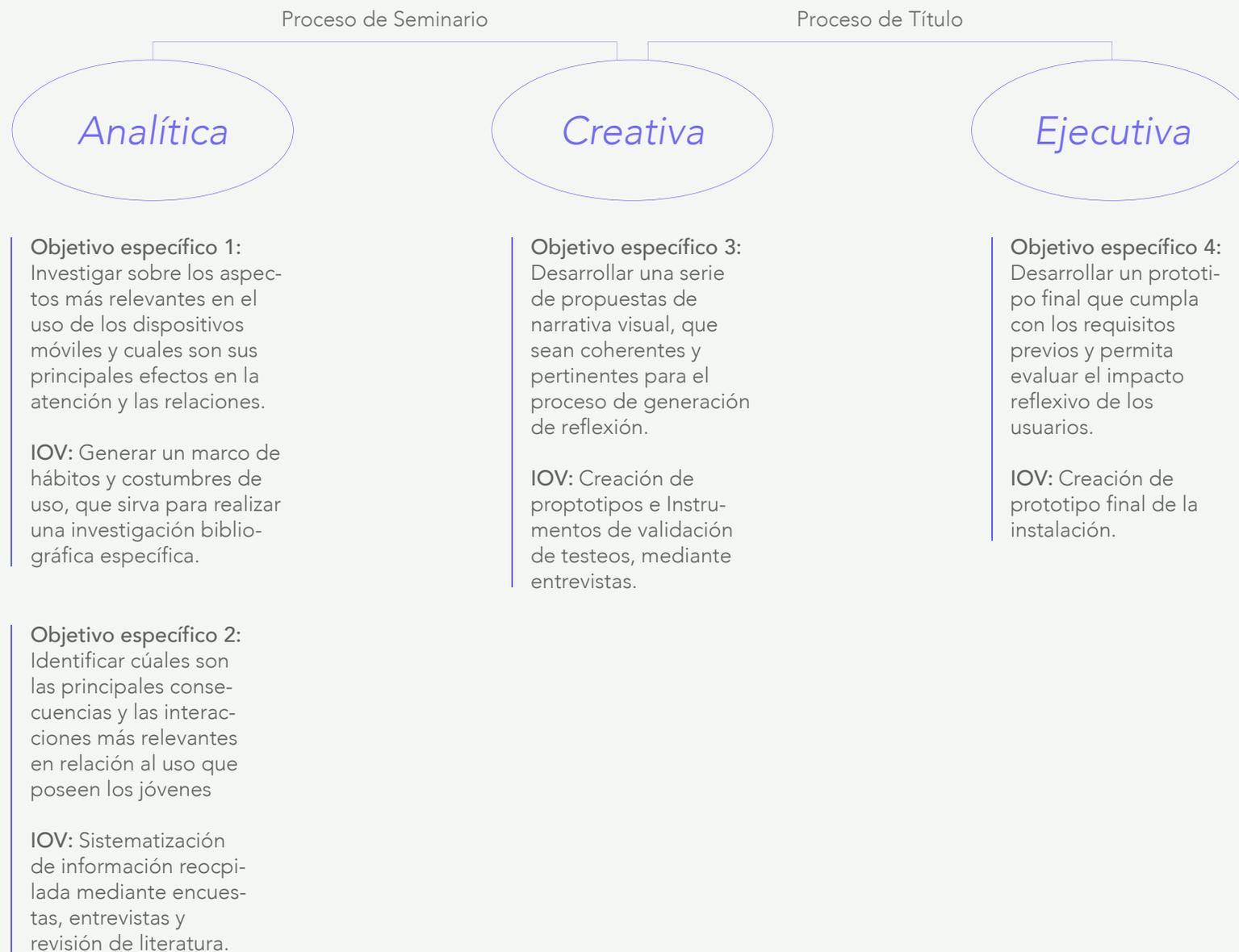
5.1 Metodología proyectual



Fase Ejecutiva

En esta última fase se realiza una valoración de la propuesta mediante su análisis crítico. A través de la retroalimentación y los aprendizajes recopilados en la fase creativa se pone en marcha el prototipo final, que busca integrar todas las aristas antes mencionadas y testeadas con anterioridad en una instalación final. Esta se introduce a un proceso de reiteración y ajuste, que a través de mecanismos de retroalimentación logra avanzar hasta la materialización final de la propuesta. Por último, se busca evaluar el nivel reflexivo de los usuarios, a través de mecanismos de encuestas.

05 | Desarrollo e implementación



05 | Desarrollo e implementación

5.2 Fase de Diseño

Con toda la información recopilada a través de encuestas y entrevistas, se buscó realizar una instalación que permita e incite a la reflexión y concientización de los usuarios.

Al tratar un tema que se encuentra sumamente normalizado y presente en el diario vivir de los individuos, se vuelve importante abrir el debate y presentar este tema dentro del contexto rutinario de estos mismos, con el fin de que estos puedan analizar las acciones que realizan en su cotidianidad.

Se busca representar aquellas temáticas de mayor importancia para ellos, las cuáles fueron recopiladas a través de los diversos métodos de investigación. Entre los temas más relevantes está en primer lugar, la percepción que poseen del tiempo y cómo administran este preciado bien. Asimismo, cómo el uso de los dispositivos alteran la relación que poseen con sus pares y sobretodo con ellos mismos.

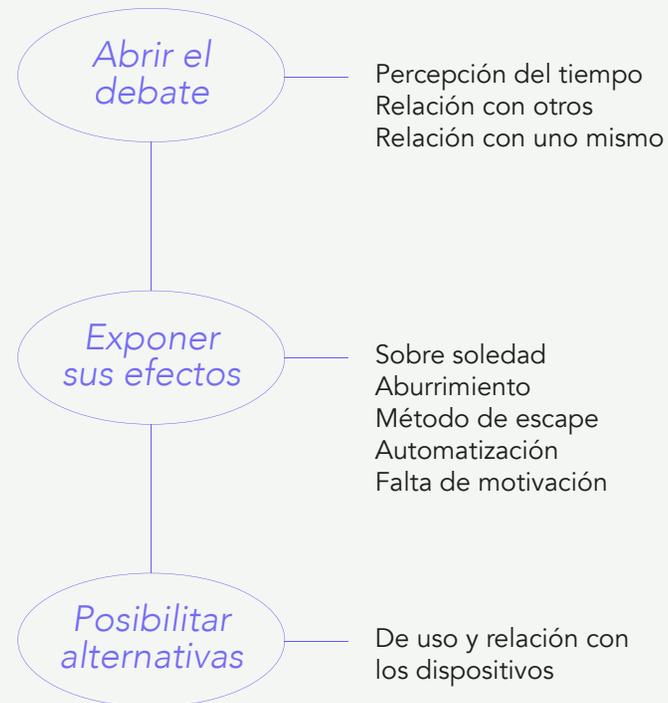
Dentro de estas temáticas se encuentra, el dilema que existe con la soledad y el aburrimiento y cómo los usuarios buscan escapar de estos a través del uso de sus dispositivos.

Asimismo, cómo el uso de estos aparatos se ha vuelto una acción inconsciente y muchas veces automatizada en los usuarios. Por último, la falta de un impulso mayor que genere que estos cambien sus hábitos y costumbres en torno a los dispositivos móviles.

5.2 Fase de Diseño

Es por ello, que se busca crear una instalación, que en primer lugar, abra el tema y lo centre sobre la mesa, en segundo lugar, exponga cuales son las acciones y / o sentimientos que esto desencadena y provoca en la vida de los individuos y en tercer lugar, que posibilite y encuentre alternativas, no con el fin de reemplazar estos aparatos, pero sí ciertas funciones y acciones que estos conllevan.

La instalación busca ser un viaje de lo **digital a lo análogo**, en la cual se quiere que los usuarios ingresen con sus dispositivos móviles e interactúen con visuales digitales para que al finalizar, estos se relacionen con un objeto físico que sea del mismo tamaño que su aparato móvil y que les permita reemplazar ciertas acciones que les brinda este, pero que al ser reemplazadas por un objeto análogo, puedan ampliar sus capacidades de creación, introspección y valoración de su relación externa con el mundo e interna con ellos mismos.



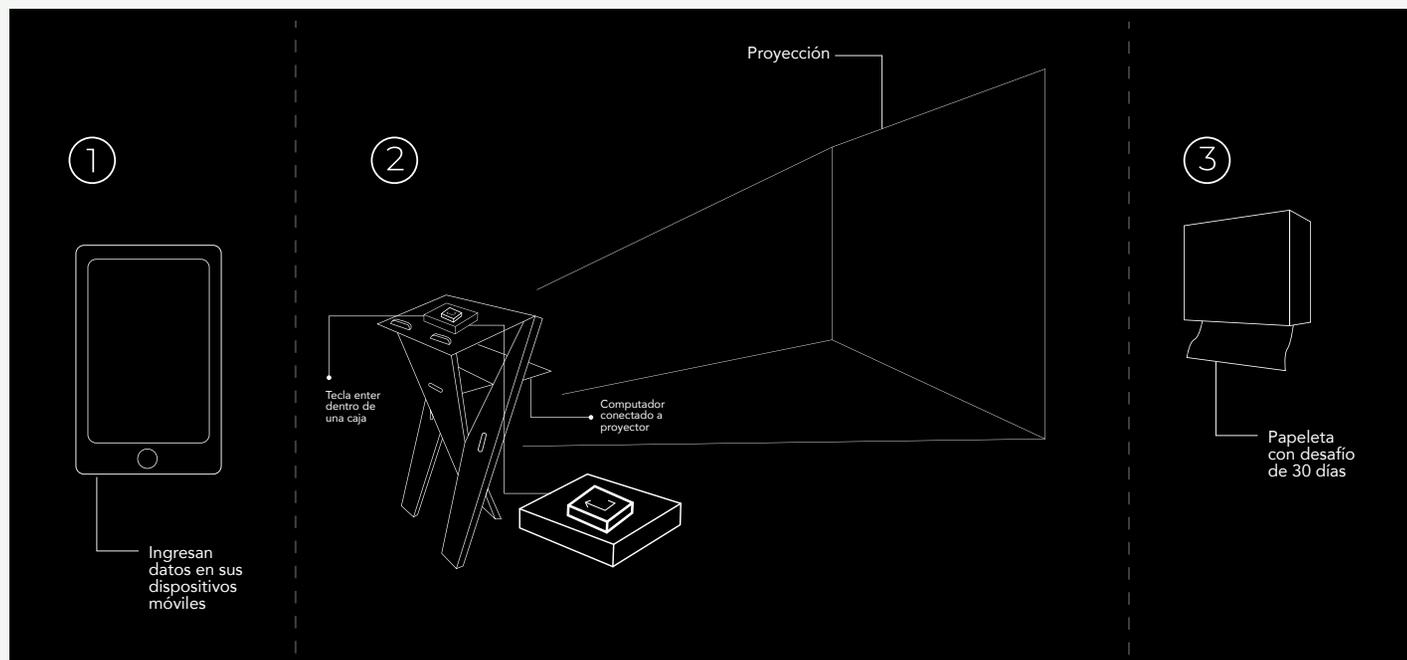
05 | Desarrollo e implementación

5.2.1 Diseño N° 1

Primer prototipo

El primer prototipo de la instalación, consta de un recorrido de 3 partes. En la fase N°1, los usuarios contestan ciertas preguntas a través de sus dispositivos, para luego en la fase N°2, interactuar con proyecciones que son creadas con la información que el usuario anteriormente entregó, las cuáles generan una experiencia individual y subjetiva en cada persona.

En la fase N°3 y última, los usuarios retiran un librito físico, que tiene el tamaño de un teléfono celular y posee una variedad de actividades que permitan al usuario poseer un momento de introspección y reflexión fuera de sus celulares.



05 | Desarrollo e implementación

5.2.1 Diseño N° 1

Fase N° 1

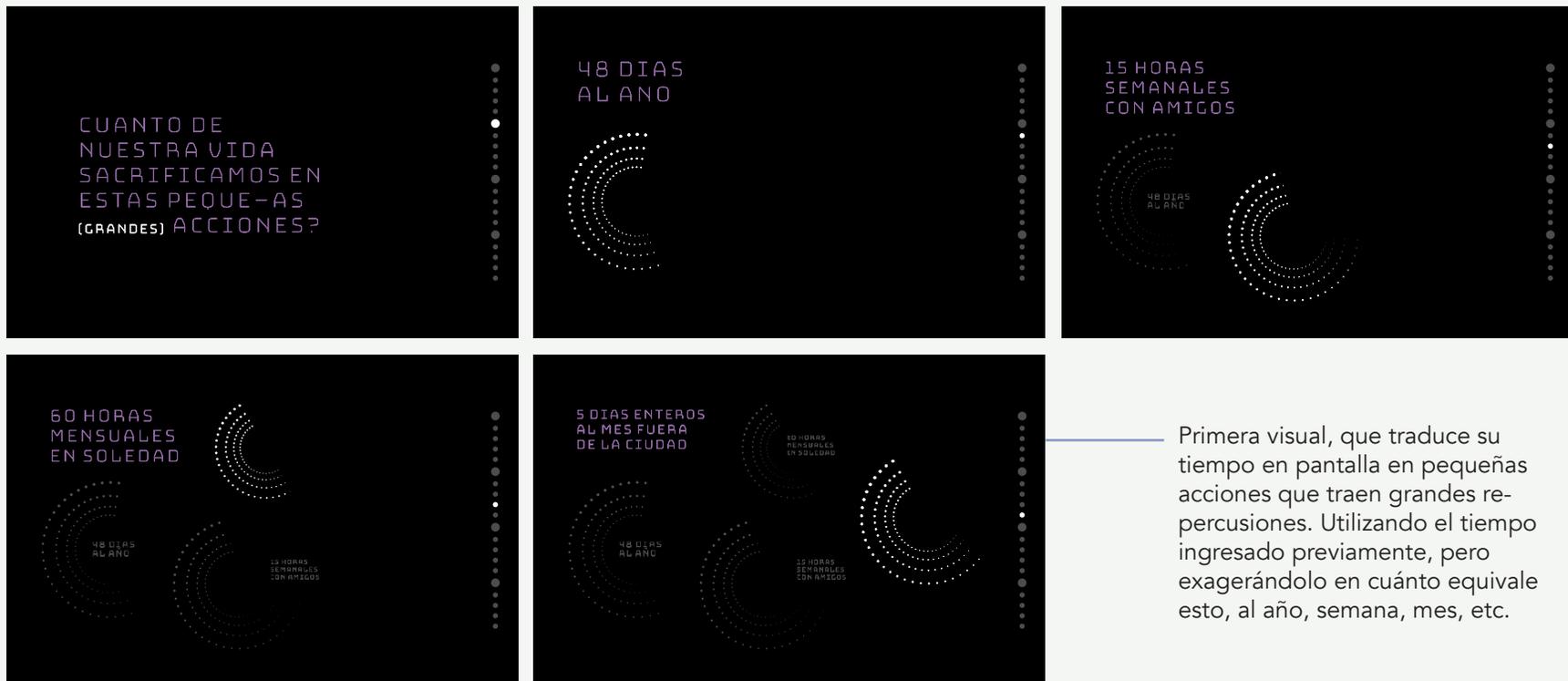


Preguntas a responder en sus dispositivos móviles, que serían utilizadas para la creación de las visuales en la fase N° 2, las cuales serían proyectadas en la pared.

05 | Desarrollo e implementación

5.2.1 Diseño N° 1

Fase N° 2.1

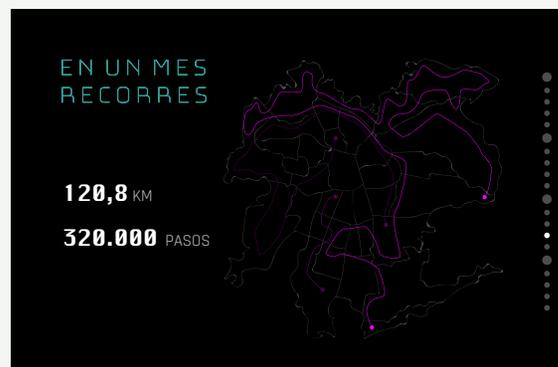
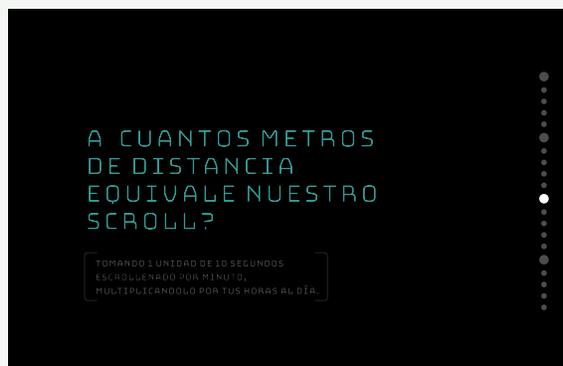


Primera visual, que traduce su tiempo en pantalla en pequeñas acciones que traen grandes repercusiones. Utilizando el tiempo ingresado previamente, pero exagerándolo en cuánto equivale esto, al año, semana, mes, etc.

05 | Desarrollo e implementación

5.2.1 Diseño N° 1

Fase N° 2.2

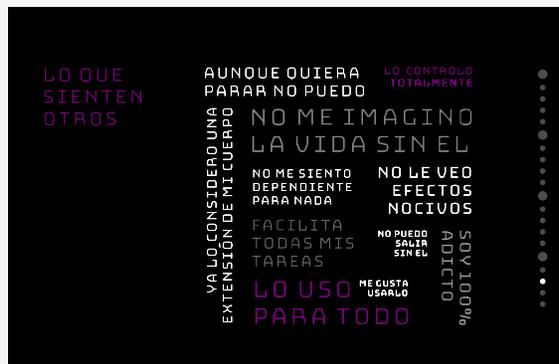
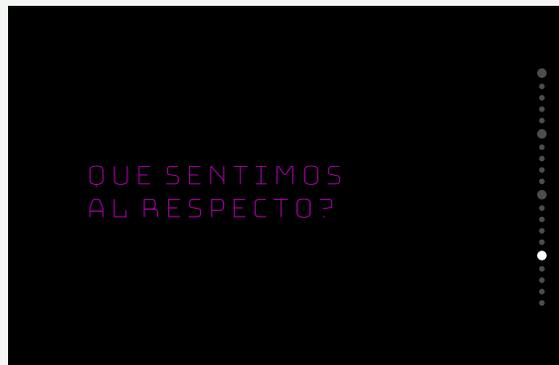


Segunda visual, que traduce el tiempo en pantalla a kilómetros recorridos, dispuesto en el mapa de las comunas de la Región Metropolitana. Con el fin de que las personas puedan visualizar este número desde otro punto de vista, y esto les gatille una reflexión.

05 | Desarrollo e implementación

5.2.1 Diseño N° 1

Fase N° 2.3

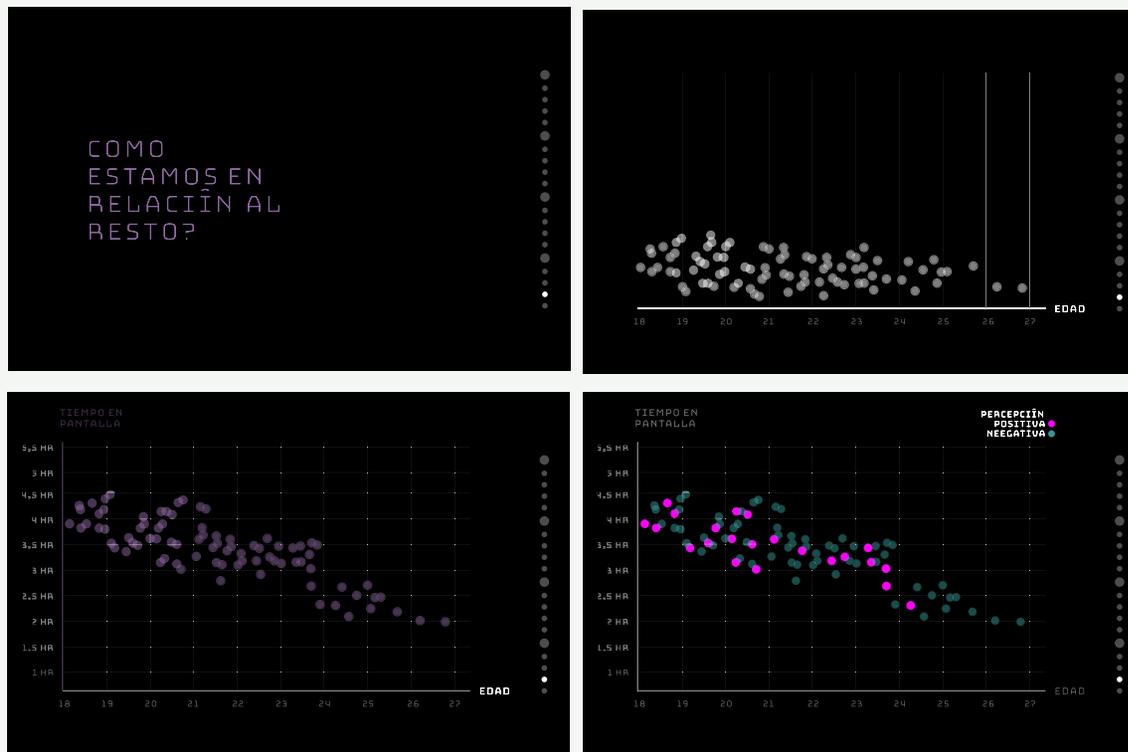


Tercera visual, que muestra las respuestas que se dieron en la primera parte de la instalación al usar los teléfonos. Esta visual primero muestra las respuestas del usuario que está interactuando con esta, para después desplegar lo que los espectadores anteriores que han pasado por esta sienten, con el fin de que se sientan interpelados por las experiencias de otros.

05 | Desarrollo e implementación

5.2.1 Diseño N° 1

Fase N° 2.4

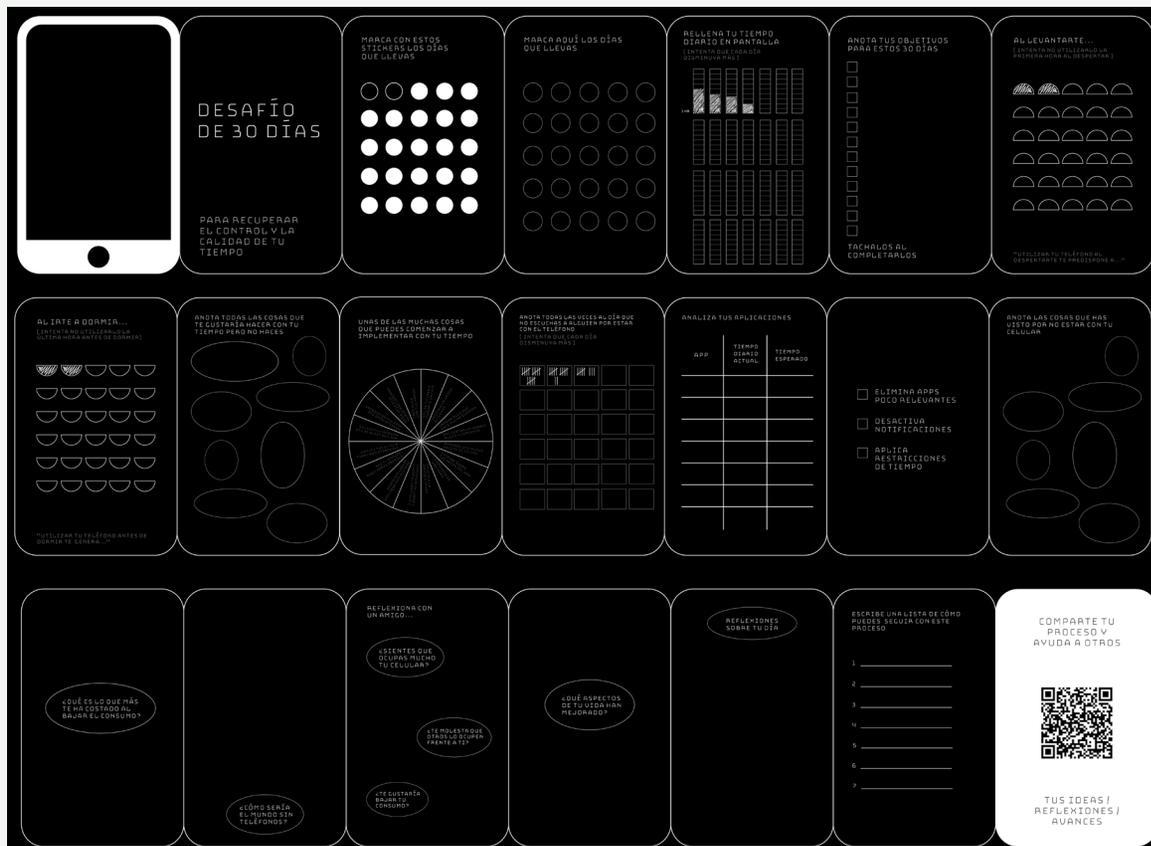


Cuarta y última visual, en la cual los datos generan un gráfico que despliega el tiempo en pantalla de los usuarios que ya pasaron por la instalación de la mano con la percepción que estos tienen de su propio uso.

05 | Desarrollo e implementación

5.2.1 Diseño N° 1

Fase N° 3



Creación de un librito con un desafío de 30 días. Este tiene como fin, que estos puedan, de la mano con la reflexión, indagar en nuevas posibilidades de uso y relación con sus dispositivos, buscando que estos dejen la instalación con un desafío y una motivación mayor.

Consta de 18 páginas de actividades, que impulsan a la reflexión libre sobre temas como la soledad, introspección, creatividad, distribución del tiempo, desarrollo de habilidades o temas de interés, el conteo de ciertos datos requeridos con el fin de mejorar sus tiempos en ciertos temas, etc. La creación del libro fue realizada a través de la información de las encuestas y entrevistas.

05 | Desarrollo e implementación

5.2.1 Diseño N° 1

Consulta Cristóbal Avendaño

Se realizó una reunión con el Diseñador y profesor de Diseño de la Universidad, debido a su expertís en el área de Diseño de información, con el fin de recibir retroalimentación y opinión respecto a la forma en la que la información se estaba desplegando y exponiendo. Asimismo, porque se buscaba recibir feedback sobre si los medios utilizados eran o no la forma más pertinente de exhibir la información recopilada y si estos eran útiles y suficientes para lograr una reflexión en el usuario.

Si bien el proyecto en general y su variables recibieron un buen recibimiento, se identificaron ciertas problemáticas o temas a tratar. En primer lugar, la falta de interacción del usuario con la instalación, lo cuál se vuelve necesario si se quiere lograr en este una experiencia memorable. En esta misma línea, el cuestionamiento sobre la falta de elementos físicos en la muestra, si bien se recalca que el uso de lo digital está bien utilizado, la instalación queda corta en términos de objetos físicos que permitan una mayor interacción. Cómo ultimo punto importante, en relación al librito, se recomienda que se incorporen las citas recopiladas en la fase de investigación, con el fin de potenciar la reflexión, viéndose reflejado en otros.



Fotografía de Cristóbal Avendaño, rescatada de diseño.uc.cl, 2023.

5.2.1 Diseño N° 1

Re diseño Librillo

Se incorporaron citas en los pie de páginas, algunas sobre expertos en el tema y otras sobre los mismos usuarios, que fueron recopiladas en las encuestas. Asimismo, se re diseño en color blanco, para que fuese más fácil rallar sobre este.

DESAFIO DE 30 DIAS

PARA RECUPERAR EL CONTROL Y LA CALIDAD DE TU TIEMPO

Bienvenido al desafío de 30 días que tiene como fin, que recuperes el control y la calidad de tu tiempo, junto con tu autonomía en una era en la que los fuerzas digitales quieren destruirlo.

Date el espacio de cuestionar tus hábitos automatizados y preguntarte si estás realizando acciones que realmente valdrán.

Atrévete a probar tus capacidades, a descubrir el ocio productivo, a estar sol@s, a reflexionar y a redescubrir que te gusta hacer fuera de tu dispositivo, explorando actividades de mayor valor.

PARCA ADUI LOS DIAS QUE LLEVAS

1

RELENA TU TIEMPO DIARIO EN PANTALLA (CONTIENE UN CUADRO DE SEÑALAMIENTO)

2

ANOTA TUS OBJETIVOS PARA ESTOS 30 DÍAS

3

AL LEVANTARTE...
(TEJERECOS PARA PEGAR EN LA PRIMERA HORA AL DESPERTAR)

4

AL IRTE A DORMIR...
(TEJERECOS PARA PEGAR EN LA ÚLTIMA HORA ANTES DE DORMIR)

5

ANOTA TODAS LAS COSAS QUE TE GUSTARÍA HACER CON TU TIEMPO PERO NO HACES

6

UNAS DE LAS MUCHAS COSAS QUE PUEDES CONSUMIR O IMPLEMENTAR CON TU TIEMPO

7

ANOTA TODAS LAS HESES AL BIR QUE NO RECUERDES HACER POR ESTAR CON TU TIEMPO
(LISTA EN LA QUE CON CADA DÍA SE VA COMPLETANDO)

8

ANALIZA TUS APLICACIONES

9

APP	TIEMPO DEMASUADO	TIEMPO ESPERANDO

ANOTA LAS COSAS QUE MAS VEZ NO ESTAN EN TU CELULAR

10

QUE ES LO QUE MAS TE HA LOS TIEMPO AL BAJAR EL CONSUMO?

12

¿CÓMO SERIA EL MUNDO SIN TELÉFONOS?

13

REFLEXIONA CON UN AMIGO...

14

¿SIERTES QUE ESCUPES MUCHO TU CELULAR?

¿TE MOSTRATA QUE COTARLOS SUPON FRENTE A TI?

¿TE COSTARÁ IDENTIFICARTE CONSIGO?

ESCRIBE SOBRE DIFERENTES TEMAS QUE TE GUSTARÍA APRENDER

15

REFLEXIONES SOBRE TU DÍA

16

ESCRIBE UNA LISTA DE COMO PUEDES SEGUIR CON ESTE PROCESO

18

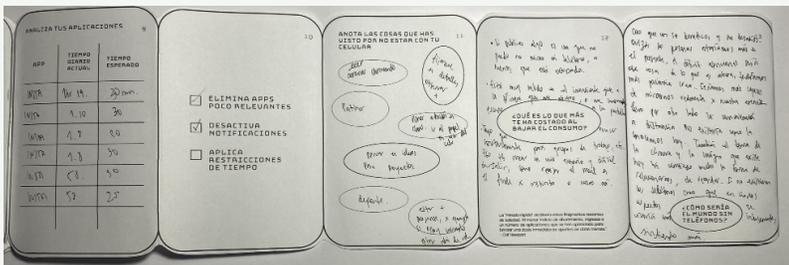
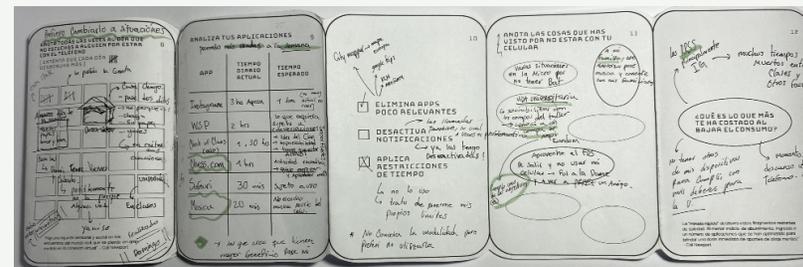
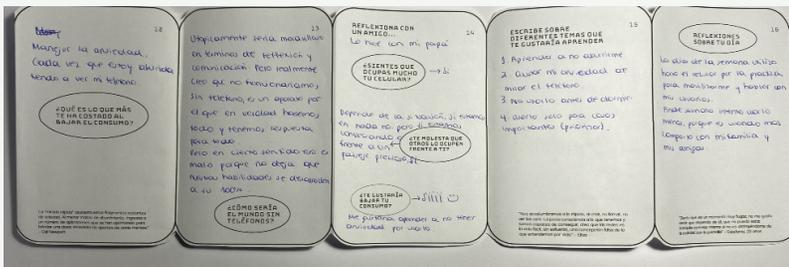
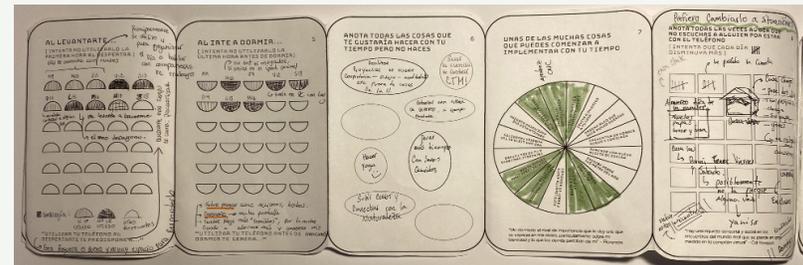
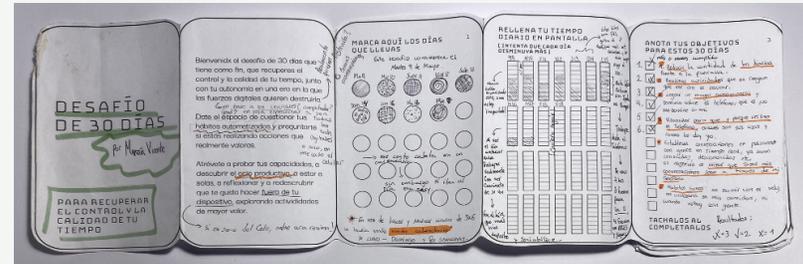
05 | Desarrollo e implementación

5.2.1 Diseño N° 1

Testeo Librillo

Se llevó a cabo un testeo del librillo, en el cuál, a los mismos 11 individuos reclutados en las fases de entrevista, se les entregó este mismo por una semana y se les pidió que realizaran las actividades, escribiendo dentro de este, lo que no entendían, lo que disfrutaron, lo que no, lo que pensaban, analizaban, etc.

Este iba acompañado de una hoja con una tabla de 5 preguntas para la retroalimentación del usuario.



presencia ausente

5.2.1 Diseño N° 1

Hallazgos retroalimentación

1. En las páginas donde se deben rellenar actividades por días, hacerlo modo calendario, en esa caso, es mejor que el desafío dure 28 días, es decir, 4 semanas.
2. En la parte de las metas personales, especificar que se deben marcar al finalizar el desafío.
3. Trabajar en la simbología, especificar cómo rellenar las formas dependiendo qué se logró, por ejemplo "con rallar: no se utilizó", "sin rallar: días restantes del mes."
4. Cada actividad debe ir con una explicación, si no, no se sabe realmente bien que se debe hacer.
5. Hay preguntas muy amplias que falta especificar a qué se refieren realmente.
6. En páginas de reflexión, podría existir una guía o ciertas preguntas que ayuden al usuario
7. Se podrían incluir más páginas de uso libre para escribir, reflexionar o dibujar.

¿CÓMO CUERPOS DEBEN SER? ¿CÓMO DEBE SER EL DISEÑO?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?
... (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) ...

¿CÓMO CUERPOS DEBEN SER? ¿CÓMO DEBE SER EL DISEÑO?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?
... (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) ...

¿CÓMO CUERPOS DEBEN SER? ¿CÓMO DEBE SER EL DISEÑO?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?
... (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) ...

¿CÓMO CUERPOS DEBEN SER? ¿CÓMO DEBE SER EL DISEÑO?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?
... (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) ...

¿CÓMO CUERPOS DEBEN SER? ¿CÓMO DEBE SER EL DISEÑO?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?
... (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) ...

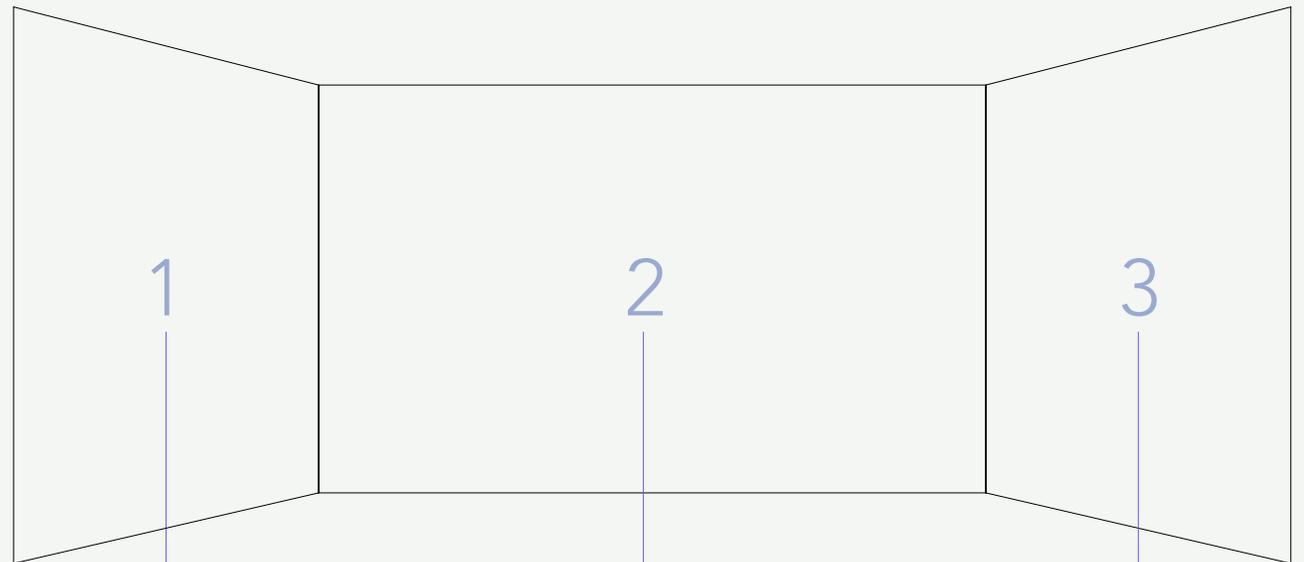
¿CÓMO CUERPOS DEBEN SER? ¿CÓMO DEBE SER EL DISEÑO?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?	¿SE DEBE DISEÑAR PARA QUE SE PUEDA USAR?
... (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) (handwritten notes) ...

05 | Desarrollo e implementación

5.2.2 Diseño N° 2

Se realizó un rediseño la instalación, buscando incorporar elementos físicos dentro de esta misma, con el fin de que el usuario interactúe y a través de la experiencia sensorial y experiencial, reflexione.

Asimismo, se vuelve interesante ya que se potencia el mensaje en este viaje de lo digital a lo análogo.



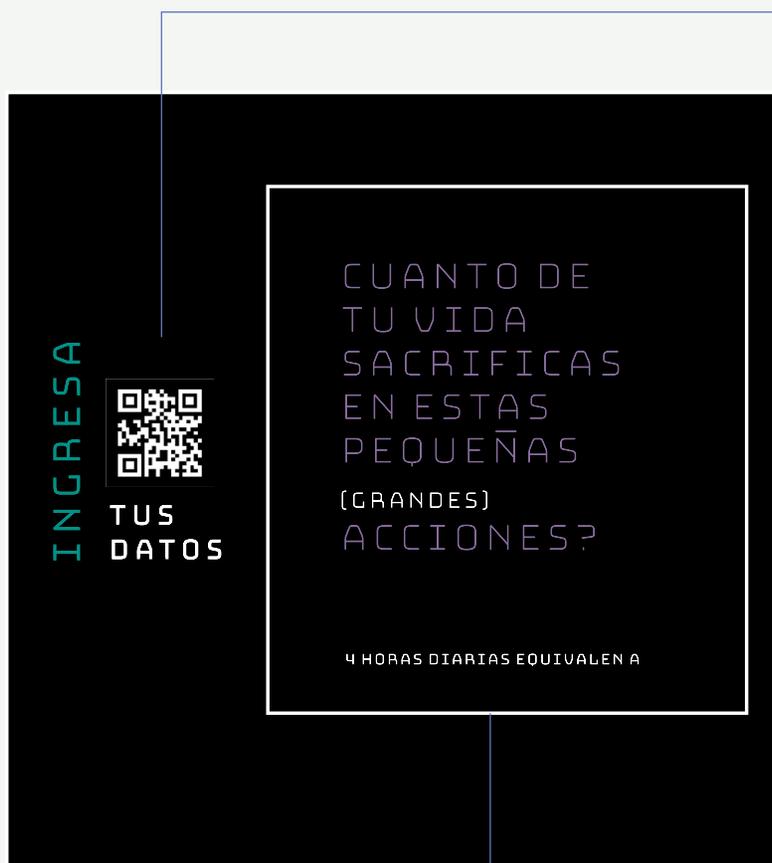
Fase 1
Parte digital de la instalación, la cual se divide en 2. En primer lugar el usuario (a través de un código QR) responde 2 preguntas en su teléfono celular. En la segunda parte, se generan visuales con estas respuestas, que son proyectadas en la pared a través de un monitor.

Fase 2
Parte física de la instalación, la cual consta de 3 visualizaciones físicas con las cuales el usuario interactúa, a modo de que cada individuo que pasa por esta, la vaya creando a su paso.

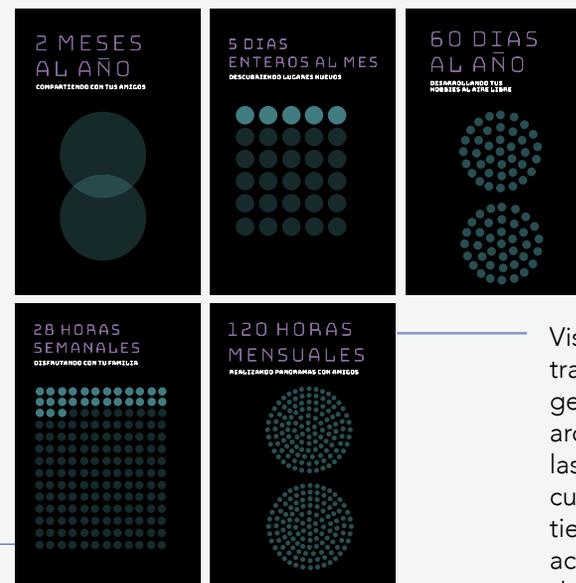
Fase 3
Se retira el librito

05 | Desarrollo e implementación

5.2.2 Diseño N° 2 / Fase 1



Preguntas que se responden en los teléfonos móviles, a través del código QR. La primera acorde al arquetipo que más te define y otra a tu promedio en pantalla.



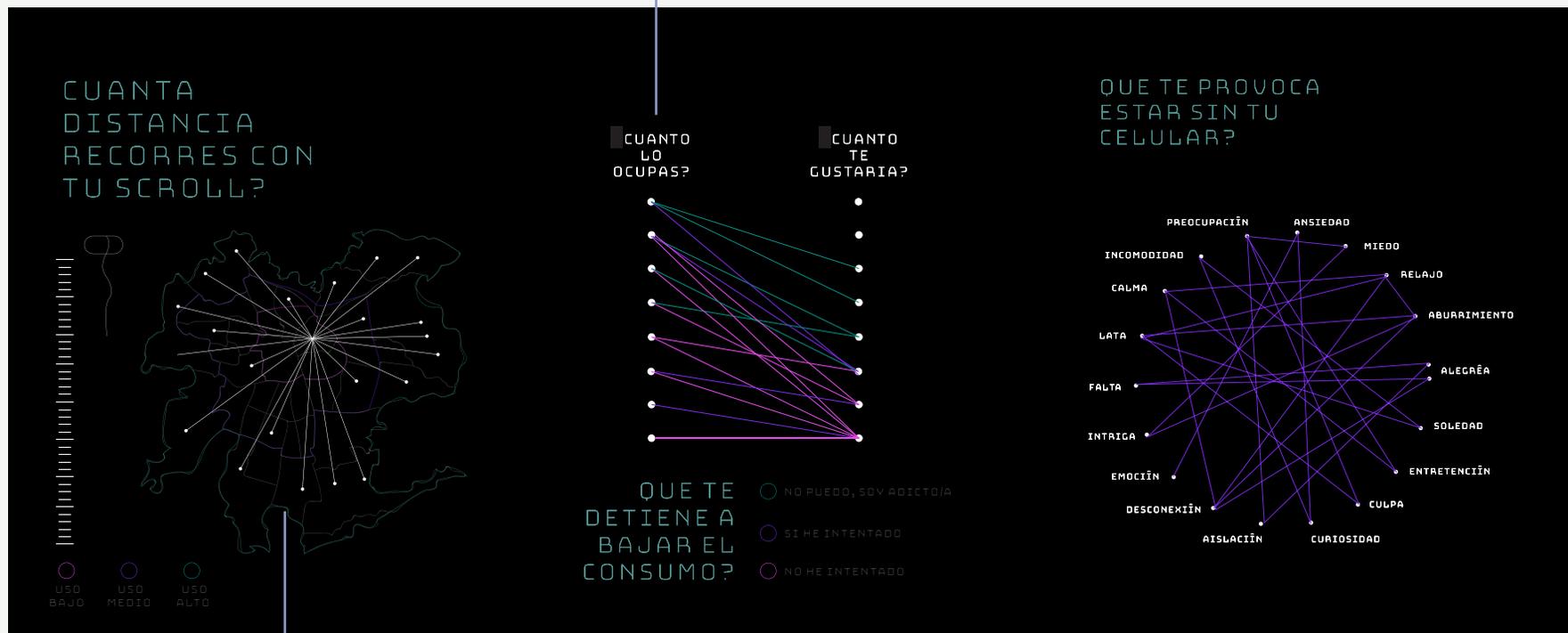
Visual proyectada a través de un monitor, generada según cada arquetipo, es decir, las actividades a las cuales se traduce su tiempo en pantalla van acorde a los intereses de cada arquetipo.

presencia ausente

05 | Desarrollo e implementación

5.2.2 Diseño N° 2 / Fase 2

Visualización física N° 2, en la cuál se le pide al usuario que con una lana, comiencen en la cantidad de horas que lo ocupan y lleguen al punto de cuanto les gustaría ocuparlo, eligiendo el color de lana que responda a la pregunta de abajo.



Visualización física N° 1, en la cuál se le pide al usuario cortar una lana del tamaño de su tiempo en pantalla (con la regla dispuesta al lado) para luego ver, desde el centro, hacia dónde llegan.

Visualización física N° 3, en la cuál se le pide al usuario que con la lana lleguen a un sentimiento, contestando a la pregunta: ¿Qué te provoca estar sin tu celular?

05 | Desarrollo e implementación

5.2.2 Diseño N° 2

Consulta a Daniela Moyano

Se realizó una reunión con la profesora de Diseño de la Universidad, debido a su expertís en el área de Narrativa, con el fin de recibir críticas constructivas respecto al relato de la instalación, junto con la coherencia visual del proyecto y su relación entre el relato y la materialización física de la instalación.

Se encontró un fuerte en la base teórica del proyecto, es decir en los fundamentos e investigación realizada que sustentan la instalación. Sin embargo se encontraron puntos débiles en la narrativa y coherencia visual de esta misma. En primer lugar, se invita a repensar la gráfica oscura y la tipografía más cuadrada que se está utilizando, para irse por un camino más minimalista y suave, que invite a la persona a ingresar a este viaje hacia lo análogo, con una estética más pura, blanca y alejarse de lo digital. Asimismo, se invita a darle más énfasis a la narrativa, sacándole partido a la experiencia ajena con tal de generar en el usuario una sensibilización mayor, empatizando con el proyecto y con su propia situación de vida.



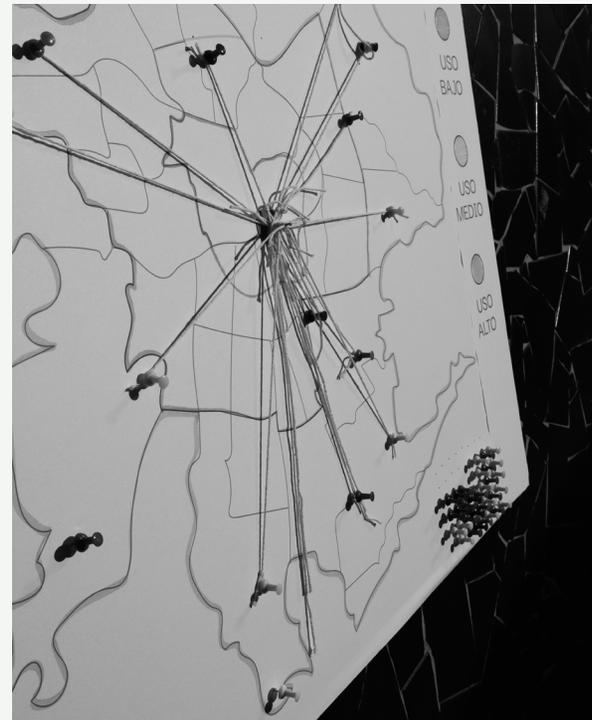
Fotografía de Daniela Moyano, rescatada de diseño.uc.cl, 2023.

05 | Desarrollo e implementación

Testeo N° 1

Hallazgos

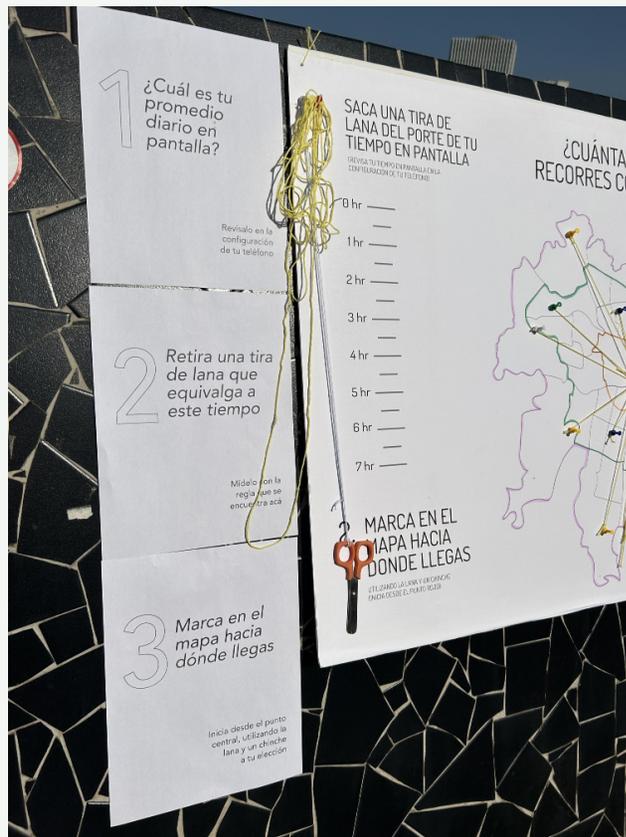
1. El material a utilizar debe ser firme, debido a que los clavos y chinchas, al estar sujetos a peso debido a lo tirante de las lanas, estos se sueltan rápidamente.
2. La gente se cuestiona si el color de los chinchas da o no información, y si es importante la elección de este. Se vuelve importante y significativo utilizar estos cómo un indicador que levante información respecto a los usuarios.
3. Los usuarios poseen problemas en la parte del mapa, ya que se vuelve complejo para ellos buscar su tiempo en pantalla. Se vuelve necesario explicar mejor esta parte, a través de pasos que permitan seguir instrucciones al pie de la letra.
4. Se vuelve muy enriquecedor que la intervención se vuelva colectiva, por que los individuos comienzan a generar debates y conversaciones en torno al tema, cuestionándose sus hábitos e interesándose por el de sus pares.



Elaboración propia, 2023.

05 | Desarrollo e implementación

Testeo N° 2



presencia ausente

Testeo N° 2

Hallazgos

1. Los colores de las comunas se vuelven muy redundantes.
2. Mejorar la interacción de la lana, que exista un rollo y que este se encuentre ubicado en la pared, para que este se pueda cortar con facilidad.
3. Agrandar mapa, ya que queda corta la interacción, a la gente en general le gustaría que el mapa fuese más grande y su hilo recorriera más, o se viese más la diferencia entre uno y otro.
4. Con las instrucciones que se agregaron, sí queda más claro cómo seguir.



Elaboración propia, 2023.

05 | Desarrollo e implementación

5.2.3 Diseño N° 3

Instalación experiencial que busca generar un viaje de lo digital a lo análogo, con el fin de que la narrativa invite a la reflexión en torno a cómo los jóvenes perciben y administran el tiempo dedicado a sus dispositivos móviles.

La instalación se compone de 3 módulos. El digital, el análogo y el final. En el primero de ellos, los espectadores utilizan sus dispositivos móviles y luego visualizan proyecciones digitales. Para luego pasar a un segundo módulo en donde se deja lo digital de lado y se busca que el usuario interactúe físicamente con la instalación.

Como parte final, los usuarios se llevan un librito con un desafío de 28 días, el cual posee el mismo tamaño de un dispositivo móvil, buscando reemplazar ciertas interacciones que se dan en este, con el fin de que los usuarios tengan más tiempo de reflexión, introspección y ocio productivo fuera de sus dispositivos.

Se considera que a lo largo de toda la instalación, se encuentran citas que fueron recopiladas en el proceso, con el fin de que las propias personas generen la narrativa de la instalación y guíen este viaje de lo digital a lo análogo.

En la parte de introducción y cierre, las citas son de expertos en el tema. Para esta recopilación de datos, me base en el libro de Cal Newport "Digital Minimalism" y en el paper de Andrew Sullivan "I used to be a human being". Luego, en la parte análoga, las citas son recopilaciones de una encuesta de elaboración propia, las cuales generan mayor cercanía y posibilitan una reflexión mayor en el espectador.

05 | Desarrollo e implementación

5.2.3 Diseño N° 3

Naming

Presencia
Ausente

Presencia
ausente

El nombre “presencia ausente”, según el autor Tertadian (2012) es un estado en el cual las personas negocian entre estar físicamente presentes y mentalmente ausentes al hacer uso de sus dispositivos móviles, navegando entre el mundo físico y virtual.

El logotipo se utiliza en blanco para los títulos, en el cuál se encuentra sobre un fondo de color y en morado al ser utilizado como sello de página en la esquina superior derecha.

Tipografía

Avenir Light
Light Oblique
Book
Roman
Book Oblique
Medium
Medium Oblique

La elección de la familia tipográfica Avenir, es utilizada en toda la identidad, variando entre sus grosores y utilizando su formato en oblicua para ciertas citas y textos a destacar.

Esta es una tipografía sin serifa, legible, simple y clara para la lectura, utilizada con espaciado en ciertos títulos para darle aire a las palabras y un aspecto más llamativo.

05 | Desarrollo e implementación

5.2.3 Diseño N° 3

Paleta de colores



La elección del color crema como color principal, se realizó debido a que se busca representar lo natural, lo etéreo, análogo y puro con el fin de dar paso a un ambiente de reflexión.

Se hace uso, de dos colores principales de tonalidades moradas y verdes, que van variando en términos de opacidad e intensidad, generando efectos de degradado.

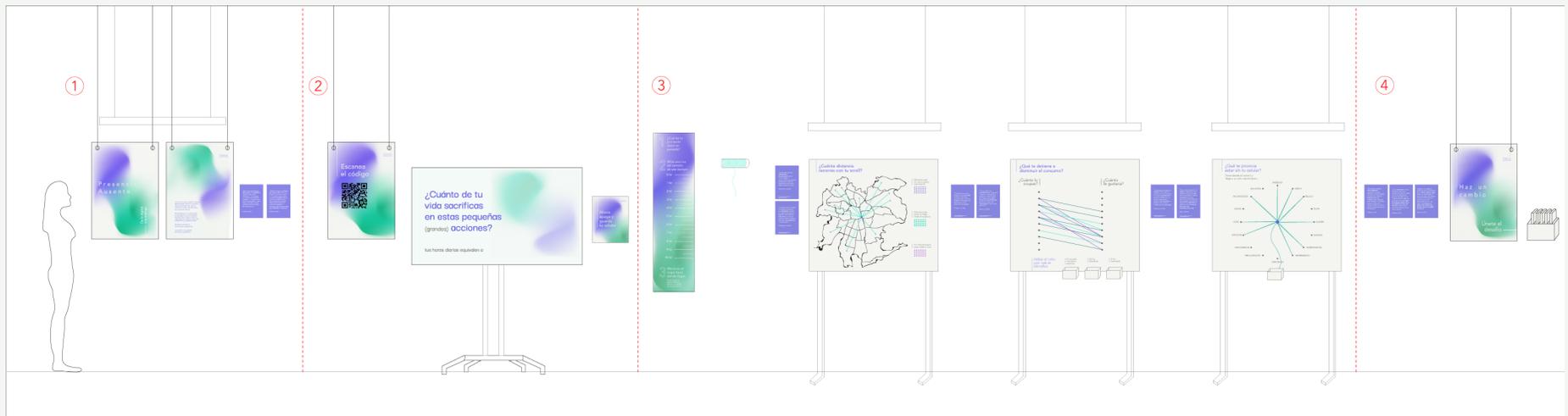
Elementos gráficos



Se utilizan principalmente gradientes, que se encuentran difuminadas, a lo largo de toda la gráfica, siendo este su elemento primordial. Esto se escoge debido a que se busca hacer referencia a algo que se esfuma, a una presencia que se va, que se ausenta.

05 | Desarrollo e implementación

5.2.3 Diseño N° 3



1

Fase de introducción

2

Fase de visualizaciones digitales

3

Fase de visualizaciones físicas

4

Fase de cierre / desafío final

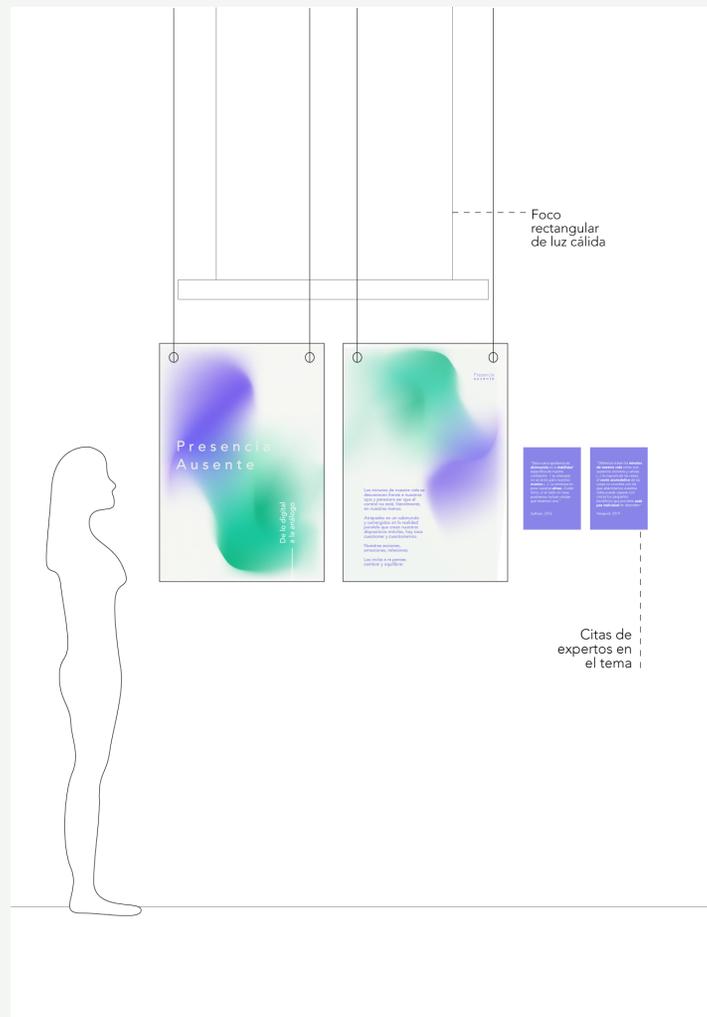
presencia ausente

05 | Desarrollo e implementación

5.2.3 Diseño N° 3

1

Fase de introducción



05 | Desarrollo e implementación

1

Fase de
introducción



Carátula de la
instalación

“Esta nueva epidemia de **distracción** es la **debilidad** específica de nuestra civilización. Y su amenaza no es tanto para nuestras **mentes** (...). La amenaza es para nuestras **almas**. A este ritmo, si el ruido no cesa, podríamos incluso olvidar que tenemos una.”

Sullivan, 2016

“Debemos tratar los **minutos de nuestra vida** como una sustancia concreta y valiosa (...) la mayoría de las veces, el **costo acumulativo** de las cosas no cruciales con las que abarrotamos nuestras vidas puede superar con creces los pequeños beneficios que promete **cada paz individual** en desorden”

Newport, 2019

Para el uso de las primeras dos citas introductorias, se utiliza a los autores Andrew Sullivan y Cal Newport.

05 | Desarrollo e implementación

2

Fase de visualizaciones digitales



05 | Desarrollo e implementación

2

Fase de visualizaciones digitales

2.1

Escanean el código QR, para responder a dos preguntas: El arquetipo que más los define y su tiempo en pantalla.



2.1

Se muestran 6 visuales desde la televisión, que son generadas acorde al arquetipo y el tiempo en pantalla elegido. Se muestran 4 equivalencias de este tiempo, que son exageradas y relacionadas a alguna acción.



05 | Desarrollo e implementación

2

Fase de visualizaciones digitales

2.3

Parte de la instalación en dónde se les pide apagar sus dispositivos móviles y guardarlos hasta el final del recorrido.



05 | Desarrollo e implementación

3

Fase de visualizaciones físicas



presencia ausente

05 | Desarrollo e implementación

3

Fase de visualizaciones físicas

3.1

Primera visualización física, en la cual utilizan su tiempo en pantalla, para traducir este a una distancia específica y luego llegar de un punto a otro en un mapa, con el fin de visualizar este desde otro punto de vista y poder compararse con los resultados de otros.

1

¿Cuál es tu promedio diario en pantalla?

2

Mide una tira del tamaño de ese tiempo

0 hr

1 hr

2 hr

3 hr

4 hr

5 hr

6 hr

7 hr

8 hr

9 hr

10 hr

3

Marca en el mapa hacia dónde llegas

Inicia desde el punto central y utiliza un chinche en el punto final.

*"Finalmente termino **trabajando** y **descansando** con el mismo objeto, veo mis horas en pantalla pensando en todo lo significativo que pude haber hecho y no hice"*

Florencia, 24 años

*Respuestas recopiladas de encuestas a usuarios, elaboración propia.

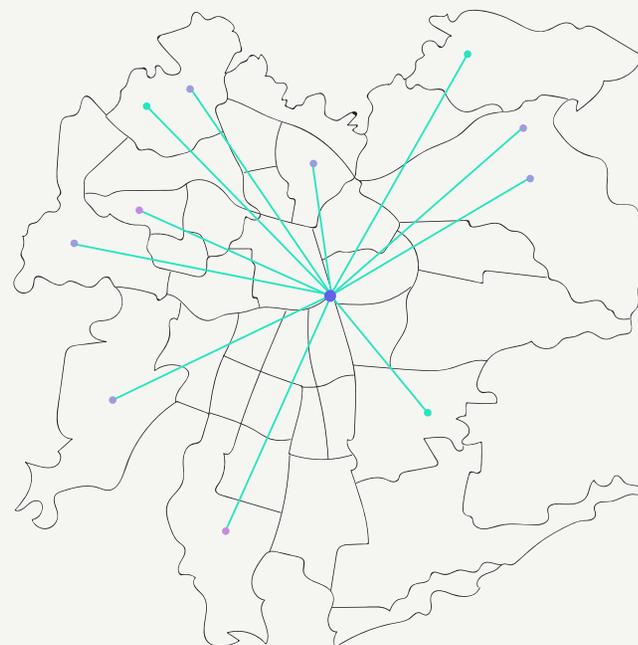
*"A veces solo me quedo mirándolo mientras el usa **instagram**, porque en verdad creo que ha llegado a tal punto de **adicción** que ni se da cuenta cuando empieza, bajo que **circunstancias**, ni cuánto dura"*

Dominga, 22 años

*Respuestas recopiladas de encuestas a usuarios, elaboración propia.

Uso de citas de usuarios, recopiladas a través de una encuesta.

¿Cuánta distancia recorres con tu scroll?



Me preocupa mi uso y quiero disminuirlo



Me preocupa pero no hago nada al respecto



No me preocupa para nada mi uso



05 | Desarrollo e implementación

3

Fase de visualizaciones físicas

3.2

Segunda visualización física, en la cual deben responder dos preguntas, completando el recorrido con una lana de color que vaya acorde a su respuesta.

“Cuando llevo mucho tiempo, me siento **inútil**. Sé que lo que estoy haciendo está mal, pero **lo ignoro**. He dejado de leer porque ver el celular es más **simple**”

Thomas, 19 años

“Se ha vuelto una **extensión de mi**, nadie está a más de 2 metros de su teléfono, lo que no pasa con ningún otro objeto. Tengo la **sensación ilusoria** de que las cosas más **“importantes”** de mi vida están ahí”

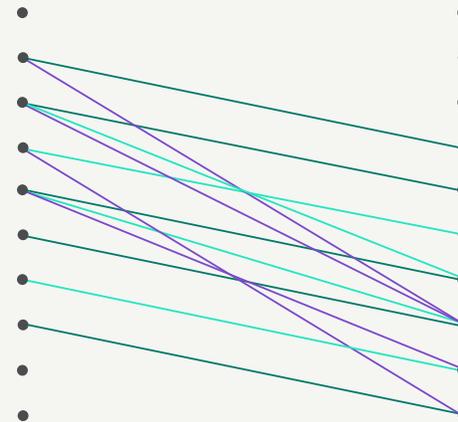
Martin, 23 años

Uso de citas de usuarios, recopiladas a través de una encuesta.

¿Qué te detiene a disminuir el consumo?

¿Cuánto lo ocupas?

¿Cuánto te gustaría?

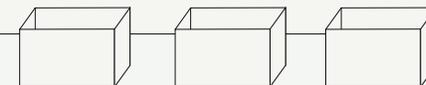


Utiliza el color que más te identifica

No puedo, me siento adicto/a

No he intentado

Si he intentado



05 | Desarrollo e implementación

3

Fase de visualizaciones físicas

3.3

Tercera visualización física, en la cual deben contestar que sienten al no tener su teléfono celular. Para esto deben seguir el recorrido con la lana dispuesta en la parte inferior.

*"Siento que ya tengo una **adicción**. No es que no pueda vivir sin el sino que mi cuerpo **naturalmente** busca mi teléfono en el primer segundo que pierda la **concentración** o tenga el mas mínimo sentido de estar **aburrída**"*

Mariana, 22 años

*Respuestas recopiladas de encuestas a usuarios, elaboración propia.

*"Nos acostumbramos a lo **rápido**, a hablar por chat, no llamar, no ver los ojos solo a la pantalla. La **poca conciencia** de lo que tenemos y somos capaces de conseguir, creo que las redes son la **vida fácil**, sin esfuerzo, una **concepción falsa de lo que entendemos por vida.**"*

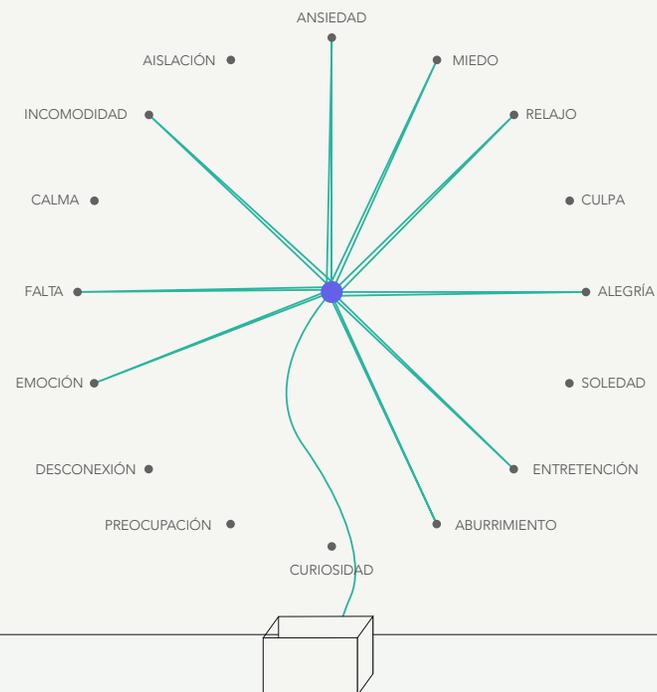
Elisa, 23 años

*Respuestas recopiladas de encuestas a usuarios, elaboración propia.

Uso de citas de usuarios, recopiladas a través de una encuesta.

¿Qué te provoca estar sin tu celular?

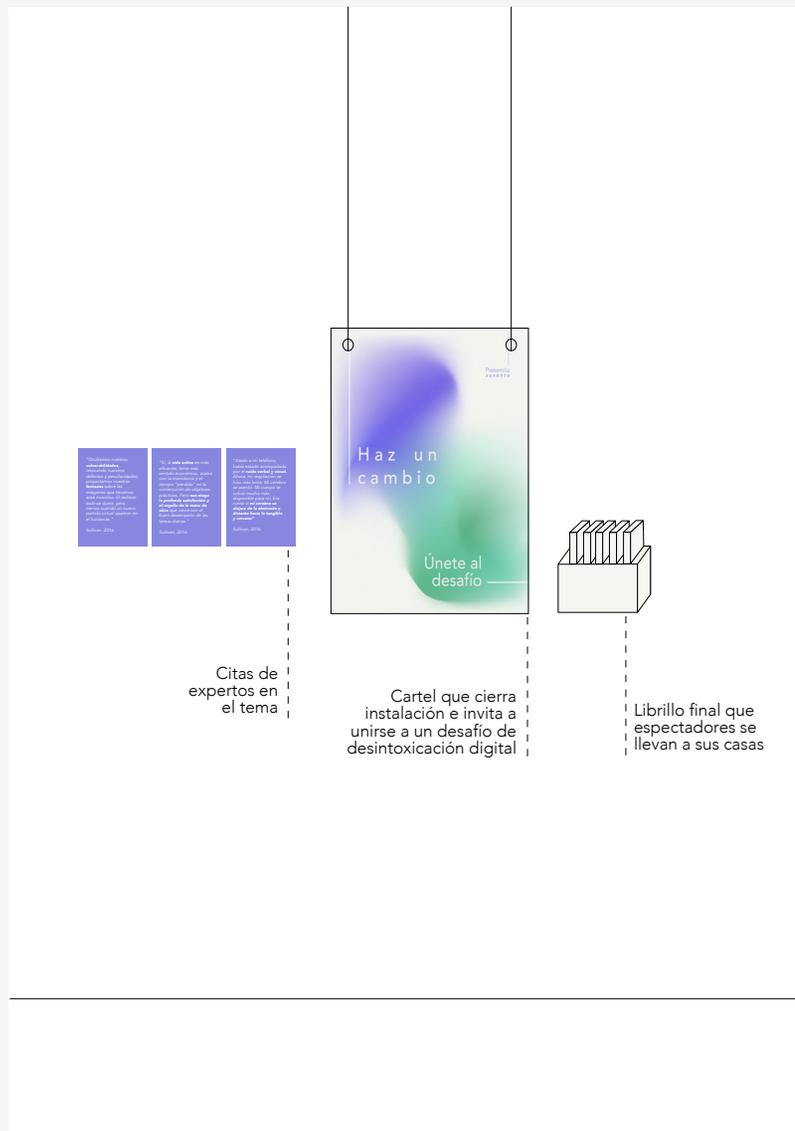
Parte desde el centro y llega a un solo sentimiento



05 | Desarrollo e implementación

4

Fase de cierre / desafío final



05 | Desarrollo e implementación

4

Fase de
cierre /
desafío final

*"Ocultamos nuestras **vulnerabilidades**, retocando nuestros defectos y peculiaridades; proyectamos nuestras **fantasías** sobre las imágenes que tenemos ante nosotros. El rechazo todavía duele, pero menos cuando un nuevo partido virtual aparece en el horizonte."*

Sullivan, 2016

*"Sí, la **vida online** es más eficiente, tiene más sentido económico, acaba con la monotonía y el tiempo "perdido" en la consecución de objetivos prácticos. Pero **nos niega la profunda satisfacción y el orgullo de la mano de obra** que viene con el buen desempeño de las tareas diarias."*

Sullivan, 2016

*"Atado a mi teléfono, había estado acompañado por el **ruido verbal y visual**. Ahora, mi respiración se hizo más lenta. Mi cerebro se asentó. Mi cuerpo se volvió mucho más disponible para mí. Era como si **mi cerebro se alejara de lo abstracto y distante hacia lo tangible y cercano**"*

Sullivan, 2016

Uso de citas
de expertos, para
cerrar el recorrido
de la instalación.



Cartel
de cierre



Librillo con
desafío de
28 días

06

Propuesta
Formal

06 Propuesta formal

6.1 Recorrido y experiencia del usuario



En el siguiente video se puede vislumbrar la experiencia completa del usuario y cómo este interactúa con las distintas partes de la instalación.

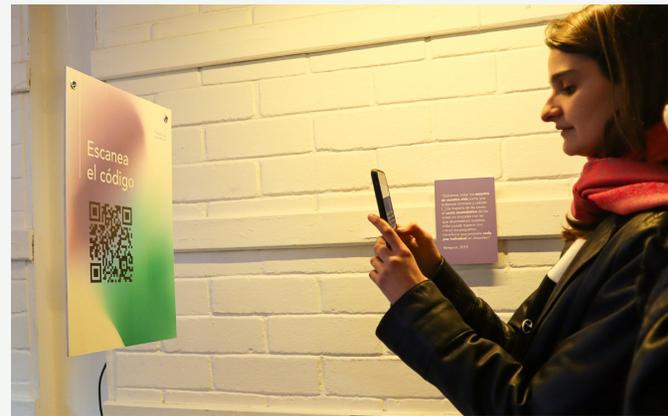
Asimismo, se visualiza la forma en la que un grupo, de forma colectiva, forma parte de la muestra y comienza a ser un ente co creador activo de esta misma, a medida que van entendiéndola y empatizando a su paso.

Escanear código para acceder al video demostrativo del recorrido.

<https://www.youtube.com/watch?v=Dt4LhrQpnvM>

06 | Propuesta formal

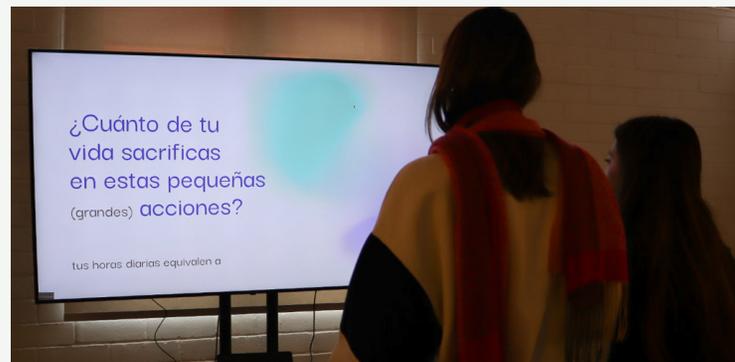
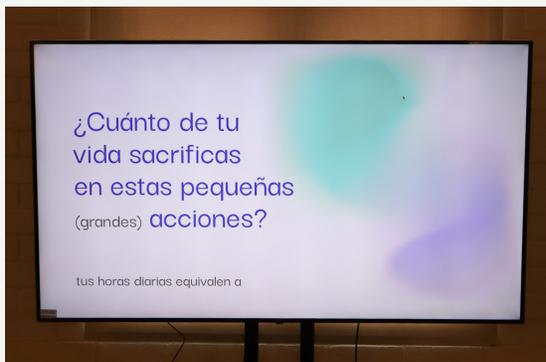
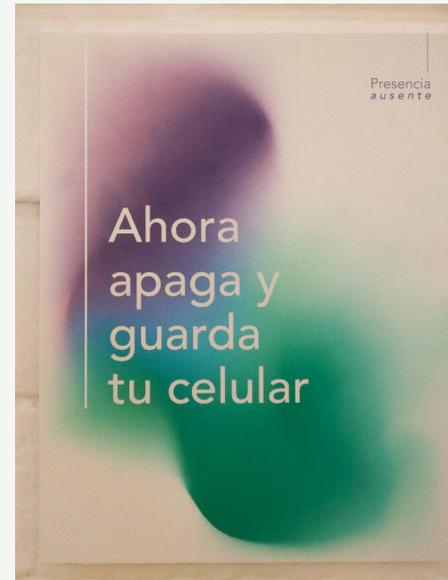
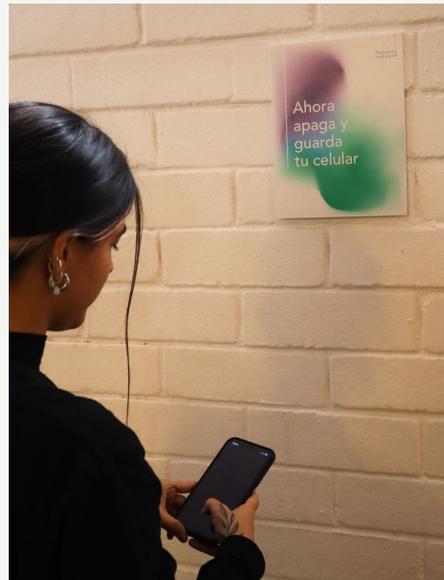
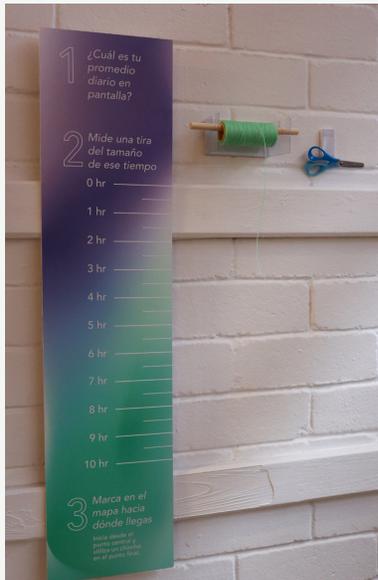
6.1 Recorrido y experiencia del usuario



Elaboración propia, 2023.

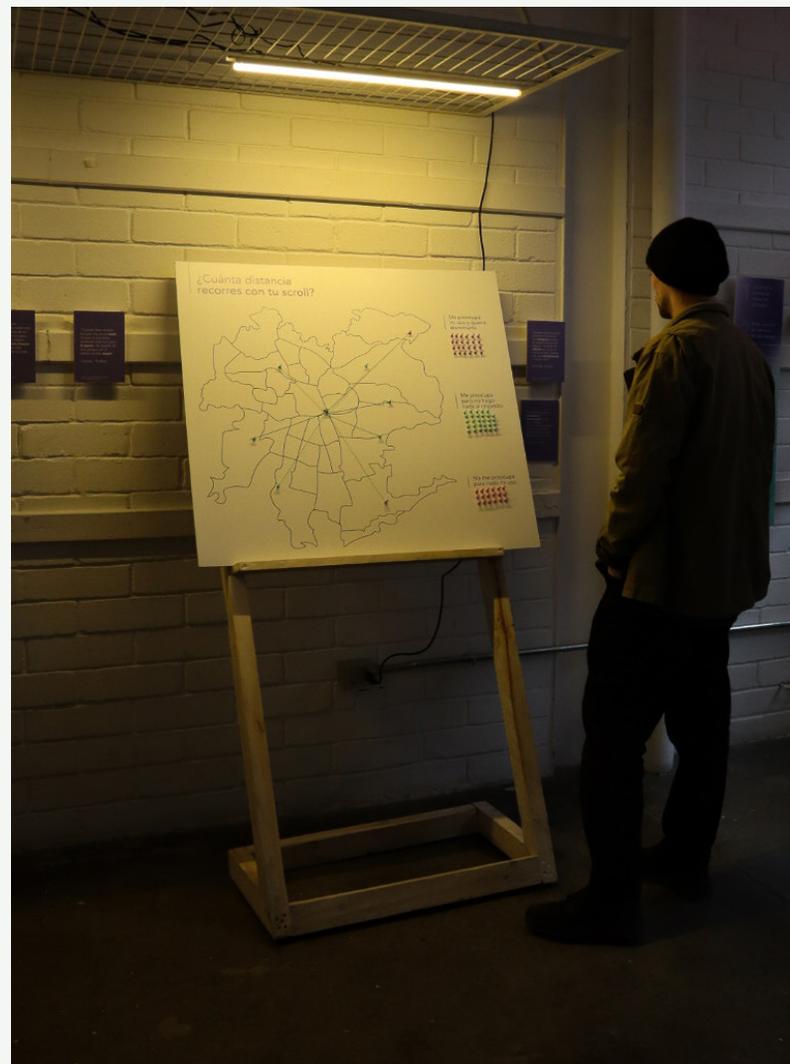
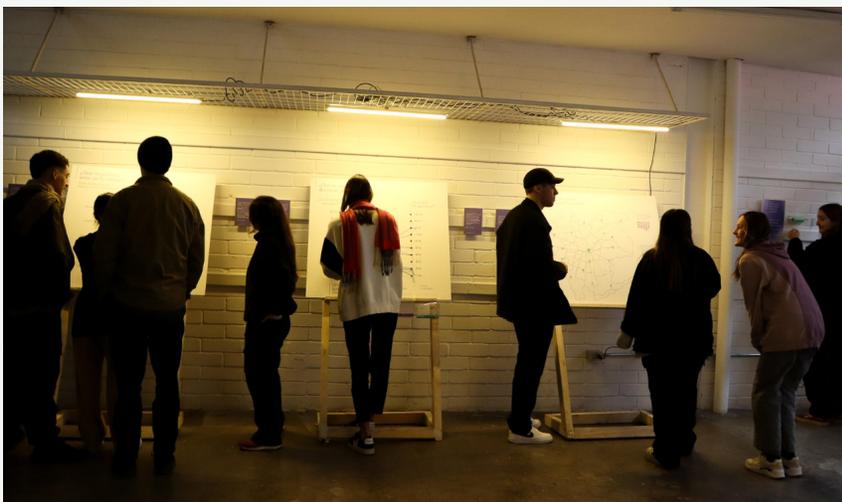
06 Propuesta formal

6.1 Recorrido y experiencia del usuario



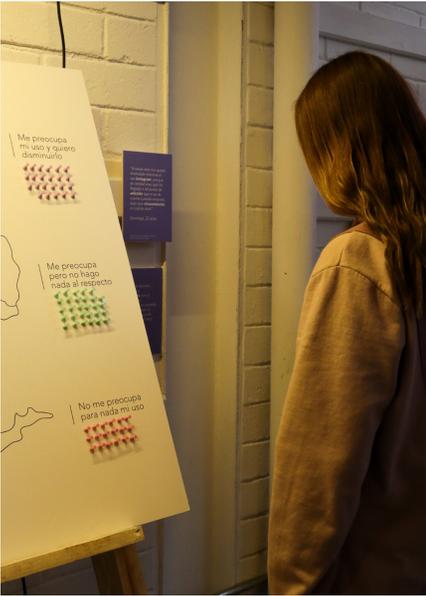
06 Propuesta formal

6.1 Recorrido y experiencia del usuario



06 Propuesta formal

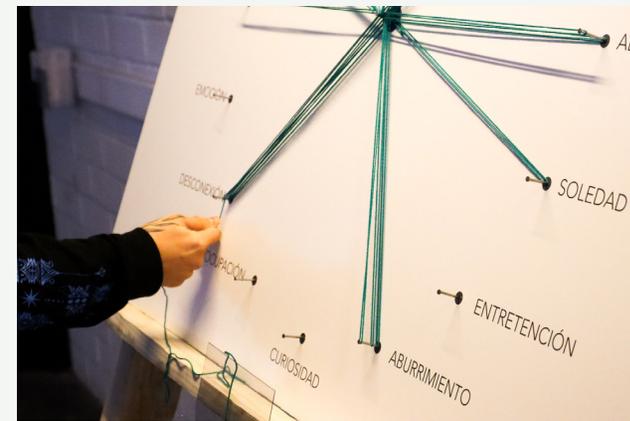
6.1 Recorrido y experiencia del usuario



Elaboración propia, 2023.

06 Propuesta formal

6.1 Recorrido y experiencia del usuario



"Atado a mi teléfono, he sido víctima de la adicción por el medio verbal y visual. Ahora, mi respiración se hace más lenta. Mi cuerpo se siente más pesado. Mi cuerpo se volvió mucho más dependiente para mí. Es como si mi cerebro se alejara de lo abstracto y distante hacia lo tangible y cercano"

Sullivan, 2016

"Si, la vida online es más eficiente, tiene más sentido económico, acaba con la monotonía y el tiempo "perdido" en la construcción de objetos prácticos. Pero esa llega la profunda satisfacción y el orgullo de la mano de obra que viene con el buen desempeño de las tareas diarias."

Sullivan, 2016

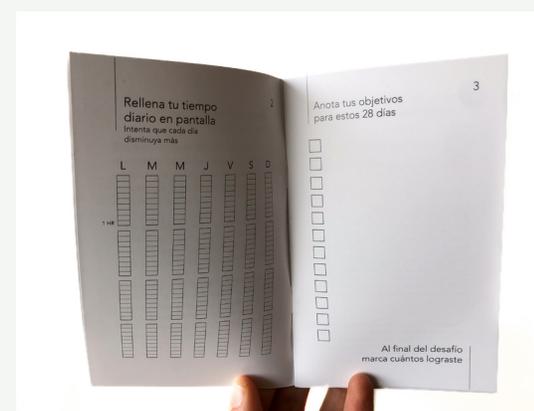
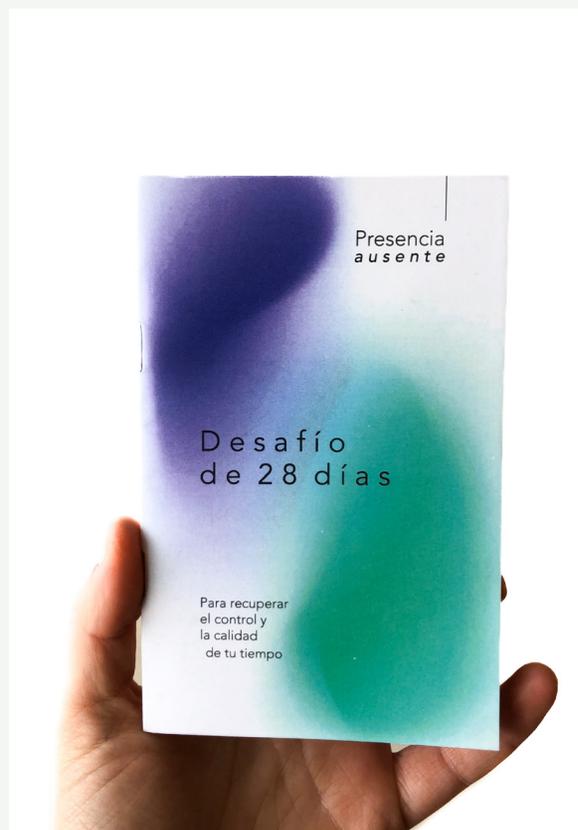
"Ocultamos nuestras vulnerabilidades, rastreando nuestros defectos y particularidades; proyectamos nuestras fantasías sobre las imágenes que tenemos ante nosotros. El rechazo todavía duele, pero miras cuando un nuevo periodo visual aparece en el horizonte."

Sullivan, 2016

Elaboración propia, 2023.

06 Propuesta formal

6.2 Librillo final



Elaboración propia, 2023.

07

Cierre

07 Cierre

7.1 Proyecciones futuras

Con el fin de que el proyecto tenga un sustento y una base sólida para expandirse en las áreas correspondientes, es necesario primero validar el proyecto con expertos del tema, como psicólogos, sociólogos, diseñadores de experiencia e información.

Como segundo factor importante, se vuelve pertinente realizar un equipo consistente de trabajo, que incluya, en primer lugar, un programador, para poder realizar la parte digital de manera exitosa, la cual en este minuto se encuentra como una simulación generada en la plataforma figma. Asimismo, el apoyo de dos diseñadores que se encarguen del manejo de gráficas, difusión de la información, sean la cara visible del proyecto y puedan recopilar y analizar datos, con el fin de utilizarlos en beneficio del proyecto.

En segundo lugar, se pretende contactar y vincularse con diversas entidades que podrían estar interesadas en la implementación del proyecto, cómo una forma de recopilar datos que podrían ser útiles para una investigación.

Asimismo, se vuelve pertinente presentar el proyecto a una institución, cómo lo sería por ejemplo, el ente de bienestar estudiantil de esta u otras Universidades, considerando la posibilidad de generar giras por diversos campus, con el objetivo de aumentar la conciencia y fomentar reflexiones individuales y colectivas dentro del ámbito universitario.

En términos de financiamiento, se considera la posibilidad de presentar el proyecto a diversos fondos concursables del Ministerio de cultura y/o educación, con el fin de que el alcance y la difusión sean mayores.

Asimismo, se debe considerar que el proyecto se realizó a baja escala, por ende, existen temas que resolver en torno a montaje y desmontaje de esta misma. Teniendo en mente que se busca que esta instalación recorra varios lugares, se vuelve necesario idear sistemas de plegado sencillos y óptimos.

07 Cierre

7.1 Proyecciones futuras

Impacto cultural

La propuesta busca aportar a nivel cultural en torno, primordialmente, a la concepción que existe frente a las prácticas cotidianas que poseen los jóvenes con sus aparatos móviles. Cuestionando cómo las interacciones delimitadas dentro de los medios digitales, han generado una cultura de normalización que en muchos casos inhabilita que el motor de cambio se gatille. Buscando de esta forma, fomentar una cultura que esté interesada en privilegiar el desarrollo integral, tanto individual, como colectivo.

Impacto social

El proyecto busca generar un impacto y un cambio que beneficie a los individuos en su ámbito social, a través de la concientización y la comprensión de acciones que afectan directa e indirectamente este mismo. Esto, a partir de un primer impulso de cuestionamiento y reflexión que de paso a un proceso de autoconocimiento, introspección y análisis individual. Mediante este último, se busca que los individuos puedan generar cambios positivos en torno a las diversas aristas del uso que poseen con sus teléfonos celulares, y de esta forma, impactar beneficiosamente en sus relaciones sociales.

07 Cierre

7.2 Conclusión

Para finalizar, es importante destacar que el objetivo principal del proyecto es fomentar la discusión sobre un tema que ha sido ampliamente normalizado en la actualidad. Tiene como objetivo presentar una problemática que a pesar de estar presente en la vida de todos quienes interactúan en el proyecto, aún carece de respuesta en cuanto al nivel de crítica y cuestionamiento que se le otorga.

Es por ello, que se vuelve importante abrir puertas al debate y a la discusión constructiva con el fin de vislumbrar todas las aristas que posee este particular asunto. En este punto toma relevancia la importancia del diálogo, el cuál se vio inserto a lo largo de todo el proceso como una vía para concientizar y reflexionar en torno a los propios hábitos y costumbres, con la posibilidad futura de generar cambios que aporten y contribuyan en mejorar la estabilidad y calidad emocional, física y social de los estudiantes universitarios.

Bajo esta misma línea, se rescata la riqueza que posee el proyecto en torno a la fusión entre la individualidad y colectividad dentro del recorrido de la instalación. Por un lado, los espectadores interactúan según sus propias cifras de tiempo en sus dispositivos, de la mano con sus propias percepciones, sentimientos personales en torno a esto y meditaciones en relación a las citas leídas. Sin embargo, las dinámicas y los diálogos colectivos entre pares o grupos, son ocasionados a lo largo de toda la muestra, lo que permite una reflexión global en tiempo real, generando en el usuario, que los diversos puntos de vista gatillen nuevas observaciones respecto al tema.

Asimismo, el carácter de co creación de la obra, permite que esta se conforme en conjunto, entregándole potencia y fuerza al mensaje, lo que provoca una mayor cercanía con el proyecto, sus resultados y el posible efecto que este tendrá en los usuarios.

07 Cierre

7.2 Conclusión

En relación a los resultados visibles, teniendo en cuenta que es la base de un proyecto mayor, se encuentran puntos claves en torno a la importancia que posee, mostrar datos desde otro punto de vista a los usuarios, y cómo esto, facilitó una reflexión en ellos. Asimismo, lo crucial que es tener un desafío mayor al salir de una experiencia como esta, lo que realmente genera un impulso y un estímulo que incita a realizar acciones de una forma distinta, permitiéndole al individuo cambiar costumbres que quizás, nunca antes, se había analizado.

Cabe mencionar, que se encontraron dificultades en torno a la trata de este tema, debido a que, en primera instancia, suena como un tema altamente debatido y conversado, sin embargo, a pesar de que es un instrumento que todos utilizan en exceso y por ende, todos los que interactúan con la instalación tienen algo que decir o pensar respecto al tema, hay muchos quienes no quieren ver o se muestran reacios a cambiar hábitos que ya se encuentran enraizados, de alguna forma, en su ser. Esto es tanto el pilar más complejo, cómo lo que le da fuerzas y motivos al proyecto en sí.

En términos individuales, fue un proyecto que realmente me ayudó personalmente y me hizo vislumbrar, a lo largo de todo el proceso, problemas tanto internos, como externos, de mi entorno, cercano como lejano. Fui capaz, mediante la fase de investigación e implementación, de comenzar a repensar costumbres, observarlas desde fuera y hacerme realmente consciente de ciertos hábitos que estaban comenzando a tener efectos negativos en mi salud mental, pero que de alguna forma pasaban desapercibidos o yo me negaba a ver.

Esta era realmente mi motivación al comenzar con el proyecto, entender cuáles eran precisamente los factores de riesgos y/o consecuencias en torno a esta problemática. Cómo también analizar los factores que incidían en su normalización y adicción. Asimismo, encontraba especial importancia en aportar, de algún lugar, un grano de arena frente a algo que me generaba gran ruido e impotencia. Fue un proceso, que en comienzos, se mostró difícil, pero a medida que la investigación tomó forma fui capaz de ver ciertos aspectos de mi vida desde otro ángulo. Hoy logro entender ciertas cosas que antes no podía, y desde ahí, fui capaz de generar un entendimiento con el fin de mejorar mi calidad de vida de forma integral.

07 Cierre

7.2 Conclusión

Me encuentro feliz y satisfecha con el resultado, contenta con que las personas que interactuaron con las distintas partes del proceso mostraron gran interés por saber más y querer ser parte de esta instancia, lo cual me da esperanzas en torno al uso de los dispositivos en general y sobre la importancia del tema en sí. Por ello, es un proyecto que posee posibilidades de crecimiento en múltiples direcciones y aristas.

Agradezco haber tenido la oportunidad de ser creadora de un proyecto de interés personal, que estuvo acompañado y guiado por profesores y el apoyo de la Universidad, los cuales permitieron que la instalación fuera tomando forma y llegando a un resultado del cuál me siento orgullosa. Asimismo, toma relevancia mencionar todas las herramientas entregadas por quienes me instruyeron a lo largo de la carrera en las diversas áreas que hoy me puedo desenvolver. Estas me permitieron abarcar este proyecto desde todas sus aristas, de forma segura, consistente y con una confianza plena en mis capacidades.

7.3 Referencias bibliográficas

Aagaard, J. (2019). Digital akrasia: a qualitative study of phubbing. *Springer Nature*, 35, 237–244. Recuperado de: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00146-019-00876-0>

Akujuobi, C., Musa, S., Sadiku, M. y Shedare, E. (2016). Data Visualization. *IJE-RAT*, 02(12), 11-16. Recuperado de: https://www.researchgate.net/profile/Adebowale-Shadare/publication/311597028_DATA_VISUALIZATION/links/5851945608aef7d0309f20a7/DATA-VISUALIZATION.pdf

Andrews - Hanna, J. (2015). The Default Network and Social Cognition, 165-169. Recuperado de: https://www.researchgate.net/profile/Jessica-Andrews-Hanna/publication/283667431_The_Default_Network_and_Social_Cognition/links/5a6b58e8458515b2d055bdac/The-Default-Network-and-Social-Cognition.pdf

Barrios, D., Béjar, V. y Cauchos, S. (2017). Uso excesivo de Smartphones/teléfonos celulares: Phubbing y Nomofobia. *Revista chilena de neuro - psiquiatría*, 55(3). Recuperado de: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272017000300205

Cambridge Dictionary. (s.f.). Phubbing. Recuperado de: <https://dictionary.cambridge.org/es-LA/dictionary/english/phubbing>

Capilla, E. (2017). Phubbing, conectados a la red y desconectados de la realidad. Un análisis en relación al bienestar psicológico. *Revista de Medios y Educación*, 50, 173-185. Recuperado de: <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/51919/416-2823-1-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Chambliss, C., Evangelista, L., Frymoyer, A., Hartl, A., Hopkins, J., Lee, J., Martin, B., Millington, M., Newman, J., Putnam, H., Rodriguez, G., Short, E. (2015) Young Adults' Experience of Mobile Device Disruption of Proximate Relationships. *International Journal of Virtual Worlds and Human Computer Interaction*. 3, 10-17. Recuperado de: <https://pdfs.semanticscholar.org/f09f/7d9be808c524e3b62b65bf4608faee052788.pdf>

Chan, M. (2015). Mobile phones and the good life: Examining the relationships among mobile use, social capital and subjective well-being. *New Media & Society*, 17(1), 96-113. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/263567145_Mobile_phones_and_the_good_life_Examining_the_relationships_among_mobile_use_social_capital_and_subjective_well-being

Chen, PL. Y Pai, CW. (2018) Pedestrian smartphone overuse and inattentive blindness: an observational study in Taipei, Taiwan. *BMC Public Health*, 18(1342). Recuperado de: <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-018-6163-5>

Cheng, L., Genevie, J., Misra, S. y Yuan, M. (2014). The iphone effect: The quality of in-person social social interactions in the presence of mobile devices. *Environment and Behaviour*, 48(2). Recuperado de: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0013916514539755>

Chu, J., Qaisar, S., Shah, Z. y Jalil, A. (2021). Attention or Distraction? The Impact of Mobile Phone on Users' Psychological Well-Being. *Frontiers in psychology*, 12(612127). Recuperado de: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.612127/full>

David, M. y Roberts, J. (2019). The Social Media Party: Fear of Missing Out (FoMO), Social Media Intensity, Connection, and Well-Being. *International Journal of Human-Computer Interaction*. 36(4), 386-392. Recuperado de: <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/10447318.2019.1646517?needAccess=true>

De la Hera, C. (2022). *Historia de las redes sociales: cómo nacieron y cuál fue su evolución*. Recuperado de: <https://marketing4ecommerce.net/historia-de-las-redes-sociales-evolucion/>

Dursteler, C. y Engenhardt, Y. (2007). Diagrama Inofivs. Recuperado de: <https://i.pinimg.com/736x/52/a3/d6/52a3d6385256ad525018632cea2b7aef--juan-carlos.jpg>

Escuela de arte de Jerez (s.f.) Recuperado de: <https://aulasinjaula.files.wordpress.com/2013/12/comparativas-metodologc3adas.pdf>

Estévez, A., García, C. y Junqué, C. (1997). La atención: una compleja función cerebral. *Revista de neurología*, 25(148), 1989 - 1997. Recuperado de: http://aulavirtual.iberoamericana.edu.co/recursosel/documentos_para-descarga/La%20atención%2C%20una%20compleja%20función%20cerebral.pdf

07 Cierre

7.3 Referencias bibliográficas

Fernandes, R. (2022). Número de suscripciones de smartphones a nivel mundial desde 2016 hasta 2027 [conjunto de datos]. Statista. Recuperado de: <https://es.statista.com/estadisticas/636569/usuarios-de-telefonos-inteligentes-a-nivel-mundial/>

Gergen, K. (2002). Cell Phone Technology and the Challenge of Absent Presence. Perpetual Contact: Mobile Communication, Private Talk, Public Performance. 227-241. Recuperado de: <https://works.swarthmore.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1568&context=fac-psychology>

Giraldo, S. y Fernández, C. (2020). Redes sociales y consumo digital en jóvenes universitarios: economía de la atención y oligopolios de la comunicación en el siglo XXI. Profesional de la información, 29(5). Recuperado de: <https://revista.profesionaldelainformacion.com/index.php/EPI/article/view/78439>

Gonzalez, C. (2023). Esta es la historia de los teléfonos móviles: desde su origen hasta la actualidad Recuperado de: <https://computerhoy.com/moviles/historia-telefonos-moviles-origen-actualidad-1181484>

Gonzalez, G. (2018). *El inventor del scroll infinito compara las redes sociales con la cocaína, se arrepiente de haber ayudado a que sean tan adictivas*. Recuperado de: <https://www.genbeta.com/redes-sociales-y-comunidades/inventor-scroll-infinito-compara-redes-sociales-cocaína-se-arrepiente-haber-ayudado-que-sean-adictivas>

GSMAAssociation.(2022).Themobileeconomy2022.Recueprado de:<https://www.gsma.com/mobileeconomy/wp-content/uploads/2022/02/280222-The-Mobile-Economy-2022.pdf>

Houde, S. y Hill, C. (1997) *What Do Prototypes Prototype?*. Recuperado de: http://blogs.ischool.berkeley.edu/ict4se/files/2010/09/Prototypes_prototype.pdf

IAB Spain (2019). Estudio Anual Redes Sociales 2019. Recuperado de: https://iabspain.es/wp-content/uploads/2019/06/estudio-anual-redes-sociales-iab-spain-2019_vreducida.pdf

Jaimovich, D. (2019). Qué pasa en tu cerebro cuando lo primero que hacés al despertarte es revisar el celular. Recuperado de: <https://www.infobae.com/america/tecnologia/2019/10/25/que-pasa-en-tu-cerebro-cuando-revisas-el-celular-a-la-manana/>

Kemp, S. (2021). Digital 2021: Global Overview Report. Data Reportal. Recuperado de: <https://datareportal.com/reports/digital-2021-global-overview-report>

Krauskopf, D. (2011). Enfoques y dimensiones para el desarrollo de indicadores de juventud orientados a su inclusión social y calidad de vida. *Última década*, 34(51-70). Recuperado de: <https://www.scielo.cl/pdf/udecada/v19n34/art04.pdf>

Li, Q. (2018). Data visualization as creative art practice. *Visual Communication*, 17(3), 299-312. Recuperado de: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1470357218768202>

Manovich, L. (2008) *La visualización de datos como nueva abstracción y anti sublime* [artículo PDF]. Recuperado de: https://taller4g.files.wordpress.com/2013/06/civh_visualizacion.pdf

Mena, M. (2021). ¿Cuántas horas al día pasamos conectados a Internet? [conjunto de datos]. Statista. Recuperado de: <https://es.statista.com/grafico/22701/tiempo-medio-de-uso-diario-de-internet/>

Museo Nacional Bellas Artes. (s/f). Instalación. Recuperado de: <https://www.artistasvisualeschilenos.cl/658/w3-article-54879.html>

Newport, C. (2019). *Digital Minimalism*. Londres: Penguin Books Ltd.

Parra, L. y Alvarez, F. (2021). Síndrome de la sobrecarga informativa: una revisión bibliográfica. *Revista de neurología*, 73(12), 421-428. Recuperado de: <https://neurologia.com/articulo/2021113#b26>

Przybylski, A. y Weinstein, N. (2012). Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences face-to-face conversation quality. *Journal of social and personal relationships*, 30(3), 237-246. Recuperado de: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0265407512453827>

Quiroga, P. (2011). El Impacto de las Nuevas Tecnologías y las Nuevas Formas de Relación en el Desarrollo. *Psicología Educativa*, 17(2), 147-161. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/6137/613765482003.pdf>

Redacción. (2017) 5 efectos para tu salud por usar tu celular antes de dormir Recuperado de: <https://www.elfinanciero.com.mx/tech/efectos-para-tu-salud-por-usar-tu-celular-antes-de-dormir/>

07 Cierre

7.3 Referencias bibliográficas

Stone, L. (s.f.) What is continuous partial attention? [artículo PDF]. Recuperado de: <https://www.csmedia1.com/paseodelrey.org/continuous-partial-attention.pdf>

Sullivan, A. (2016). I Used to Be a Human Being. Issue of New York Magazine. Recuperado de: <https://nymag.com/intelligencer/2016/09/andrew-sullivan-my-distraction-sickness-and-yours.html>

TechnoJoint Community. (2014). *Teléfonos móviles: historia, desarrollo y evolución*. Recuperado de: <https://sites.google.com/site/technojointupm/moviles-y-pantallas/telefonos-moviles-historia-desarrollo-y-evolucion#>

TEDxUExternado [Nombre del canal]. (2017, 12, 15). Espacio público, ciudadanía y datos | José Duarte | TEDxUExternado [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=QhfPUWvNfF8&t=714s>

Tertadian, E. (2012). The Smart Phone as a Conflicting Third Party in Interpersonal Relationships. *Communication Studies Undergraduate Publications, Presentations and Projects*. 14. Recuperado de: https://pilotscholars.up.edu/cst_studpubs/14/

Turkle, S. (2011). *Alone Together*. New York: Basic Books.

Twenge, J. (2017) *Have Smartphones destroyed a generation?*. The Atlantic. Recuperado de: <https://www.theatlantic.com/magazine/archive/2017/09/has-the-smartphone-destroyed-a-generation/534198/>

Vande Moere, A. (2008). Beyond the tyranny of the pixel: Exploring the physicality of information visualization. 2008 12th International Conference Information Visualisation. Recuperado de: <https://ieeexplore.ieee.org/document/4577990>

Velasco, P. Comunicación personal. 24 de noviembre de 2022.

Ware, C. (2008). *Visual Queries*. Visual thinking of design (22). Burlington: Elsevier science ltd.

Presencia Ausente