



PONTIFICIA
UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CHILE

DISEÑO | UC
Pontificia Universidad Católica de Chile
Escuela de Diseño

UNIDAS

REVISTA SOBRE EDUCACIÓN SEXUAL Y AUTOCONOCIMIENTO
DIRIGIDA A MUJERES ADOLESCENTES

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

Camila Strauszer

Profesora guía: Florencia Toro

Julio 2023. Santiago, Chile

UNIDAS

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a cada mujer que fue partícipe del proyecto. A cada amiga, a cada compañera, a cada niña y mujer que aportaron cada una a su manera.

Agradezco a mi profesora guía, Flo, por toda la ayuda y buena disposición durante el proceso de diseño del proyecto.

Agradezco a mi papá por todas sus maneras de apoyarme cuando más lo necesitaba, en este proyecto y durante toda la carrera también.

Agradezco también a Vicente por confiar en mi, por estar presente en cada parte del proceso, por ayudarme cuando me costaba y por celebrarme cuando lo lograba. Gracias eternas por tu compañía.

TABLA DE CONTENIDOS

1- Introducción al proyecto	6		
Prefacio	7		
Introducción	8		
2- Marco teórico	9		
Educación sexual en etapa escolar	10		
Adolescencia	20		
Internet y redes sociales	24		
Educación sexual y autoconocimiento	32		
Diseño editorial: la revista	38		
3- Formulación del proyecto	40		
Planteamiento del problema	41		
Oportunidad de diseño	44		
Formulación	45		
Objetivos	46		
Usaria	47		
Contexto de aplicación	48		
Referentes	49		
Antecedentes	51		
4- Proceso de diseño	52		
Metodología del proyecto	53		
Aspectos gráficos	54		
		Trabajo colaborativo	60
		Proceso prototipado	68
		5- Propuesta final de diseño	76
		La revista	77
		Funcionamiento del producto	79
		Identidad gráfica	84
		Validación	87
		6- Estrategia de implementación	88
		Costos	89
		Financiamiento	90
		Estrategia de difusión	91
		7- Conclusión	92
		Conclusión	93
		Proyecciones	94
		8- Referencia bibliográficas	95
		9- Anexos	101

1 INTRODUCCIÓN AL PROYECTO

PREFACIO

Educación-sexual. En Chile estas dos palabras suelen causar cierto revuelo cuando se escuchan; está poco normalizado aún hablar sobre educación sexual, sexualidad y bienestar sexual, más aún al tratarse de la sexualidad de las mujeres precisamente. Hay prejuicios, lagunas de información, falsas creencias en torno a la educación sexual y todo lo que conlleva esta. Esto es muy probable que sea la consecuencia de la carencia de políticas públicas que aseguren educación sexual desde la infancia (Agrupación Ginecólogas Chile, 2022).

A modo de ejemplo, en 2020 se presentó un proyecto de ley sobre Educación Sexual Escolar por Camila Rojas que planteaba integrar mejor y más temáticas, sobre el abuso sexual, afectividad, género, prevención de ITS, entre otros, sin embargo, este proyecto de ley fue rechazado (Espinoza, 2022), dejando la educación sexual todavía incompleta en los establecimientos educativos chilenos.

No es menor que exista esta carencia educativa, puesto que conlleva a situaciones de vulnerabilidad como el abuso, el embarazo no planificado, el maltrato, la violencia, todos estos afectando mucho más al género femenino, así como también conlleva a no poder llevar a cabo una vida sexual sana y protegida al desconocer sobre las infecciones de transmisión sexual por ejemplo, o como también por sufrir discriminaciones por la orientación sexual o identidad de género (Agrupación Ginecólogas Chile, 2022).

Cabe añadir que actualmente en Chile no existe un reconocimiento normativo a los derechos sexuales y reproductivos, no se reconoce la libertad de vivir una vida sexual satisfactoria y sin riesgos, ni tampoco poder ejercer plenamente la sexualidad sin discriminación, violencia o coerción (López y Pérez, 2020). Al haber una carencia de políticas públicas en el país, conlleva a que dentro de los establecimientos

educativos no se aplique una educación sexual de la forma adecuada, que tampoco es completa, ni desde una edad adecuada, por lo que en la sociedad hay un desconocimiento y descuido sobre la sexualidad y el bienestar sexual.

La carencia de educación sexual no es menor y afecta a todas las personas a poder llevar una vida sexual sana y consciente y a la vez educarse y aprender sobre su propia sexualidad y cuerpo.

INTRODUCCIÓN

Ante esta carencia de educación sexual en Chile, las personas suelen usar internet como su principal fuente de información para aprender sobre educación sexual.

Específicamente adolescentes y jóvenes, quienes según una encuesta realizada por el Instituto Nacional de la Juventud, se menciona que un 71% usa internet como su primera fuente para buscar información sobre educación sexual (Agenda País, 2019). Es más, se estima que a los 13 años de edad, ya hay un 79% de niñas y niños que ya cuentan con teléfono móvil propio en funcionamiento y uso (Mineduc, 2019). Siendo así, a los 13 años de edad en adelante ya hay un uso muy marcado de internet como la fuente principal de enseñanza sobre sexualidad.

El problema está en que internet, entendiéndolo como páginas web, aplicaciones y redes sociales, generalmente no son la mejor manera de educarse sobre algo tan delicado e importante como lo es la se-

xualidad y el propio cuerpo, sobre todo en la adolescencia la cual es una etapa crítica y fundamental de la vida, en la cual empiezan a aplicar todos sus (des)conocimientos sobre educación sexual.

Al influenciarse por internet se pierde por ejemplo el espacio del conocimiento propio, de auto-explorarse, auto-descubrirse, aprender de uno mismo y no desde algo externo a uno, como internet, que son puntos claves en la adolescencia para el buen desarrollo personal.

Como menciona Unicef (2021), es un tiempo de transformación y de enorme vulnerabilidad, donde tienen cambios importantes en su rutina o en su cuerpo a nivel fisiológico. Siendo así, **el problema está en que en esta etapa de vulnerabilidad y proceso clave en la vida, a causa de la carencia de educación sexual en los establecimientos educativos, los adolescentes basan su vida sexual, su bienestar sexual y propio en la educación sexual aprendi-**

da desde internet, dejando de lado temas importantes como el autoconocimiento, entre otros.

2 MARCO TEÓRICO

EDUCACIÓN SEXUAL ESCOLAR

IDEAL

Se suele relacionar la educación sexual a las “relaciones sexuales” y “la intimidad entre dos personas”, según una encuesta personal realizada a través de Google Forms (<https://docs.google.com/forms/>).

Sin embargo, la educación sexual abarca mucho más que esto, como menciona Unfpa en 2021, se abarca la igualdad de género, la autonomía corporal, la diversidad, derechos humanos, la violencia sexual, las relaciones sexoafectivas, la orientación sexual, el autoconocimiento y en todo reconoce las necesidades particulares de las personas como por ejemplo en las discapacidades o personas que viven con VIH. Estos son solo algunas de las temáticas que se abordan, pero hay aún más temas y subtemas que la conforman.

La educación sexual, al igual que las demás asignaturas dentro de la educación, se debe enseñar de manera constante y progresiva en el tiempo, integrando la información apropiada según la edad de

los alumnos (Unfpa, 2021). Clara Cortés (comunicación personal, 2022), psicóloga diplomada en sexualidad humana, menciona que el ideal es empezar a enseñarlo desde los 5 años de edad, y desde ese entonces ya aplicar una educación sexual continua durante los años escolares.

“La educación sexual integral (ESI) es un proceso que cuenta con un plan de estudios para dar a conocer los aspectos cognitivos, emocionales, físicos y sociales de la sexualidad. Su finalidad es dotar a los niños y los adolescentes de conocimientos, aptitudes, actitudes y valores que les permitan disfrutar de salud, bienestar y dignidad, establecer relaciones sociales y sexuales respetuosas, ser conscientes de la manera en que sus elecciones afectan a su propio bienestar y al de otras personas, y conocer sus derechos y velar por su protección durante toda su vida”.

(OMS, 2019).

“Existe evidencia científica clara que indica que los programas de educación sexual integral, que incluyen información no sólo sobre abstinencia sino también sobre el sexo más seguro o cómo protegerse de ITS/VIH, así como la equidad de género, los derechos y los planes de vida, tienden a llevar a las y los jóvenes a posponer la iniciación sexual, reducir el número de parejas sexuales y aumentar el uso de anti-conceptivos”.

(Grunseit et Al, 2014).

Del Río (2021), menciona que un estudio publicado por el Departamento por los derechos de la ciudadanía de la Unión Europea en 2013, afirma que la educación sexual más efectiva y de mayor calidad dentro de los establecimientos educativos es en los programas aplicados en Países Bajos.

En 2012, Países Bajos modifican sus leyes incorporando dentro de su programa educativo la educación sexual dentro de los objetivos centrales de aprendizaje; esta se imparte tanto en la educación primaria como en la secundaria con un enfoque progresivo, incorporando dentro del programa no solo sobre sexualidad sino que también sobre relaciones afectivas, autonomía del cuerpo, intimidad, identidad de género, diversidad sexual, entre otros (Cifuentes, 2020).

Como los niños y jóvenes reciben constantemente estímulos del entorno como por ejemplo desde internet, los programas

aplicados dentro de los establecimientos educativos de Países bajos tienen como objetivo contrarrestar estos estímulos enseñándoles una imagen realista, proporcionándoles educación e información adecuada sobre educación sexual (Nueva Región, 2010).

Los resultados de los programas aplicados, a través de investigaciones se demuestra que los jóvenes en Países Bajos adoptan un comportamiento sexual más maduro, hay un mayor cuidado hacia las enfermedades de transmisión sexual, hay una mayor inclusividad hacia las diversidades sexuales, hablar sobre la sexualidad no es un tema tabú, las mujeres disfrutan más de las relaciones sexuales en comparación a otros países, entre otros resultados positivos (Cifuentes, 2020).

Lang Leve de Liefde

WAT IS LANG LEVE DE LIEFDE LESGEVEN IN DE LIEFDE NIEUWS CONTACT [BESTELLEN](#) [EN](#)

[Voortgezet Onderwijs](#) [Voortgezet Speciaal Onderwijs](#) [MBO](#) [DOCENT](#)

THE SIX LESSONS

- 

What's happening to you?

This lesson is about puberty, falling in love, discovering your sexual identity and the influence of parents and friends on beginning a relationship.
- 

What are you ready for?

This lesson is about chatting up and going out with someone, breaking up with them and a broken heart, making choices in relationships and types of intimate physical contact.
- 

Where do you draw the line?

This lesson is about discovering what you want and where you draw the line, finding out how the other person feels about that, talking about what you do and don't want, using the internet safely, undesirable experiences and groomers.
- 

How do you make sex special?

This lesson is about the first time, how to have sex when you are ready, safely and enjoyably, coping with problems with sex and getting help with your questions and problems.
- 

Safe sex: What's that?

This lesson is about preventing pregnancy, preventing STIs, safe and unsafe sexual behaviour and what to do after unsafe sex.
- 

Safe sex: How do you do it?

This lesson is about preparing for safe condom use, preparing for contraceptive use, choosing contraception, using condoms, talking about contraceptives and condoms, and coping with resistance to condom use.

Pantallazo de la página web del programa Long Live Love

El programa Long Live Love (LLL) es uno de los programas educativos sobre educación sexual aplicados en los establecimientos educativos de Países Bajos. En su página web muestra algunas de las lecciones en las cuales se basa este programa, dirigido específicamente a estudiantes de secundaria.

REALIDAD CHILENA

En Chile no se enseña educación sexual desde la infancia, tampoco es progresiva durante toda la etapa escolar, y además es incompleta ya que no suelen enseñarse todos los contenidos que comprende.

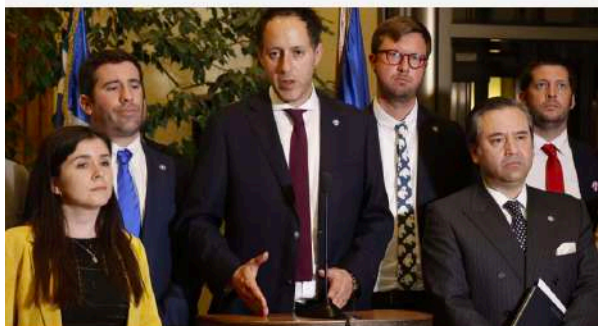
Según la Ley N°20.418 (2010), la educación sexual se enseña obligatoriamente solo en Enseñanza Media, y esto incluye enseñanza sobre regulación de la fertilidad solamente. Vale decir, por ley la única educación sexual obligatoria que se imparte en establecimientos educativos es sobre el embarazo y los métodos anticonceptivos, y esta se enseña recién desde los 14 años en adelante. Si bien son temas relevantes e importantes de enseñar, no basta con enseñar solo esto y tampoco solo durante la media.

En estos últimos años se ha buscado modificar esta ley, de manera que se aplique materia de educación sexual desde 5° básico y que incorpore también temáticas sobre las infecciones de transmisión sexual

y abuso (Mineduc, 2019), sin embargo a día de hoy esta ley sigue sin ser modificada, dejando legalmente la educación sexual muy incompleta.

A pesar de que en las políticas públicas del país hay una intención de querer cambiar y mejorar la educación sexual, a la vez no se están aplicando estrategias suficientes ni efectivas (González et Al, 2015) para resolver esta carencia.

Nacional Mundo Tendencias Calidad de vida



Nacional

22 de Mayo de 2023

Diputado republicano presenta proyecto para impedir "acceso a las salas de clases a 'expertos sexuales'"

Por Meganoticias



Pantallazo tomado a artículo de Meganoticias.



La educación en la cuenta pública: un sector que perdió protagonismo

Roberto Gálvez

1 JUN 2023 09:02 PM



Gabriel Boric en la Cuenta pública

En público y en privado, incluso dentro del propio Mineduc, distintos actores del ámbito

Pantallazo tomado a artículo de La Tercera.

DERECHOS HUMANOS NACIONAL POLÍTICA

Diputada Camila Rojas: "La falta de una política pública en materia de educación sexual tiene efectos negativos en la sociedad"

La parlamentaria analizó el debate homofóbico que se dio en la discusión de la AC contra el ministro Ávila y la necesidad de avanzar en una educación sexual integral obligatoria para prevenir efectos nocivos como la violencia o abuso sexual.

Osciel Meza Plaza Domingo 16 de julio 2023 18:34 hrs.



Compartir en



La diputada del Partido Comunes, Camila Rojas, lamentó que la discusión que se dio en el contexto de la Acusación Constitucional contra el ministro de Educación, Marco Antonio Ávila, haya derivado a posiciones abiertamente homofóbicas, lo que dejó en evidencia la necesidad de avanzar hacia una política pública de educación

Pantallazo tomado a artículo de Diario UChile.

En una encuesta personal realizada a través de Google Forms (<https://docs.google.com/forms/>), se les preguntó a adolescentes cómo consideran que es en general la enseñanza de educación sexual en su establecimiento educacional, a lo que un 48,6% mencionó que la consideran “mala” o “muy mala” y además un 11,4% considera que no tuvo educación sexual en su establecimiento educacional.

Un ejemplo de la falta de educación sexual en el país se ve reflejada en el aumento de las infecciones de transmisión sexual (ITS). Se determina que en esta última década ha habido un aumento del 63% cada año en la cantidad de personas contagiadas de VIH, dentro de los cuales la gran mayoría son personas jóvenes entre 15 y 29 años (Agenda País, 2022).

Las ITS más recurrentes son la sífilis en un primer lugar, representando el 50% del total de los contagios de ITS, luego procede el VIH con un 30% y gonorrea un 15%, según menciona Aliaga (2022), quien ade-

más destaca que para prevenir todo esto es clave aplicar una educación sexual temprana y llevar a cabo una sexualidad responsable. Astaburuaga (2022) menciona que “mientras más informada y educada esté la población, mayor conciencia van a tomar de las precauciones” (párr. 15).

Recientemente la fundación Tremendas realizó la Consulta nacional de las niñas, una encuesta dirigida a todas las mujeres del país entre los 12 a 25 años (<https://tremendas.org/consultanacional/>). Dentro de los resultados obtenidos, se destaca que 9 de 10 niñas le da importancia máxima a querer recibir educación sexual no sexista dentro de las salas de clases (León, 2023). Al día de hoy existen miles de demandas que vienen de hace años por parte de las niñas contra el sexismo presente en las aulas (Sereno y Henríquez, 2022), sin embargo, aún no se le ha da una solución a esto. La brecha de género existente en materia de educación sexual perjudica a las mujeres poder disfrutar de su

“Y es que hoy la vulva es una parte de la anatomía de la mujer que está invisibilizada. Llena de eufemismos y marcada por comentarios negativos, además, es erróneamente confundida con la vagina y muchas mujeres sufren las críticas de la sociedad basándose en estereotipos normalizados por la industria de la moda, medios e incluso el porno”.

(Bulb, 2023).

sexualidad por ejemplo, sobre el orgasmo, el clítoris, y el placer femenino, que han sido temas poco dialogados, ignorados e incluso han sido censurados históricamente (Gómez et Al., 2022).

No es menor mencionar que la carencia de educación sexual existente conlleva a situaciones de vulnerabilidad específicamente hacia la mujer. La desinformación, la tergiversación de conceptos, la violencia que hay hacia la mujer (Rodríguez, 2023), son parte de una educación sexual incompleta, sexista y sin perspectiva de género que al final son ellas las principales afectadas, de no poder tener un buen bienestar propio y sexual.

Cabe añadir que “es necesario comprender que las transformaciones profundas no se logran sin educación” (Sereno y Henríquez, 2022); la brecha de género en la educación sexual y sus consecuencias no va a cambiar radicalmente si no hay un cambio en la educación que se entrega.



elmostrador



4 abril, 2023

Al menos 50 alumnos serían investigados por caso de abuso sexual masivo en Colegio San Ignacio El Bosque

Por: El Mostrador Braga

Los casos de abusos ya están siendo investigados por la Fiscalía Oriente, así como también desde el Mineduc informaron que la Superintendencia de Educación iniciará una fiscalización al

Pantallazo de artículo de el Mostrador

IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN SEXUAL ESCOLAR

Es importante que la educación sexual se enseñe dentro de establecimientos educativos, con personas formadas en esta materia. No está mal que la educación sexual parta en casa, ya que hay valores que se pueden enseñar dentro del hogar tales como el respeto y la empatía (Efe, 2020), pero esta se debe continuar y reforzar con profesionales capacitados.

Esto ya que no todos los padres y madres están capacitados para enseñar correctamente sobre educación sexual, además que puede haber diferencias en las creencias ya sea en cuanto a religión, valores o cultura que limitan una correcta enseñanza, como también a la vez hay padres que tienen ignorancia sobre esta materia (Coultts y Morales, 1931). Además, los padres no suelen hablarles de sexualidad directamente si no que lo hacen en momentos específicos dados por los cambios hormonales, como por ejemplo con la llegada de la menstruación, y a la vez la información que les entregan a sus hijos no necesaria-

mente es la adecuada a las necesidades que tienen, por lo que estos suelen recurrir a internet para buscar más información (Núñez, 2012).

Por otra parte, no es menor mencionar que en el primer informe de abuso sexual en niñas, niños y adolescentes en Chile realizado por el Sename en 2014, se señala que un 62% de los casos de abuso sexual hacia menores de edad fueron realizados dentro del hogar, por personas del núcleo familiar o cercano.

Se le suma que las principales víctimas son mujeres; las atenciones en el Servicio médico legal por casos de abusos a menores, un 78,5% corresponde a mujeres, mientras que 21,5% corresponde a víctimas masculinas (Quevedo, 2016).

Siendo así, se destaca la importancia de que la educación sexual debe ser enseñada dentro de los establecimientos educativos y no solamente por los padres, ya

que es una forma de que los niños puedan por ejemplo identificar abusos y prácticas violentas dentro de sus hogares (Braga, 2023).

Al final, la educación sexual va mucho más allá de enseñar sobre el embarazo o los métodos anticonceptivos, como se establece la educación chilena hoy en día, que estas dos son temáticas que abarcan más que nada sobre como la mujer debe protegerse y cuidarse ante los hombres. Es urgente educar de manera adecuada todos los conocimientos, sobre afectividad, autoconocimiento, violencia de género y todo desde un punto de vista no sexista, formando desde la infancia personas conscientes y empáticas sobre el bienestar y vida sexual propia y ajena.

Como Unfpa (2021) menciona, la educación sexual es la forma correcta para aprender sobre autoestima, para tomar decisiones responsables, establecer límites personales, tener un comportamiento respetuoso, tener una comunicación clara y para estar preparado para la vida. Es fundamental y urgente hacer cambios en la educación sexual que los estudiantes reciben, que sea acorde a la realidad nacional.

LA ADOLESCENCIA: ETAPA FUNDAMENTAL

HITOS

La adolescencia, entendiéndose entre los 10 y 19 años (Malagón, 2019), es una etapa de cambios importantes a nivel corporal, fisiológico y hormonal. A modo de ejemplo, crece el vello en las axilas y en la zona genital, sale acné, la voz cambia, el cuerpo crece más rápido (Allen et Al, 2019), es la llegada de la menstruación en las mujeres, que como menciona Morales (2019) en Chile a los 12 años es la edad promedio de la primera menstruación.

Por otra parte, en la adolescencia usualmente se presentan las primeras relaciones de pareja, que vendría siendo la primera vez poniendo a prueba y experimentando sobre la educación sexual, específicamente sobre la responsabilidad afectiva, el respeto hacia la pareja, establecer límites, entre otros (Fernández, 2022). Es un momento donde también se suele dar inicio a la vida sexual; surge el deseo sexual, que vendría siendo a los 11 años para los hombres y a los 12 años para las mujeres (Infosalus, 2019). Junto con esto, el inicio de la actividad sexual, que en Chile es a los 15,5 años en las mujeres, y a los 15,2 años en los hombres (Molina et al., 2022).

La masturbación también no es menor mencionarla, que en los hombres se empieza a realizar en promedio a los 13,5 años y en las mujeres a los 16,2 años (Maldita, 2023). Es importante mencionar las diferencias de edad según el género en cuanto a la masturbación, que las muje-

res suelen empezar a una edad más tardía en comparación que los hombres, simplemente porque la masturbación femenina es un tema tabú en la sociedad, es algo poco hablado aún, muy poco normalizado y está desinformado (Belhouchat, 2020). Pasa por una parte que las mujeres desconocen la masturbación o no la realizan por decisión propia, pero por otra parte quienes si lo hacen, no siempre se atreven a admitirlo a causa de lo poco normalizado que es (Ventas, 2015).

Esta brecha de género en la educación sexual mencionada afecta en cuanto a la masturbación, la cual es diferenciada y juzgada socialmente según el género. Y no es solo en cuanto a la masturbación, las mujeres en general han sido criadas con una sexualidad más reprimida y restringida desde las infancias (Espinoza, 2021), y **que en la etapa de la adolescencia empieza a ser más notorias estas diferencias en el género.**

ETAPA CRÍTICA

La etapa de la adolescencia se caracteriza por ser una etapa de cambios, pero a la vez una etapa de desconocimiento que, al no recibir educación sexual adecuada, los adolescentes se encuentran en un momento de vulnerabilidad expuestos a distintas amenazas para su bienestar (Oliveira et Al., 2017).

En la adolescencia los cuerpos cambian, pero no todos cambian al mismo tiempo ni de igual forma. El problema es que los adolescentes tienden a compararse y a buscar cumplir una imagen corporal adecuada según los estereotipos, generándoles inseguridades y problemas de autoestima (Rull, 2023). Se critican a sí mismos y adoptan una percepción negativa de sí (Morin, 2023), resultándoles difícil aceptar los cambios corporales de la adolescencia.

Clara Cortés (comunicación personal, 2023), psicóloga diplomada en sexualidad humana menciona que estos cambios cor-

porales en las mujeres se suelen sexualizar; el crecimiento de los pechos o que se ensancha la cadera son cambios corporales normales en la adolescencia pero que la sociedad los ha sexualizado. El patrón de hipersexualizar a las mujeres, ha hecho que las adolescentes piensen que deben ser atractivas, flacas y cumplir con ciertos parámetros para que sean bien aceptadas (Serrano, 2015), afectándoles negativamente en su autoestima, sintiéndose desvalorizadas, inseguras y con una percepción negativa de sí mismas (Rull, 2023).

La educación sexual en este sentido hace un rol clave de que busca desarticular estereotipos (Abd, 2021), fortaleciendo el autoconocimiento como una forma de corregir las concepciones erróneas que tienen de sus propios cuerpos (Morin, 2023), y promoviendo la autoestima, el autocuidado y una buena relación consigo mismo.

“Me sentía mal porque no sabía que ocurría conmigo y no sabía a quien consultarlo porque sentía vergüenza ”.

“Siempre me acomplejaba por todo”.

“No entendía todo lo que me pasaba”.

“Me sentía muy vulnerada. Ignorante y con miedo por no saber cómo lidiar con mis cambios corporales ”.

“Dudas de mi cuerpo, el no querer aceptarme o pensar que había algo mal en mí”

Respuestas anónimas a una encuesta personal realizada.

La pregunta era: ¿Cómo sientes que fue el inicio de tu etapa de adolescencia a nivel personal?.

Por otra parte, el inicio de la sexualidad también es un cambio muy importante en la etapa de la adolescencia.

Las relaciones sexuales no solo son sobre el coito; es sobre priorizar las emociones, la afectividad, los cuidados, los sentimientos, la seguridad personal y también conocerse a uno mismo antes de estar con alguien más (Clara Cortés, comunicación personal, 2023).

El autoconocimiento en la sexualidad también tiene un valor importante, ya que permite comunicar lo que se quiere hacer y lo que no (Villarroel, 2022). Es poner en práctica la educación sexual desde un punto de vista de la moral y ética, basándose en la comunicación, el razonamiento y el respeto (Calero et Al, 2015).

En la sexualidad se compromete el cuerpo y la salud personal (Graciano, 2022), es una instancia de vulnerabilidad al estar desnudo frente a otra persona, por lo que

se debe hacer bien, si no puede generar problemas de autoestima, inseguridad, traumas, e incluso retraerse de la sexualidad (Clara Cortés, comunicación personal, 2022).

Tanto los cambios corporales como el inicio de la sexualidad son momentos críticos donde los adolescentes pueden estar en una situación de vulnerabilidad al no tener una buena educación sexual para afrontar estas instancias. Es un momento donde se definen valores, y se definen las propias bases para el desarrollo individual y social (Menéndez et Al., 2008). Siendo así, la educación sexual toma un rol muy importante, puesto que les entrega a los adolescentes los conocimientos, actitudes y valores para tomar decisiones sobre sus relaciones sociales, personales y sexuales, como también para tomar decisiones sobre el bienestar sexual propio y ajeno (UNESCO, 2021).

Sin embargo, considerando la carencia de

educación sexual en los establecimientos educativos en Chile, los adolescentes están desinformados en esta materia, quedando en una situación de vulnerabilidad, incertidumbre y desconocimiento.

INTERNET Y REDES SOCIALES

PREFERENCIAS

La carencia de educación sexual dentro de los establecimientos educacionales conlleva a que los adolescentes no están informados al respecto, por lo que suelen buscar información en específico para aprender e informarse sobre educación sexual, fuera de las salas de clases.

Existen diversos medios para informarse sobre sexualidad, pero el principal recurso que se utiliza sobre todo en la adolescencia es informarse a través de internet y las redes sociales.

En internet se encuentran recursos como blogs, artículos y páginas web con distintos tipos de contenidos. En las redes sociales se hace referencia a plataformas tales como Instagram, Tik Tok, Youtube y otras aplicaciones de celular.

En una encuesta personal realizada a través de Google Forms (<https://docs.google.com/forms/>), se les preguntó a adolescentes sobre donde suelen recurrir para

resolver sus preguntas más íntimas sobre la sexualidad, a lo cual un 63% menciona que internet es su prioridad para informarse.

Dentro de las características que tienen internet y las redes sociales para buscar información relacionada a la educación sexual es la rapidez, facilidad, y la inmediatez que estas proporcionan. Tienen mucha información para indagar, contienen información útil y da cierto anonimato (Univerisia, 2014). Internet proporciona el acceso a una diversidad de contenidos, siendo una fuente importante de referencia y de uso habitual para los adolescentes (Mayer, 2011).

Hoy en día básicamente casi todo el mundo tiene acceso a esta herramienta. Sin embargo, que los adolescentes usen internet y redes sociales como el principal método para aprender sobre educación sexual, puede ser tanto un aporte como un inconveniente.

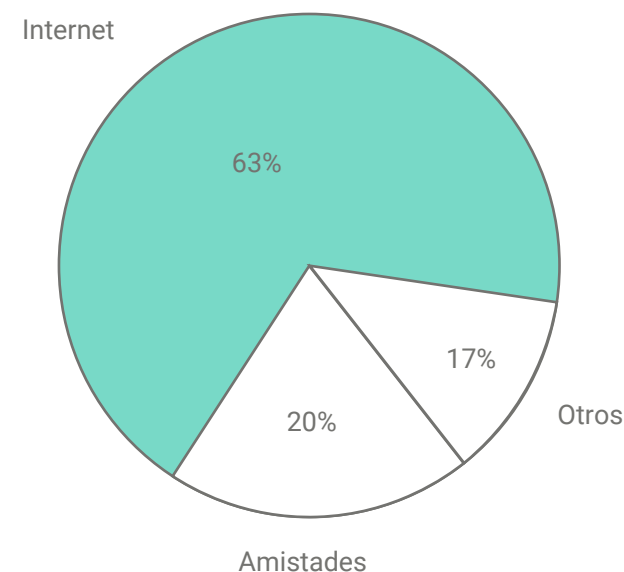
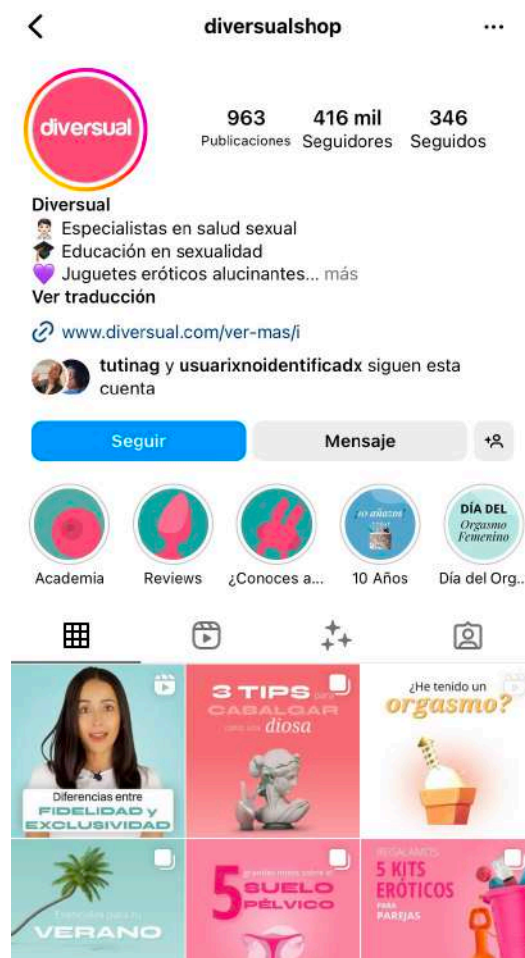


Gráfico resultado de encuesta personal realizada, sobre las prioridades para informarse sobre preguntas íntimas. Elaboración propia

APORTE

Internet y las redes sociales pueden llegar a ser buenas herramientas para aprender sobre educación sexual. Hay recursos que están creados por profesionales por lo que abarcan contenidos informativos, que son un aporte a la educación sexual.

En el caso de las redes sociales, se crean perfiles públicos para compartir información correcta y oportuna sobre educación sexual de manera atractiva visualmente, como por ejemplo desde Instagram (Zhapá y Bravo, 2021). Este formato, o también a través de Tik Tok y otras aplicaciones, permiten a los usuarios interactuar con grupos de iguales, haciendo parte de una comunidad, sintiéndose acompañados (Fernández, 2018). Y por su parte, internet da el espacio de poder indagar en la cantidad de sitios que hay de distinta índole sobre materia de sexualidad (Rivas et Al, 2014).



Cuenta de Instagram de Diversualshop

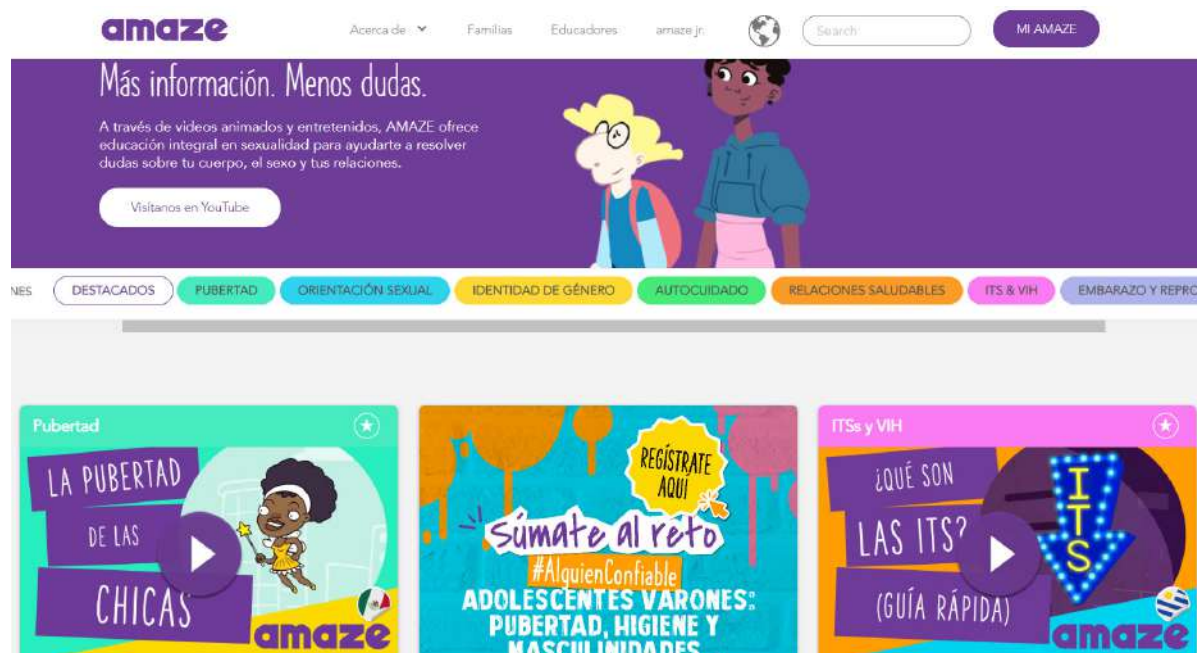
Se han creado plataformas virtuales de carácter educativo sobre la educación sexual. A modo de ejemplo se creó Amaze (<https://amaze.org/es/>), una página web y también canal de YouTube donde a través de videos animados busca enseñar sobre educación sexual a adolescentes, enseñándoles sobre temas relacionados a la orientación sexual, las ITS, la pubertad, entre otros enfocados en la sexualidad en la etapa de adolescencia. Este es de origen estadounidense, pero se ha expandido a nivel mundial e incluso incorpora algunos contenidos en diversos idiomas con el fin de que personas de todo el mundo puedan acceder a la información.

Por otra parte, también se elaboró “la primera plataforma de educación sexoafectiva explícita” (Panadero, 2019), creada por Naomi Casquet y Roberto Garcés en 2019. Es una escuela digital de origen español, llamada Santa Mandanga (<https://www.santamandanga.com/>), donde se encuentran cursos, ejercicios, actividades

o tutoriales online donde abordan temáticas para explorar y vivir la sexualidad desde una perspectiva feminista e inclusiva, dirigido a todas las personas mayores de edad. Ambas plataformas mencionadas buscan exclusivamente fomentar la educación sexual promoviendo una enseñanza correcta y completa, que abarque una gran cantidad de temáticas dentro de lo que es la sexualidad.

También existen páginas web tal como Mayo Clinic (<https://www.mayoclinic.org/es-es>), una clínica de Estados Unidos, que dentro de su página se puede buscar sobre casos puntuales sobre educación sexual, y esta entrega información desde un punto de vista médico.

Recursos dentro de internet como aquellos mencionados son positivos, promoviendo buena información y educación sexual, que sí aportan al bienestar de las personas.



Pantallazo de la página web Amaze



Pantallazo de la página web Santa Mandanga

MALA INFLUENCIA

Internet y las redes sociales no cuentan solamente con este tipo de plataformas bienintencionadas donde la información que proporcionan son un aporte positivo, sino que también se encuentran fácilmente fuentes que no son tan fiables ni aportan tampoco al bienestar de los adolescentes. Si bien encuentran contenido muy útil, a la vez internet es una puerta de entrada a contenido no adecuado (Univerisia, 2014). Un caso recurrente, es la pornografía, la cual es fácilmente accesible para todas las personas. La industria pornográfica afecta de manera negativa a quienes la ven, en el sentido de que es una mala influencia y malenseña como son las relaciones sexuales (Clara Cortés, comunicación personal, 2022). Está demostrado que los adolescentes que ven pornografía tienen mayores consecuencias negativas en su vida sexual, en sus relaciones personales y en su bienestar, y a la vez específicamente los hombres tienen una mayor tendencia a adoptar conductas agresivas o violentas hacia la mujer (Mestre y Chi-

clana, 2021). La pornografía es una clara muestra de una mala educación sexual, puesto que normaliza la hipersexualización, violencia sexual y el abuso sexual hacia la mujer, donde no se le da la importancia al consentimiento ni a la afectividad (López, 2021). Los adolescentes al estar en una etapa de desconocimiento, se pueden influenciar muy fácilmente con este tipo de recurso.

Así como es el caso de la pornografía también pasa con muchas páginas webs, blogs, Youtube, redes sociales como Instagram, Tik Tok, donde la información no necesariamente es verídica. Cabe añadir que el hecho de que tengan celular propio implica que pueden ingresar a la información que quieran fácilmente, lo cual es un gran riesgo ya que los menores van accediendo a internet en una edad más temprana cada vez (Agenda País, 2022), por lo que la mala influencia del internet en cuanto a la educación sexual se va aprendiendo de forma cada vez más anticipada.

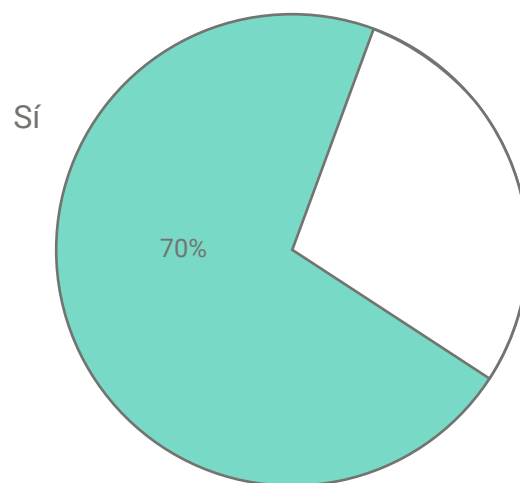


Diagrama de resultados de una encuesta personal, se les preguntó a jóvenes: ¿Crees que en general las redes sociales nos influncian de manera negativa sobre el cuerpo? Un 70% encontró que las redes sociales son una mala influencia para el cuerpo

Por otra parte, las redes sociales llegan a ser una mala influencia en adolescentes ya que en las redes sociales se suele mostrar la mejor versión de uno constantemente. Esto repercute negativamente por ejemplo en la autoestima, la forma de verse a sí mismos, la búsqueda de constante aprobación externa que pueden conllevar a la autocrítica, la inseguridad y ansiedad (Moreno, 2021), afectando al bienestar de los adolescentes. Magdalena Labrín (comunicación personal, 2023), estudiante de obstetricia y puericultura, menciona que es muy recurrente que los adolescentes se comparen con cuerpos que aparecen en las redes sociales, afectando en la percepción que se tienen de sí mismos, sobre todo en las mujeres.

El uso constante de internet y redes sociales puede ser problemático afectando en el bienestar del adolescente al acceder a páginas inadecuadas, a contenido no fiable, como también puede mal influenciar y provocar el seguimiento de ciertas ideologías insanas (Mató, 2021). Al usarlos tanto como fuente principal, Clara Cortés (comunicación personal, 2022) menciona que puede suceder que los adolescentes idealizan todo lo que leen, compararse con lo que internet y las redes sociales les muestran, lo cual puede causar problemas en la persona en su autoestima o bienestar propio.

La educación sexual es un punto clave cuando se refiere a internet y a las redes sociales. Por una parte, porque es una manera de prevenir mala influencia, ya que al tener conocimientos sobre educación sexual se logra reflexionar sobre el tipo de información que se está mostrando, distinguiendo la realidad con lo que se muestra en estos medios (Nueva Región, 2010). Pero, por otra parte, la carencia de la educación sexual

pone en riesgo el bienestar de los adolescentes, al mal influenciarse y mal informarse sobre esta materia. Si bien hay contenidos educativos sobre educación sexual en las redes sociales e internet, también hay una gran cantidad de contenido no verídico el cual es muy fácil de acceder, siendo un gran inconveniente para el bienestar sexual y propio del adolescente.

EDUCACIÓN SEXUAL Y AUTOCONOCIMIENTO

DEFINICION

La palabra autoconocimiento significa el “conocimiento que tiene una persona de sí misma referido a su manera de ser” (Universidad de Murcia, s.f.). Llevando el autoconocimiento dentro de la educación sexual, es el conocimiento que tenemos de nuestro cuerpo y también del funcionamiento de nuestro propio placer (Robles, 2023). Vale decir lo que sabemos de nuestro propio cuerpo, nuestro sexo, la percepción que tenemos de uno, la autoestima, entre otros que implican tener un bienestar con la sexualidad propia (Nur, 2019).

A modo de ejemplo, vendría siendo conocer los gustos personales, placeres, los límites, como también conocer la propia anatomía, fisiología, explorarse a uno mismo, observarse y tocarse. Clara Cortés (comunicación personal, 2023), menciona que es importante conocerse desde el cariño, desde el consentimiento, el afecto.

El autoconocimiento es un tema que no se enseña en el contexto de educación sexual

dentro los establecimientos educativos en Chile. Sin embargo, es importante aplicarlo; es una cualidad importante a desarrollar, ya que ayuda a reconocer las cosas positivas y negativas de uno y trabajarlas desde el conocimiento, fortaleciendo el bienestar personal (Morin, 2023).

Para poder ejercitar el autoconocimiento, es necesario darse espacios de intimidad personal, donde se potencia el autoexplorarse y autodescubrirse como forma de acercarse y conocerse más a uno mismo, tanto a nivel del cuerpo como de la sexualidad.

“El autoconocimiento es la capacidad de conocerse y valorarse a sí mismo. Ello implica la habilidad de poner atención al propio mundo interno, comprender sus emociones y el impacto que tienen las mismas sobre las experiencia y comportamiento”.

(Psiconecta, 2022).

“Explicación de anatomía y auto descubrimiento”.

“Aprender sobre el cuerpo, la reproducción y como funciona. Y sobre todo aprender sobre los cuidados que debemos darle a nuestro cuerpo”.

“Exploración sobre nuestros cuerpos”.

“Aprender sobre los cuidados que debemos darle a nuestro cuerpo”.

“Descubrir que cosas nos gustan y que no”.

“Conocerse a una misma”

Respuestas anónimas a una encuesta personal realizada.

La pregunta era: ¿Cómo entiendes el autoconocimiento en el ámbito de la educación sexual?

CONOCER EL CUERPO

En la etapa de la adolescencia, con los cambios corporales incontrolables hay una necesidad y urgencia de reconstruir la nueva imagen corporal que surge (Lasa, 2003). Con la carencia del autoconocimiento, los adolescentes tienden a cuestionarse su apariencia física lo que les genera inseguridades (Saís, s.f.), y también problemas en la autoestima (Rull, 2023).

“Me sentía muy vulnerada, ignorante y con miedo por no saber como lidiar con mis cambios corporales. La poca e inexistente educación sexual me hizo tener muchas dudas de mi cuerpo, el no querer aceptarme o pensar que había algo mal en mí”

Respuesta anónima a una encuesta personal realizada.
La pregunta era: ¿Cómo te sentías contigo misma con los cambios corporales de la pubertad?

Es importante dar a conocer que los cambios corporales son distintos y a tiempos variados, por lo que la clave está en entender y aceptar los cambios propios y no basarse en los ajenos (Bulb, 2023).

Cabe añadir que, para ser conscientes de las virtudes y cualidades propias, no se debe comparar con otras personas puesto que lo dificulta (Morin, 2023). El tema de la comparación y visión crítica del propio cuerpo surge más en las mujeres, donde la carencia del autoconocimiento les afecta más en cómo se sienten respecto a su físico (Anda, 2023), en parte a causa de la sociedad donde las mujeres son hipersexualizadas y tratadas desde esta perspectiva.

El autoconocimiento entrega las herramientas para aprender de uno mismo y evitar compararse; es una manera de hacer una introspección de sí mismo y que a la vez mientras más hay autoconocimiento, más hay aceptación a uno (Villarroel, 2022).

No es menor mencionar la carencia que existe de aceptación y autoestima en las mujeres sobre su vulva. Debido a los estereotipos y la influencia de medios tales como la pornografía, las mujeres dudan sobre la estética de su vulva, pensando que no son suficientemente atractivas (Pérez, 2022). Siendo así, hay adolescentes que deciden operarla realizando una labioplastia, una cirugía estética en los labios vaginales (BBC Mundo, 2018).

Es importante que se aplique un autoconocimiento en los adolescentes ya que les afecta directamente en su bienestar y su apreciación a sí mismos. De hecho, el autoconocimiento es una forma de empoderarse, al tener una autoestima sana, tener sus propios valores sobre el cuerpo y sentirse bien con consigo mismo (González, 2020).

CUIDAR EL BIENESTAR SEXUAL Y PROPIO

El autoconocimiento, en términos de sexualidad, tiene que ver con los límites que se determinan según cada persona. Clara Cortés (comunicación personal, 2023) menciona que es importante conocer cuáles son los límites personales, de manera de ser consciente de cuando los límites están siendo transgredidos, y siendo así parar malas circunstancias, o en su defecto estos límites cuando son respetados ayudan a disfrutar circunstancias que son placenteras para uno.

Los límites personales se definen según lo emocional y lo físico (Therapist Aid, 2016), y para esto es necesario darse el tiempo de pensar en sí mismos y mirar desde el autoconocimiento. Es importante darse ese espacio y tiempo de definir los límites personales para poder comunicar mejor a otra persona cuales son las necesidades y deseos, que no necesariamente abarcan sobre las relaciones sexuales (Servían, 2023), sino que también se aplican para una buena comunicación en general.

El autoconocimiento promueve cuidar del bienestar sexual, y por ende también cuidar del bienestar propio. De hecho, el concepto de autoconocimiento proviene de los ámbitos de educación y salud (García, 1994). Este permite fortalecer los niveles de autonomía y responsabilidad ante uno mismo, como también es un método de preocupación activa por el bienestar propio (González y Arriagada, 1999). Es una forma de tomar más conciencia de uno.

DISEÑO EDITORIAL: LA REVISTA

Una de las características que tiene el diseño, es que se puede trabajar en conjunto con otras áreas, de manera interdisciplinaria.

El diseño trabajado desde la interdisciplina permite obtener nuevas herramientas de trabajo, como también mejorar la cercanía, entendimiento y comunicación con el usuario, logrando una mayor satisfacción de sus necesidades (García, 2020). Además, esto logra crear acciones colectivas y cooperativas potenciando cada disciplina, yendo más lejos de los límites de cada una (Nos, 2023).

Por su parte, el diseño editorial se refiere específicamente a diseñar, componer y maquetar publicaciones con el fin de transmitir información, como por ejemplo son las revistas (Lourdes, 2022). El diseño editorial en la interdisciplina es entonces una forma de comunicar a través del diseño, y entregar información variada potenciando las distintas disciplinas.

La revista tiene como particularidad que se publica de forma periódica, y mantiene al tanto al lector sobre novedades y temas de la actualidad (Porporatto, s.f.). Estas han sido una herramienta importante para divulgar información (Recio, 2008), desde un punto de vista del entretenimiento como para el ocio y tiempo libre (Porporatto, s.f.). En Chile, las revistas han jugado un rol importante en la sociedad, ya que históricamente ha sido una forma de influencia, moviendo masas y formando pertenencia (Astudillo, 2016).

Si bien los medios han cambiado pasando a una era digital, hasta el día de hoy la revista sigue teniendo su presencia, tanto en su formato impreso como también su adaptación a ser una revista digital. Pedro Álvarez (comunicación personal, 2023), diseñador, menciona que, si bien los tiempos han cambiado y las impresiones tienen un impacto menor a antes, de todas formas hay una resistencia revista impresa, las revistas siguen circulando en el merca-

do, pero ahora tienen una circulación más definida que antes, es más acotada en el sentido que tiene una difusión en específico para un público en específico.

Revista:

“Publicación periódica con textos e imágenes sobre varias materias, o sobre una especialmente”.

Real Academia Española.

3 FORMULACIÓN DEL PROYECTO

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

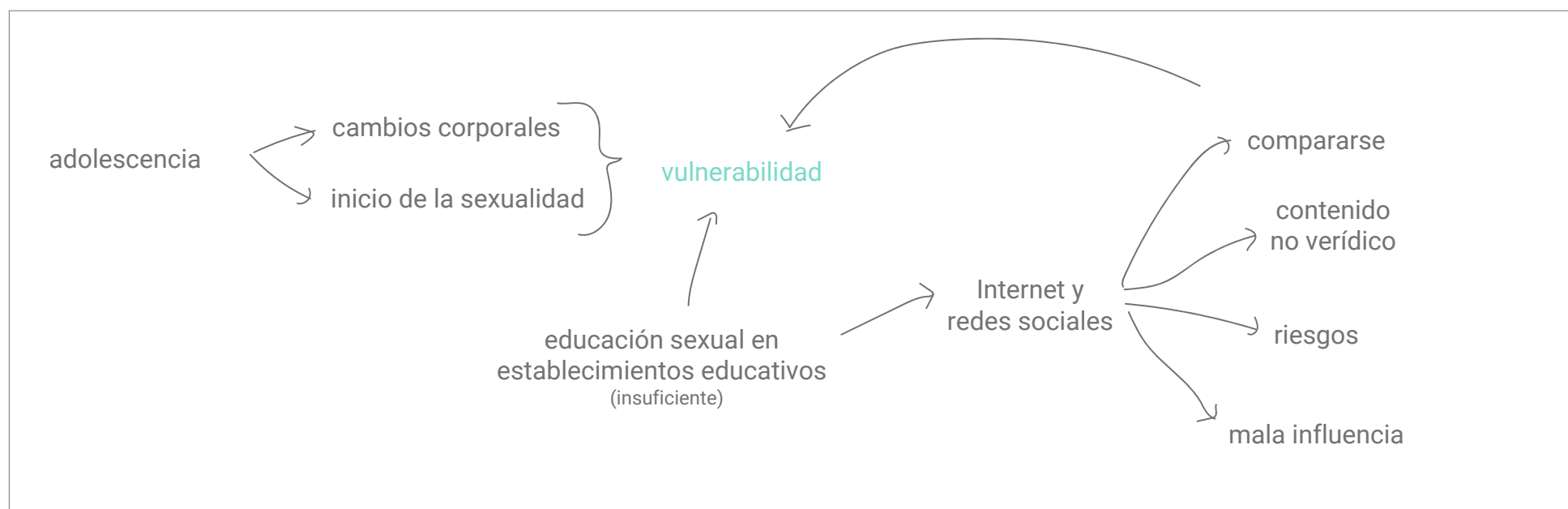
La carencia de la educación sexual en los establecimientos educativos afecta a los adolescentes quienes están viviendo una etapa de vulnerabilidad debido a los cambios en su cuerpo y también junto al inicio de la sexualidad, están en un momento de mucha desinformación y desconocimiento.

Al no tener acceso a educación sexual de calidad en las salas de clase, terminan por educarse desde internet como primera fuente, y también influenciarse desde las redes sociales. Sin embargo, es muy fácil caer en falsa información o contenido no verídico lo cual afecta directamente en el bienestar personal de los adolescentes, llevándolos más aún a esta vulnerabilidad.

Se suma la importancia de la autoestima en la adolescencia, ya que, al haber cambios en uno, se suelen comparar con otras personas que también están en este proceso, haciendo de estos cambios personales como una competencia y compa-

ración. Siendo así, se vuelve a recalcar la importancia de implementar una educación sexual completa ya que dentro de todas las herramientas que esta entrega, es una forma de aprender sobre uno mismo, a través del autoconocimiento. Aprender del propio cuerpo, trabajar en la autoestima, establecer límites, cuidar del bienestar propio y del bienestar sexual, son temas que incorpora el autoconocimiento, los cuales son clave aplicarlos lo antes posible y con urgencia en la etapa de la adolescencia que es cuando estos temas más se ven implicados.

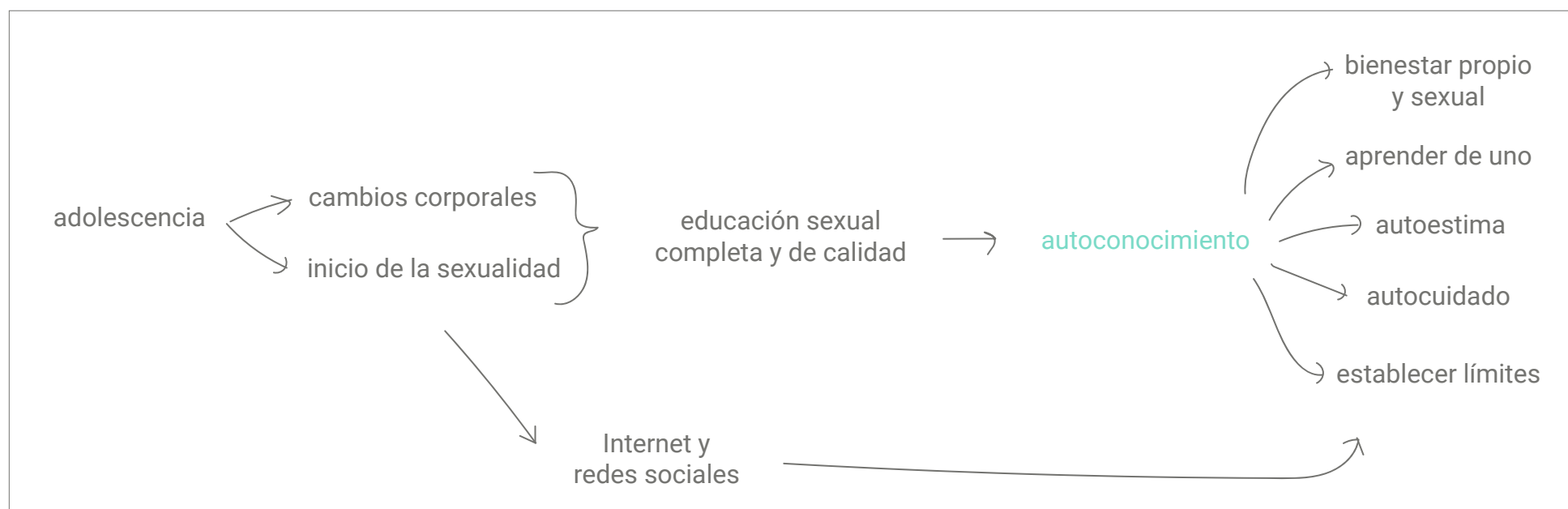
El problema está en que al no recibir esta educación, internet y redes sociales se vuelven su mayor referente siendo que estos no necesariamente son una buena influencia, y a la vez los adolescentes no se percatan de esto necesariamente.



Elaboración propia

Este diagrama resume como está siendo la educación sexual en adolescentes, donde los distintos factores como los cambios corporales, el inicio de la sexualidad, la carencia de educación sexual y las malas influencias de internet y redes sociales, hacen que los adolescentes estén en un momento de vulnerabilidad, donde el en-

torno no le aporta a poder salir de esta vivencia tan fácilmente, afectándoles en su bienestar. La educación es un factor clave para hacer cambio en esta realidad.



Elaboración propia

Por otra parte, este diagrama muestra como sería el ideal para que los adolescente no caigan en una situación de vulnerabilidad frente a sus cambios corporales y el inicio de la sexualidad. La educación sexual conllevaría a enseñanzar e incentivar a autoconocerse, lo cual conlleva a que los adolescentes tengan un bienestar

personal. De esta manera, el autoconocimiento tiene un papel muy importante para lograr esto, que proviene de una buena educación sexual.

Cabe añadir que el acceso a internet y redes sociales seguirá existiendo, pero al tener educación sexual, se distingue mejor

qué contenidos afectan y cuales aportan, y siendo así no acceder a contenidos no fiables y a la vez no influenciarse de estos medios si no que priorizar la educación sexual aprendida.

OPORTUNIDAD DE DISEÑO

La oportunidad de diseño está en la educación, en enseñar sobre autoconocimiento.

Enseñarlo en establecimientos educativos sería lo ideal, pero considerando la realidad nacional donde el gobierno y las políticas públicas no están siendo efectivas en esta materia, no es una solución viable en ese sentido. Siendo así, se debe encontrar otra manera de difundir educación sexual y autoconocimiento, como lo es a través de la revista.

La revista es una forma de entregar información creando influencia y moviendo masas, que puede lograr fomentar una buena educación enseñada por personas expertas de diversas áreas de la educación sexual, ya que la revista además trabaja la interdisciplina. Siendo así, la revista se vuelve una oportunidad de diseño, donde se entregue educación sexual y autoconocimiento y a la vez que esta sea realizada desde la colaboración con personas, movimientos y fundaciones existentes que

busquen también mejorar la educación sexual del país.

Si bien se menciona que los adolescentes están en una etapa de vulnerabilidad, esto puede ser visto también como una etapa de oportunidad de aprendizaje para ellos, ya que es un momento donde tienden a querer descubrir, explorar, conocer, informarse al respecto las nuevas vivencias de la adolescencia. Siendo así, qué mejor que aprovechar esa instancia y entregarles la información y educación sexual que buscan y necesitan.

La brecha de género es un factor importante presente en la educación sexual, donde las mujeres son hipersexualizadas, juzgadas y miradas en menos en temas de sexualidad, desde siempre. Suelen ser más afectadas y por lo mismo tienen una mayor necesidad en comparación a los hombres ante la carencia de educación sexual y autoconocimiento. La influencia que tiene la sociedad sobre el cuerpo de

la mujer y sobre su vida sexual es un tema enorme y que viene desde hace siglos. La educación sexual y el autoconocimiento son una forma de empoderamiento, al aprender desde sí mismos y priorizar el bienestar propio y sexual, por lo que se puede ver como una oportunidad para potenciar el empoderamiento femenino, continuando con la lucha de género existente. La revista como una comunidad creada por y para ellas, como apoyo a las adolescentes que empiezan a vivir una situación de vulnerabilidad mayor simplemente por el hecho de ser mujeres.

Cabe añadir que este proyecto no busca solucionar la educación sexual en Chile, si no que busca acompañar a las adolescentes en su etapa de cambios, entregándole información, apoyo e incentivándolas a que se conozcan a ellas mismas fuera de lo que dice internet, las redes sociales y la sociedad, como una forma de potenciar el empoderamiento femenino.

FORMULACIÓN

Qué

Revista sobre educación sexual y autoconocimiento dirigida a mujeres adolescentes. Busca fomentar, apoyar y enseñar sobre educación sexual y autoconocimiento, como una forma de empoderamiento de sí mismas.

Porqué

Hay una carencia de educación sexual en los establecimientos educacionales, lo cual conlleva a que las adolescentes usualmente usen internet y redes sociales como principal fuente de información, dejando que su bienestar propio y sexual se base según lo que se informen por este medio.

Para qué

Informar y apoyarlas durante la etapa de adolescencia para que vivan esta etapa desde el aprendizaje y no desde la vulnerabilidad del desconocimiento sobre educación sexual y autoconocimiento.

OBJETIVOS

Objetivo general

Entregar un espacio de conocimientos, reflexión, información, íntimo y confiable sobre educación sexual y autoconocimiento, que fomente a las niñas y adolescentes a conocerse a sí mismas.

Objetivo 1

Identificar cuáles son las dudas e inquietudes que tienen las adolescentes sobre educación sexual.

I.O.V: Reconocer cifras y datos que se visibilizan a causa de las carencias de educación sexual en Chile.

Objetivo 2

Detectar las fuentes de información prioritarias que las adolescentes usan para informarse sobre educación sexual.

I.O.V: Indagar cuál es el valor que se les da a este tipo de información, y cuando acuden a estos.

Objetivo 3

Determinar si las adolescentes tienen autoconocimiento y si se dan el espacio de para hacerlo.

I.O.V: Evaluar a través de encuestas si le dan la importancia a conocerse a sí mismas.

Objetivo 4

Generar contenido de educación sexual y autoconocimiento en formato de revista dirigido a adolescentes.

I.O.V: Prototipar el funcionamiento y diseño, recopilando información al respecto.

USUARIA

En un principio el proyecto iba dirigido a mujeres adolescentes entre los 14 y 17 años pensando en un segmento etario acotado, donde se trabajara cosas más específicas a esa edad en particular. Sin embargo, con el levantamiento de información y encuestas realizadas, la necesidad de educación sexual y autoconocimiento que se aplica en este proyecto se necesita en toda la adolescencia, desde los 10 a 19 años. Los cambios corporales y los inicios de la sexualidad varían según cada mujer, por lo que no hay una edad concreta, si no que el segmento etario que comprende la adolescencia.

Como ya se mencionó anteriormente, es una edad crítica donde las mujeres tienen muchos cambios, pasando de un cuerpo de niña a un cuerpo de mujer.

CONTEXTO DE IMPLEMENTACIÓN

El proyecto está pensado para ser implementado en un entorno íntimo como por ejemplo en la habitación, o lugares que la adolescente considere seguros. Esto pensando en que la educación sexual es visto como un tema tabú en ciertos contextos, por lo que se entiende que prefieran privacidad para aprender sobre esta materia. Es más, la revista es pensada en que la adolescente se dé un espacio para ella misma, de reflexionar sobre sí como manera de introspección y autoconocerse en las emociones, cuerpo, límites, por lo que es importante que se aplique en un espacio personal.

ANTECEDENTES



Mi cuerpo sexual

Proyecto de título que busca crear un espacio de reflexión en las mujeres, para pensar sobre su identidad personal, aplicando el autoconcepto y autoconocimiento.



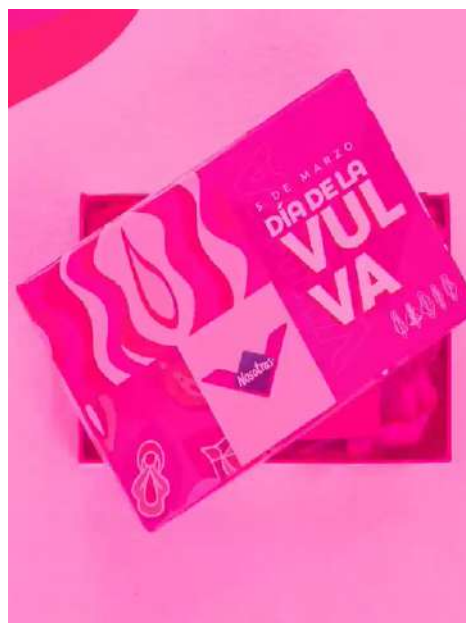
100 preguntas sobre sexualidad adolescente

Tarjetas para la exploración propia, donde se busca fomentar el conocimiento que se tiene de uno mismo, entender las emociones, los deseos personales, y las reacciones que se tienen antes ciertas situaciones.



Siempre juntas

Tarjetas dirigida a mujeres iniciando su etapa de adolescentes. Contiene cartas con frases, sabiduría e inspiración, y la idea es compartir esto con las amigas haciendo que la adolescencia sea un momento más agradable.



Kit por el día de la vulva

Una iniciativa hecha por la marca Nosotras, que busca incentivar a las mujeres a conocer su vulva, reconocerla y quererla.



Contacto

Campaña que busca difundir sobre el placer femenino, con el fin de normalizar la sexualidad de las mujeres, incentivándolas a conocerse.

REFERENTES

REVISTAS



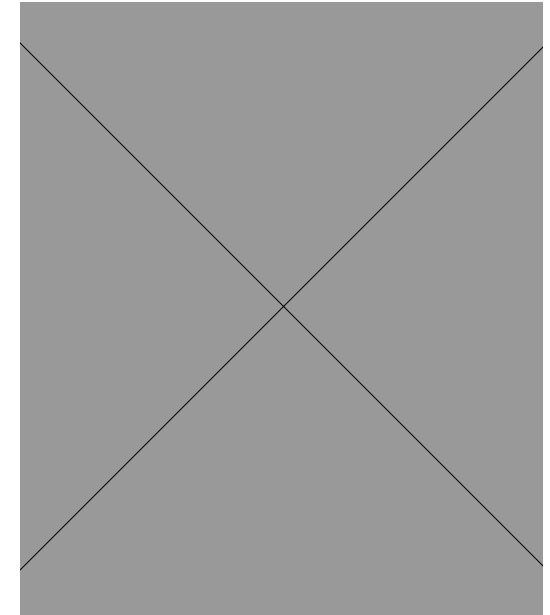
Tú

Revista dirigida a mujeres adolescentes con temas sobre el amor, la amistad, la vida personal, pero también el cotilleo, la moda, con cosas entretenidas como quiz o test, haciendo que sea una revista para interactuarla.



Seventeen

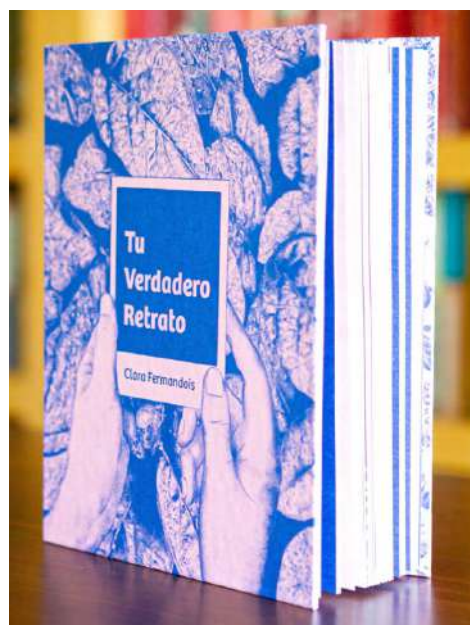
Revista dirigida a mujeres adolescentes con temas de cuidado personal (higiene, rutinas, vida sana), como también es una revista de moda que publica sobre las tendencias de la actualidad.



Endémico

Revista semestral tanto impresa como digital, que promueve la creatividad y diversidad de los movimientos ambientales, trabajando la interdisciplina de la ciencia y ecología en conjunto con el arte, como por ejemplo con ilustraciones.

AUTOCONOCIMIENTO



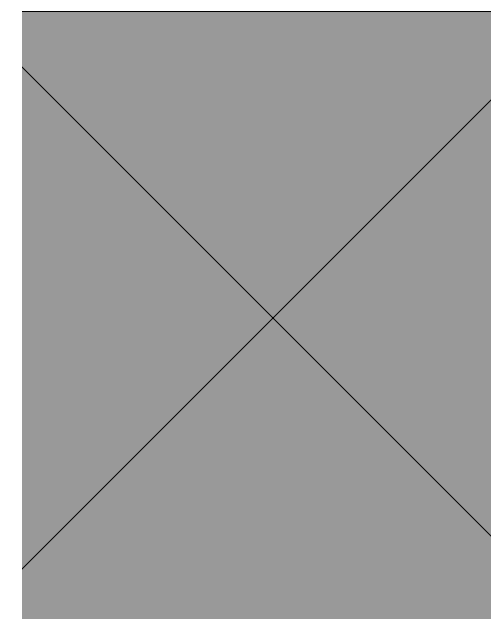
Tu verdadero autoretrato

Proyecto de título por Clara Fernandois (2021) que busca crear un espacio de reflexión en las mujeres, para pensar sobre su identidad personal, aplicando el auto-concepto y autoconocimiento.



Kwon Yourself

Tarjetas para la exploración propia, donde se busca fomentar el conocimiento que se tiene de uno mismo, entender las emociones, los deseos personales, y las reacciones que se tienen ante ciertas situaciones.



Cartas Relatos de Amor Propio - Autoconocimiento y Autocuidado

Tarjetas dirigida a mujeres adultas, donde buscan cambiar la visión negativa que tienen las mujeres consigo mismas, fomentando aplicar hábitos de autocuidado desde estas tarjetas para reflexionar.

4 PROCESO DE DISEÑO

METODOLOGÍA DEL PROYECTO

	Etapas	¿Qué se realiza?	¿Cómo se realiza?
1.	DESCUBRIR	Se investigan temáticas generales sobre la situación de educación sexual que se presencia en el contexto nacional, Chile. Dentro de estas se evalúa las que tienen potencial de ser abarcables como un planteamiento de problema.	investigación general, con búsqueda en distintos medios tales como reportajes de televisión, radio, revistas, blogs, trends en redes sociales, diarios y noticias, recursos bibliográficos, información web y podcasts.
2.	DEFINIR	Definición de oportunidad de diseño a desarrollar, dentro del tema elegido. Se define el perímetro en que se abordará y se formula la propuesta del proyecto. Se define un usuario determinado.	Revisar antecedentes y referentes que aporten al proyecto, averiguar tesis y memorias relacionadas al tema. Además, se elaboran y se aplican encuestas al usuario definido.
3.	DISEÑAR	Inicio al prototipado y al testeo, probando su funcionalidad, y a la vez la experiencia de la usuaria. Se desarrollan aspectos gráficos como la paleta de colores, la tipografía, entre otros.	Realización de entrevistas, encuestas, colaboraciones. Se realizan mockups, prototipados y pruebas del proyecto.
4.	ENTREGAR	Se define y elabora un prototipo final que contenga todas las decisiones de diseño tomadas durante todo el proceso del proyecto. Con este último prototipado se realiza el producto final.	Prototipados, testeo y validación del producto final a través de testimonios.

Para dar inicio a la gráfica de la revista, primero se definió cual será la personalidad que la revista va a adoptar, la cual vendría siendo amigable, alegre, cercana, calmada.

Siendo así, se realizó un moodboard de inspiración, que se acercara al tipo de gráfica que se busca realizar, incorporando acercamientos de color, tipografías, textos, y elementos gráficos. A partir de esta inspiración junto con los referentes vistos, se fue desarrollando la gráfica.

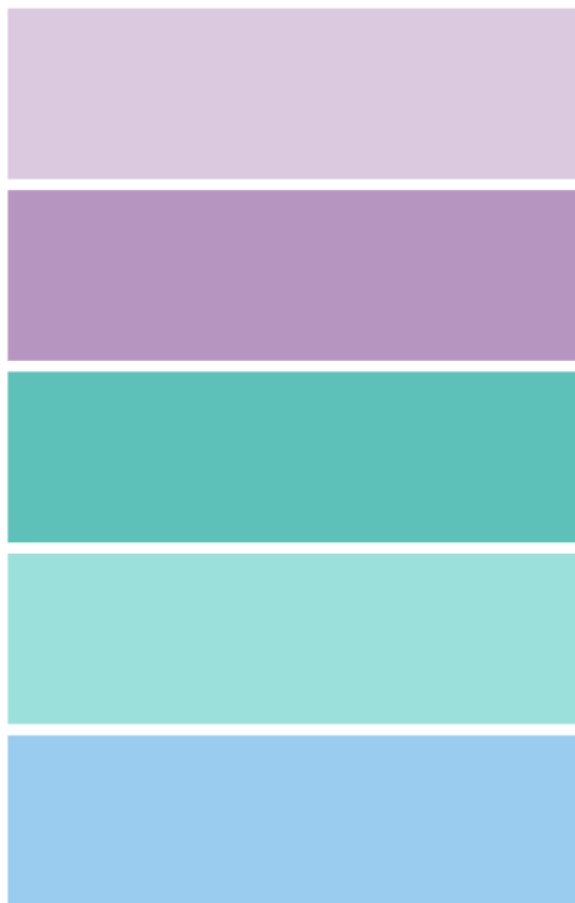


Pantallazo a carpeta personal de Pins de Pinterest

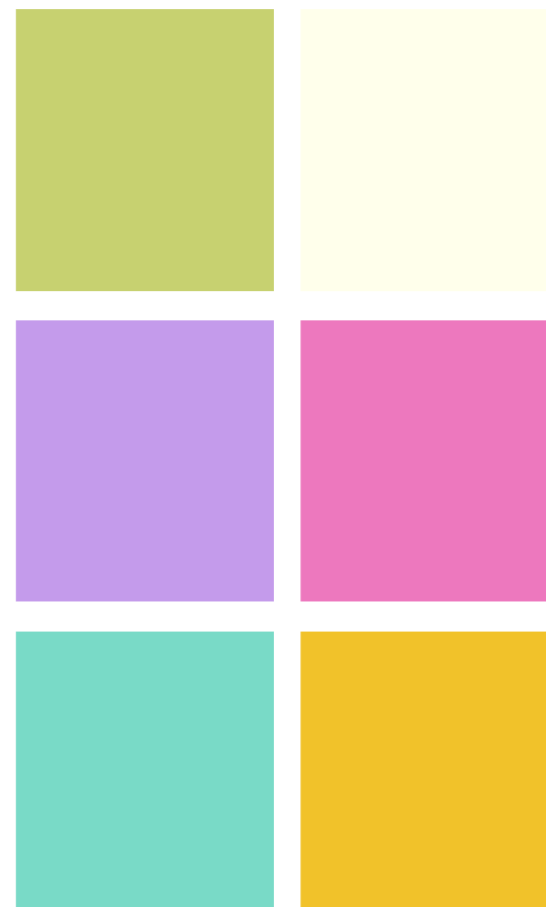
PALETA DE COLORES

La paleta de colores en un principio contenía 5 distintos colores y variaba en tonos. Funcionaba bien para realizar elementos gráficos y combinar tipografías con esta paleta de colores. Sin embargo no funcionó bien para la personalidad que se le había definido de la revista, le faltaba más vivacidad.

Siendo así, se definió una segunda paleta que toma como base 2 colores de la paleta anterior, e incorpora nuevos. Se incorpora un sexto color. Además se le incorpora uno más claro que los otros colores, que estaba pensado para ser principalmente el color de fondo tanto de gráficas como del papel de la revista. Esto con la idea de no usar el blanco del papel si no que incorporar un tono más cálido que se adapte mejor con la paleta de colores escogida.



Primera paleta de colores definida



Segunda paleta de colores definida

TIPOGRAFÍAS

Al ser una revista, la tipografía debía considerar al menos 3 distintas: una para los títulos, otra para los subtítulos y otra para los cuerpos de texto. Se fue probando tipografías alternando varias combinaciones según ciertas alternativas seleccionadas y visualizando según tamaños y espacio.

Para la tipografía del título, en un principio se tenía pensado que fuera tipo display, sin embargo no funcionaba bien con la gráfica general de la revista, por lo que se fue simplificado en su estructura pero manteniendo características como que fuera una tipografía amigable y a la vez con peso.

La tipografía del subtítulo y del cuerpo de texto se fueron decidiendo según la que se usara en el título, de manera que se complementaran bien entre todas.

Título

Tipografía Retro Cool de Nirmana Visual

Subtítulo

Tipografía Lilita One de Juan Monoreano

Título

Tipografía Margin de Dharmas Studio

Subtítulo

Tipografía Secular One de Michal Sahar

Título

Tipografía Sigmar de Vernon Adams

Cuerpo de texto

Tipografía Roboto de Christian Robertson

Título

Tipografía Gibson de Rod McDonald

Cuerpo de texto

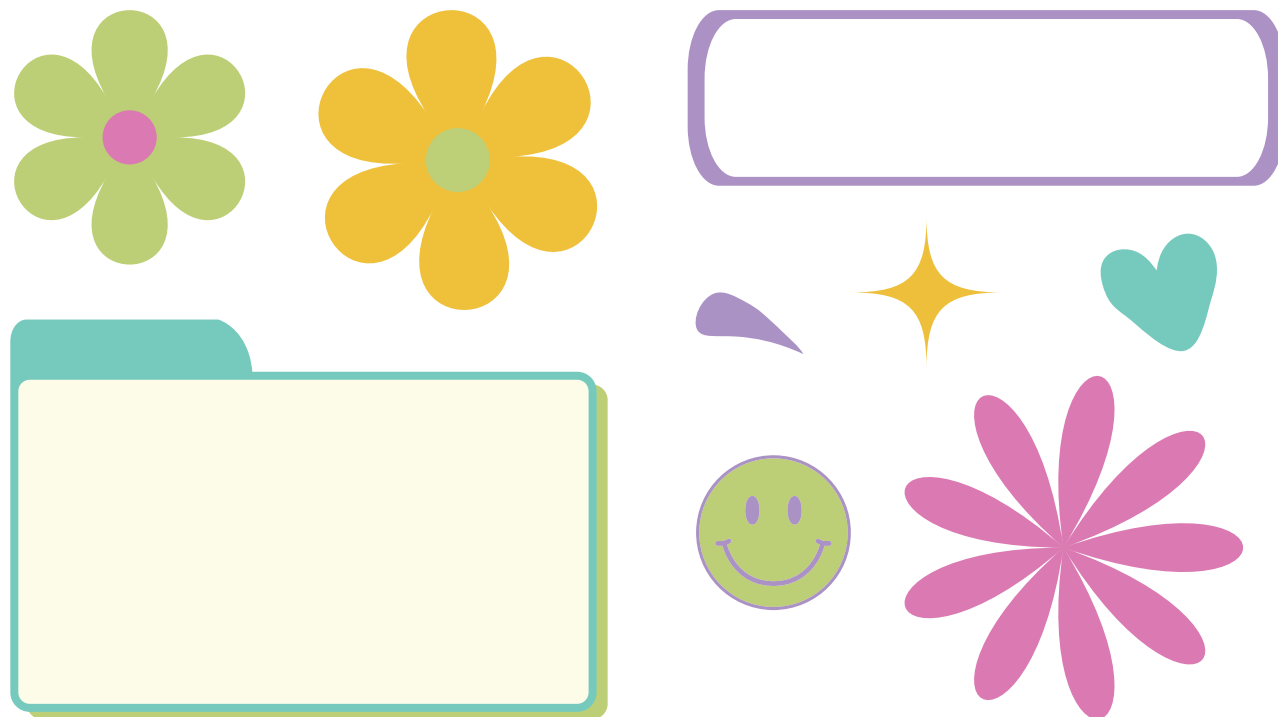
Tipografía Candara de Gary Munch

ELEMENTOS GRÁFICOS

Se incluyen elementos gráficos dentro de la revista como manera de complementar el texto y a la vez darle una identidad gráfica propia a la revista.

Son elementos simples pero que aportan a la personalidad de la revista, siendo de carácter amigables, alegres y calmados. Estos se aplican con la paleta de colores seleccionada, y la idea es que predominen elementos curvos, en su mayoría se evita que las esquinas sean de 90°.

Así como se aplican íconos tales como flores, corazones, cara feliz, también se aplican formas que ayudan al diseño de la página para ordenar los textos o imágenes.





Por otra parte también se realizan gráficas que son en formato grande usando una página entera de la revista, que funcionan como un especie de afiche. Estas incluyen tipografías, las cuales van variando entre cada gráfica, ya que todas tienen un mensaje distinto a comunicar. Hay elementos que van variando a propósito en cada uno de estos afiches, tales como los iconos, el tamaño, el mensaje, entre otros, pero aún así todas mantienen la misma paleta de colores y el tipo de identidad gráfica que es lo que las unifica.

LOGOTIPO

Se empieza el logotipo desde la tipografía Brasika Font de Nurrontype. Desde ahí se busca haciendo pruebas de modificación hasta lograr el logotipo deseado.

El logotipo tiene el fin de representar un concepto sobre la educación sexual y el autoconocimiento que la revista busca traspasar a las adolescentes.

Por una parte se decide la palabra 'unidas', para hacer referencia a todas las adolescentes que están en la misma situación de carencia de educación sexual y que buscan sentirse acompañadas o apoyadas en este contexto, generando así una comunidad. Así como también 'unidas' refiriéndose a todas las mujeres que hay detrás en la colaboración y creación de esta revista.

Por otra parte, se le añade una flor en específico, que hace parte de la identidad gráfica de la revista, con el fin de darle más unión aún al diseño de la revista. Además, se escoge una flor ya que la etapa de la

adolescencia es una etapa de crecimiento, con la idea de que sea un momento de 'florecer' gracias a la educación sexual y autoconocimiento.

Siendo así, el logotipo busca representar que las adolescentes no están solas, están unidas en esta revista.

unidas

unidas

UNiDAS

UNIDAS

TRABAJO COLABORATIVO

LEVANTAMIENTO DE INFORMACIÓN

Como primer acercamiento a la usuaria, se participa de oyente en un grupo focal para la campaña D(ESI)DIR, de la fundación Niñas Valientes. La reunión fue a través de la plataforma Zoom, el día 6 de junio 2023, y estaba dirigida a niñas y adolescentes, y fue moderada por personas de la fundación.

El objetivo de esta reunión fue generar un espacio de diálogo y reflexión desde la perspectiva que tienen las adolescentes sobre el contexto de la carencia de educación sexual. Comparten sus puntos de vista como también sus experiencias personales.

Como resultados, se evidencia que las adolescentes participantes si reconocen que hay una carencia de educación sexual y que a la vez esta ya les ha afectado en su bienestar.

Como observaciones se puede mencionar que las participantes no se conocían en-

tre si, pero aún así se generó un espacio de confianza, respeto y empatía entre las adolescentes. Lo único que todas tienen en común la falta de acceso a educación sexual de calidad, y este es un factor que una a las mujeres, como una forma de sobrellevar juntas esta carencia.



Grupo focal realizado vía Zoom, por la campaña D(ESI)DIR de la fundación Niñas Valientes, Junio 2023.

REDACCIÓN DE CONTENIDOS

La revista busca ser trabajada de forma interdisciplinar, por lo que hay secciones de esta revista en las que se trabajó con personas de distintas áreas, fomentando la colaboración.

En un primer lugar, se trabaja con Clara Cortés, psicóloga diplomada en sexualidad humana, quién aporta en la revista desde sus conocimientos, experiencias, y punto de vista como profesional. La colaboración con Clara para esta instancia consistió en la realización de una entrevista, realizada en junio 2023, con la idea de que la entrevista sean luego publicada en una sección específica de la revista. Se le hicieron preguntas enfocadas en las consecuencias de la carencia de educación sexual, como también preguntas relacionadas a la importancia del autoconocimiento en la etapa de la adolescencia.

Como resultados, se logró una buena entrevista, salieron respuestas interesantes. Además Clara tiene mucho para aportar y

enseñar desde sus conocimientos como profesional, lo cual no tiene trabas en compartir esta información, si no que al contrario, apoya que la educación sexual de calidad no sea restringida y por lo mismo mientras más se difunda y se enseñe mejor.

Como observación, la buena disposición de una persona experta a querer difundir educación por el bien de las adolescentes, demuestra que hay un interés de querer mejorar la educación sexual aportando de la forma posible. Siendo así, la realización de entrevistas de este tipo para incorporarlas en la revista, son un gran aporte y tienen un gran potencial, ya que es una manera de que personas profesionales compartan sus conocimientos e información, llegando a adolescentes que lo necesitan.

En un segundo lugar, se contacta con matronas con el fin de realizar otros tipos de colaboraciones en la revista, fomentando la interdisciplina.

Sofía Rodríguez, estudiante de último año de Obstetricia y puericultura, ya realizando prácticas e internados, colabora en la revista en la sección de preguntas. Esta sección consiste en que una persona profesional, que en este caso vendría siendo Sofía, responda preguntas e inquietudes hechas por las adolescentes.

Para realizar todo esto, en una primera instancia se creó una breve encuesta que incluía una casilla para escribir de forma anónima lo que no se atreven a preguntar, sabiendo que sus preguntas serán respondidas por una persona profesional. Esta encuesta se divulgó vía online a grupos de mujeres adolescentes. Una vez recopiladas las preguntas, se les hizo llegar a Sofía, quien fue respondiendo cada una de estas desde sus conocimientos.

Como resultados, por una parte las preguntas hechas por las adolescentes, evidencian que hay necesidad de educación sexual en los establecimientos educativos, incluso para temas de los más básicos. A grandes rasgos, las preguntas tratan sobre temas como las ITS, la menstruación, las relaciones sexuales, autocuidados y autoconocimientos. Y todos estos son entre los que más tienen carencia educativa hoy en día. Por otra parte, las respuestas que se escribieron a las preguntas, fueron personalizadas y respondidas desde la postura de querer ayudar y aportar a las adolescentes, lo cual se considera un resultado exitoso.

Como observaciones, se percata que las preguntas realizadas son buscables en internet, sin embargo las hicieron sabiendo que las respondería una persona profesional, debido a que quizás les da más seguridad y confianza esta respuesta que comparado a resultados de internet.

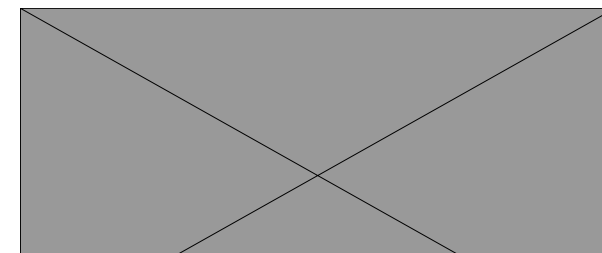
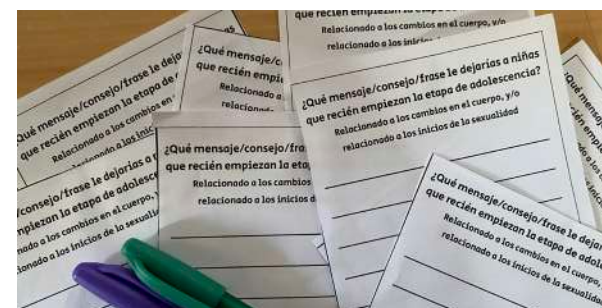
En un tercer lugar, se crea una sección en la revista llamada 'Mensajes para ti', la cual es sobre escribirle un mensaje a las adolescentes, de manera de apoyo o consejos para esta etapa de cambios corporales e inicio de la sexualidad.

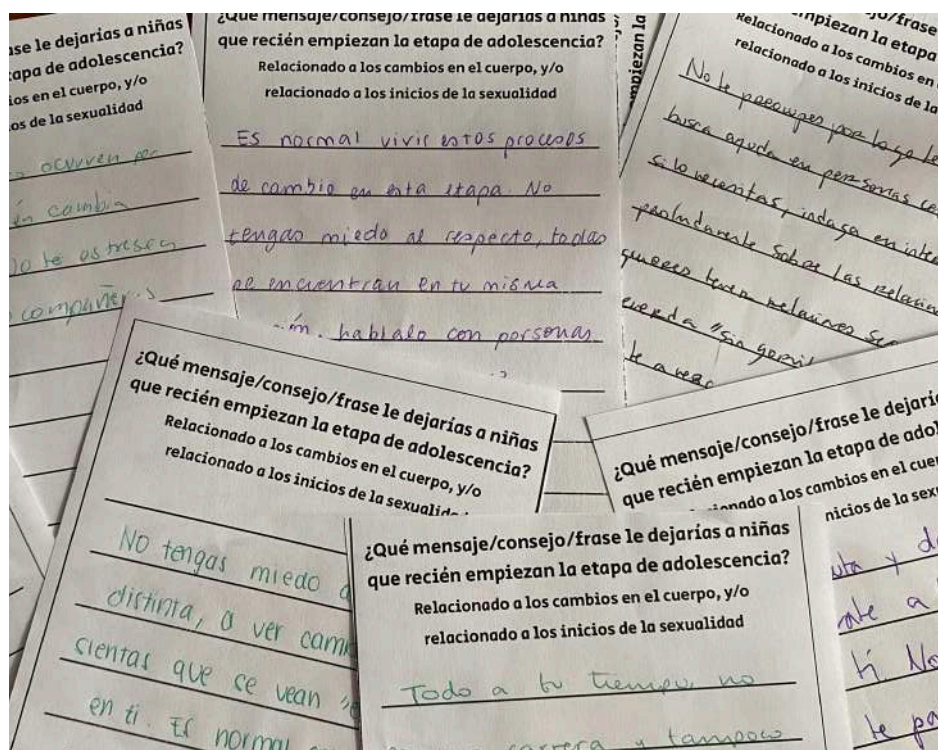
En esta instancia, la participación fue con mujeres que no necesariamente estudian materias ligadas a la educación sexual, pero si son importantes en la colaboración ya que son personas que ya vivieron y pasaron la etapa de la adolescencia.

Siendo así, la actividad se realizó presencialmente y se les entregó un papel a mujeres con la finalidad de que escribieran el mensaje.

Como resultados se destaca que hubo una variedad de respuestas distintas, lo cual es positivo, ya que cada mensaje es único y fue escrito desde la experiencia personal de cada una de las mujeres en su etapa de adolescencia.

Como observaciones, los mensajes escritos son como cosas que las mujeres fueron aprendiendo cuando más grandes, con la experiencia o con el tiempo. Podrían verse como mensajes que a ellas mismas les hubiera gustado escuchar en su momento de adolescencia, sobre todo en momentos de vulnerabilidad.





“No es una carrera y tampoco gana quien hace las cosas primero. No hagas cosas por complacer o ganarle a otro”

“Quiérete, disfruta y date amor. Cultívate a ti misma y confía en ti. No dejes que nadie te pase a llevar”

“No tengas miedo a verte distinta, a ver cambios que sientas que se vean “extraños” en ti. Es normal crecer, cambiar”.

Algunas respuestas de la actividad.

Debido al buen resultado de esta sección, se decide agregarle a 'Mensajes para ti' una especie de extensión, donde se incorpora un mensaje especial, que es de carácter más extenso que los demás. Este vendría siendo un mensaje escrito desde una persona con conocimientos en el área de educación sexual.

Magdalena Labrín, estudiante de tercer año de Obstetricia y Puericultura, es quien escribe este mensaje en esta instancia. La consigna para escribir el mensaje es la misma que anteriormente, solo cambia que en este caso el mensaje incorpora sus conocimientos, experiencia y punto de vista adquirido como estudiante en esta área.

Como resultado, el mensaje escrito fue un mensaje de apoyo y a la vez informativo sobre la adolescencia, el cual aporta en esta sección incorporando experiencias personales pero a la vez un sustento.

Como observación, en general el tono en

el que se escriben estos mensajes, es importante ya que es una manera de dar cercanía a quien lea los mensajes. Escribir desde el tacto hace la diferencia, más que entregar solamente información.

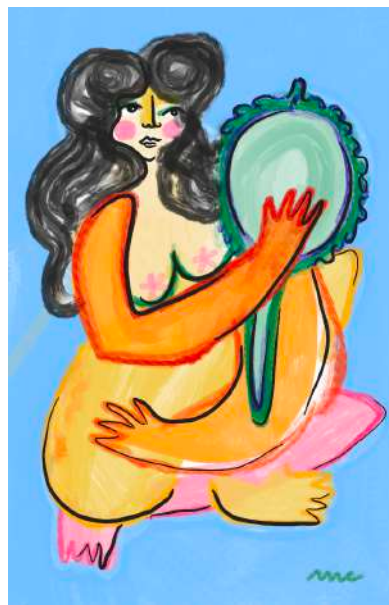
ILUSTRACIONES

Otra instancia de colaboración aplicada en la revista, es a través de la ilustración. El aspecto gráfico o visual de la educación sexual y el autoconocimiento, también tienen un rol importante, influyendo en la percepción que las adolescentes tienen de estos temas.

Para esta participación, se le pidió a 3 ilustradoras distintas, que hicieran su propia representación de cómo cada una de ellas ve o percibe en sí misma la educación sexual y el autoconocimiento. La idea es que justamente la consigna fuera abierta para no limitar los resultados, buscando que cada una de las ilustradoras lo hiciera a su propia manera.

Los resultados, superaron las expectativas que se tenían en un principio. Las ilustraciones fueron muy distintas entre sí, tanto en el estilo de dibujo, como en los colores, la forma de representar del cuerpo, la visión que se tiene por la educación sexual y autoconocimiento. Salieron resul-

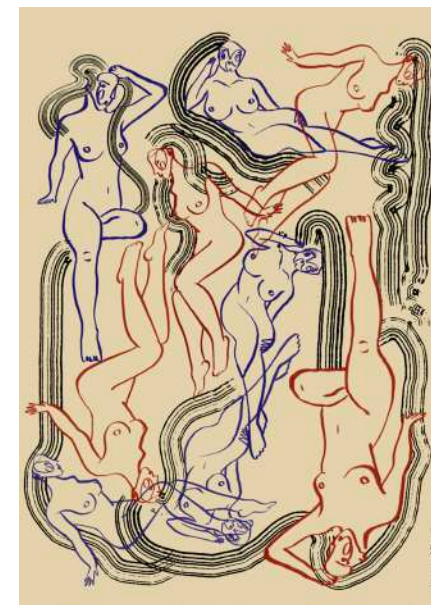
tados muy buenos, siendo un aporte para la revista. Las ilustraciones no se basan en un cánón de belleza ni en un estereotipo, si no que las basaron en sí mismas, una representación muy personal, que refleja su autoconocimiento.



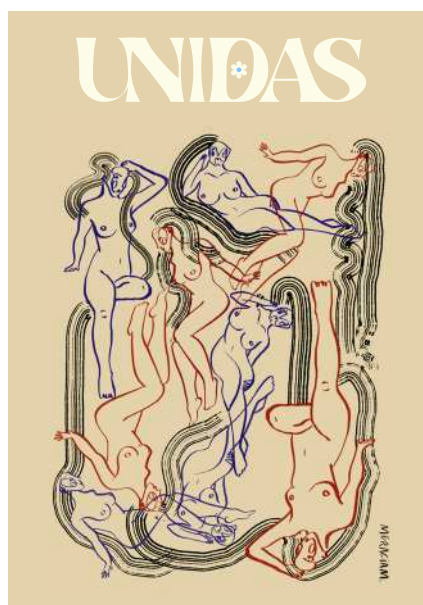
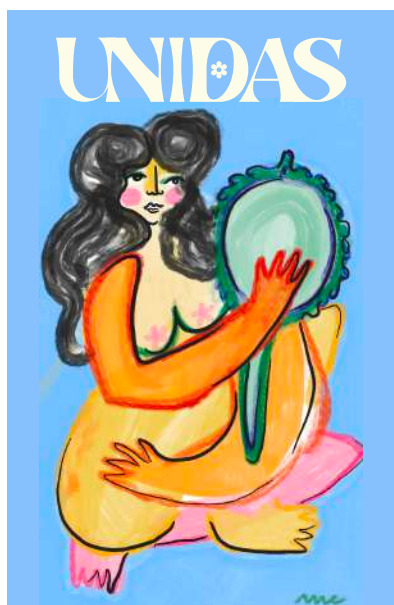
Elaborada por Montserrat Cruz



Elaborada por Fernanda Valencia



Elaborada por Maria Gracia Mujica



Estas ilustraciones al ser un aporte muy significativo y con mucho valor en cuanto a representaciones de educación sexual y autoconocimiento, se tiene pensado que cada ilustración sea una portada de una revista.

La idea sería que para cada revista que salga, haya una ilustradora para la portada.

PROTOTIPOS Y TESTEOS

PRIMER ACERCAMIENTO

Objetivo

Primera revisión de contenidos de la revista. Se testea la gráfica aplicada, el funcionamiento del quiz y revisión del concepto general de la revista.

Material entregado

Algunas hojas sueltas de la revista, que tienen títulos puestos y contenidos desarrollados. Muestras de publicidad, hojas de quiz para realizar. Se entregan lápices para esto último.

Instrucciones

Se les entrega el material, se explica de qué se trata el proyecto y luego se les pregunta opinión sobre contenido gráfico. Sobre el contenido escrito del material se les pregunta si se les hace interesante, qué les llama la atención, y si conocen estos temas.





Hallazgos

Como resultados generales sobre la gráfica de la revista, les gustaron los colores, aplicaciones, y la flor fue un elemento gráfico que se destacó.

En cuanto a los contenido mostrados, no se atreven a comentar mucho en general ya que se cohiben cuando les toca hablar de educación sexual. No desarrollan mucho su respuesta, se limitan un poco. Sin embargo se recopilaban comentarios positivos, como por ejemplo que encuentran interesante el contenido mostrado. Es más, se les preguntó si tenían conocimientos sobre las temáticas abordadas en las páginas de la revista mostradas, a lo que algunas cosas las han escuchado y otras parecieran desconocer, esto va variando según cada adolescente entrevistada.

El quiz funcionó bien, además de prototipar el quiz como tal, el ejercicio sirvió para levantar información sobre el nivel de autoconocimiento y educación sexual que

tienen las adolescentes entrevistadas. A grandes rasgos los resultados determinaron que el nivel de autoconocimiento que tienen se puede trabajar mucho aún, con la idea de mejorarlo e ir poniéndolo en práctica.

Como observaciones, cuando se realiza el prototipado las adolescentes tienen muy buena recepción, pero una vez que se explica que se trata sobre educación sexual se nota que no están acostumbradas a hablar al respecto, ya sea por desconocimiento o porque es un tema que les avergüenza. Esta observación fue un aporte a demostrar que la carencia de educación sexual existe en las adolescentes, ya que no tienen tan normalizado hablar de sus vivencias personales de sobre educación sexual en la adolescencia.

En general fueron resultados positivos hacia este primer prototipo, por lo que se seguirá trabajando, mejorando y desarrollando más la revista en la idea en la que va.

EJERCICIOS DE AUTOCONOCIMIENTO

Objetivo

Primera revisión del folleto de los ejercicios de autoconocimiento. Se revisan los ejercicios como tal y se testean los posibles pliegues a este.

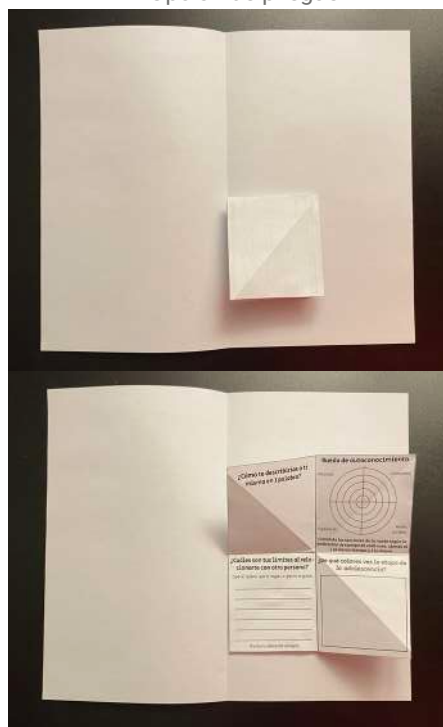
Material entregado

Simulación en la forma y dimensión de las páginas de la revista con el folleto pegado dentro, el cual viene con los ejercicios para completar y se les entrega lápices de colores para que puedan realizarlos. Se presentan distintos formatos de pliegue para evaluar.

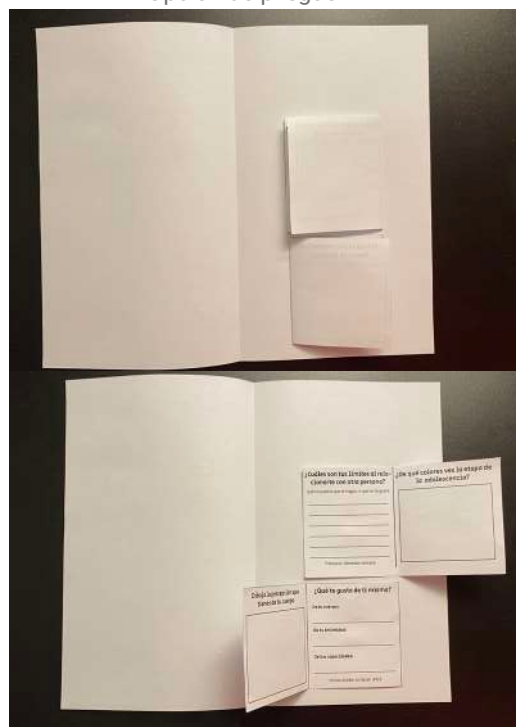
Instrucciones

Se les entrega un solo formato de pliegue del folleto, para que lo prueben rellenando los ejercicios. Una vez terminado se les pregunta sobre los ejercicios realizados, preguntas sobre qué sensaciones o pensamientos les surgió mientras los realizaban. Luego se les muestra las otras opciones de pliegues y se opina cual les acomodaría más.

Opción de pliegue 1

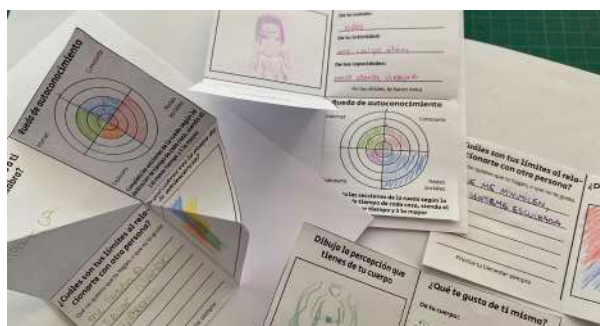


Opción de pliegue 2



Opción de pliegue 3





Hallazgos

Por una parte en el prototipado de los ejercicios, las respuestas en general que tuvieron las adolescentes a cada ejercicio demostró que hay una carencia de autocoñocimiento, de que les hace falta poner en práctica concerse a si mismas, de darse el tiempo de pensar en una. Además, se evidencia que la autoestima es un tema relevante en ellas. Como comentarios dijeron que encontraron buenos los ejercicios ya que permiten pensar en una misma desde una postura positiva hacia una, que es algo que no suelen hacer recurrentemente. También como comentario dijeron que es una actividad que permite recordar las cosas buenas que una tiene, que usualmente se suelen olvidar o no tomar en cuenta.

Se observa que las adolescentes se toman el tiempo durante la actividad de pensar en sus respuestas. Por una parte es algo bueno ya que el ejercicio logra entregar un espacio de reflexión e introspección personal. A la vez esto también demues-

tra que les hace falta darse más el tiempo de pensar en si mismas, que si lo hicieran más seguido ya sabrían estas respuestas más rápido.

En cuanto a los pliegues, las 2 opciones de pliegues que se abren más son preferidos a que se les hace más entretenido y además al ser un solo papel, el ejercicio se hace más fluído.

Como observación, se destaca que el folleto al estar pegado a la revista, no logra tanto generar ese espacio de intimidad. La revista funciona de cierta forma y el folleto de otra, por lo que tener ambas cosas pegadas juntas, rompe un poco con la dinámica que se busca en el folleto. La idea es que este sea un complemento a la revista de manera de poner en practica lo adquirido, pero que a la vez no tenga la misma interacción, si no que se le tome una importancia distinta. Siendo así, se busca que el folleto sea parte de la revista pero de manera distinta.

PROTOTIPO REVISTA Y POSTER

Objetivo

Última revisión de la revista antes de la propuesta final. Revisar calidad de los títulos, la variedad de contenidos, orden de las secciones, detalles gráficos. También, testear la nueva idea de folleto de ejercicios y poster a la vez.

Material entregado

Revista impresa en formato pequeño, que incorpora un prototipo del folleto en su interior.

Instrucciones

Se les entrega la revista, se pide que la hojeen, lean algunos títulos y contenidos y se les pregunta opiniones sobre estos. Se revisa si el orden les hace sentido, si todas las secciones les parecen adecuadas o son modificables. En cuanto al folleto se les pide que lo abran y qué les parece su funcionamiento, doble función, y si lo usarían o no.







Hallazgos

Este prototipado funcionó muy bien, ya que al tener la revista más completa se dió una dinámica distinta, donde las adolescentes tenían más contenido para indagar y más para comentar.

A modo de ejemplo se fue testeando los títulos; con una leída rápida de la página se testeaba qué tan llamativos eran los títulos puestos según el texto, a lo que resultó que habían títulos que funcionaban bien como otros que habría que mejorar según su percepción.

También, las distintas secciones de la revista fueron evaluadas por las adolescentes, teniendo como resultado que en general son buenos contenidos, les gusta la variedad que hay e incluso proponen ideas de secciones para incorporar.

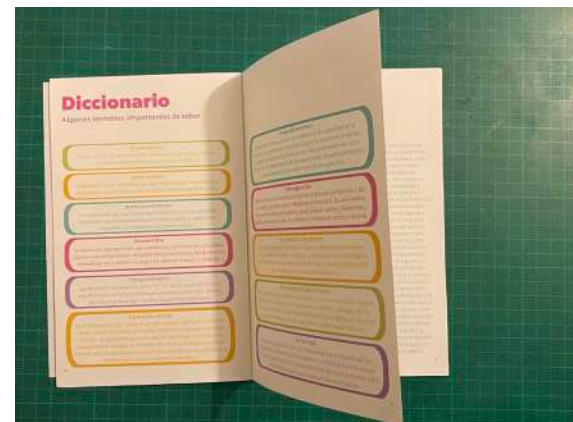
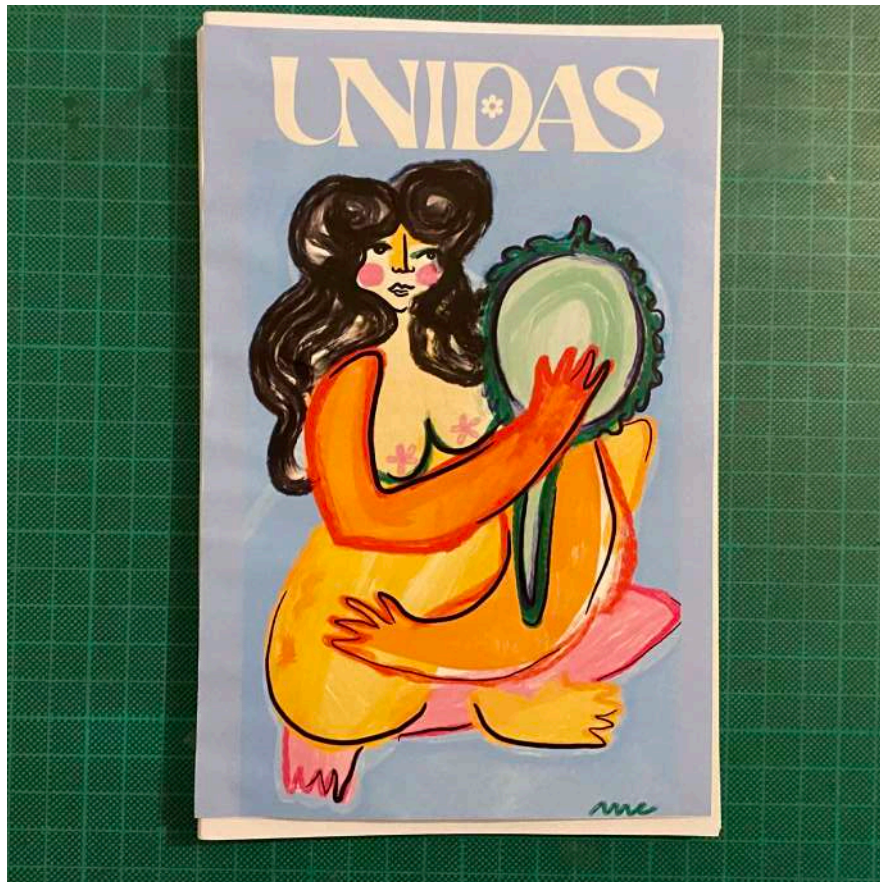
Por otra parte, el folleto tuvo resultados positivos. La ilustración les pareció muy acorde a la temática, y se les preguntó si

usarían el folleto como poster una vez realizados los ejercicios, a lo que la gran mayoría afirma que sí.

Como observaciones, la revista funciona bien, se da la interacción que se esperaba. A la vez hay ciertos detalles en la gráfica o en contenido que si bien no lo mencionaron, si debería ser modificado ya que en la observación del prototipado se evidencia que no funciona bien. Como por ejemplo publicidades que no son llamativas o también uso de elementos gráficos que no acompañan bien el texto.

5 PROPUESTA FINAL DE DISEÑO

PRODUCTO FINAL



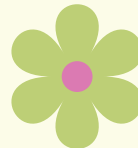
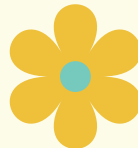
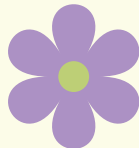
SECCIONES

La revista parte con una presentación personal, con la idea de generar un acercamiento con la usuaria desde una primera instancia. Se incluye también en esta página cual es el propósito que tiene la revista y qué se busca haciéndola. Esto es para transparentar la revista, que se valore la intención además del contenido, ya que es un proyecto que tiene la intención no solo de educar sobre educación sexual y autoconocimiento, si no que tiene la intención de generar una comunidad, Unidas.

La revista se compone de varias secciones, 16 en total. Estas están ordenadas según los 3 tipos de categorías que se encuentran en la revista, que vendrían siendo categoría educativa, interactiva, y externa.

Índice

Bienvenida	5
Diccionario	6
¿Sabías qué?	8
Mitos y verdades	11
Artículo	14
Actualidad	19
Entrevistando	21
Tips	25
Quiz	26
Espacio reflexivo	31
Conócete	32
Pregúntanos	34
Mensajes para ti	36
Empoderadas	40
Recomendando	44
Recursos bacanes	46



Bienvenida!

Esta revista fue pensada y creada para ti

¿Quién soy?

Partir por presentarme, me dicen Cami, tengo 23 años, me gusta diseñar, pintar e inspirar a más mujeres a creer en sí mismas, a conocerse y priorizarse. Es por esto que decidí crear esta revista para ustedes, niñas, adolescentes, jóvenes y toda mujer que le interese aprender sobre educación sexual y autoconocimiento.

¿Porqué esta revista?

La educación sexual y el autoconocimiento son puntos clave para desarrollarnos como personas, aprender de una misma, enfrentar la vida y tomar decisiones conscientes sobre nosotras en cuanto a nuestro cuerpo, nuestra sexualidad y nuestro bienestar. La educación sexual es una herramienta para enfrentar la vida, y el autoconocimiento una forma de empoderarnos como mujeres.

Sabemos que la etapa de adolescencia no es fácil, a veces nos sentimos incomprendidas, juzgadas, solas, vulneradas, pero la idea es que con esta revista te sientas acompañada, que sepas que no estás sola, somos toda una comunidad de mujeres que estamos pasando por lo mismo.

Esta revista no soluciona la carencia de educación sexual que hay en el país, pero sí es un apoyo, una manera de aprender cosas que quizás no sabías, una manera de aprender más de ti y entretenerse aprendiendo sobre tu cuerpo y tu sexualidad.



La categoría educativa se trata de entregar información de carácter educativo a las adolescentes, a través de recursos y fuentes confiables, donde también se colabora con personas expertas para darle más valor aún a esta información, gracias a la interdisciplina.

Dentro de esta categoría se pueden encontrar títulos tales como ‘¿Sabías qué?’, ‘Mitos y verdades’, ‘Tips’, entre otros, donde la finalidad es educar sobre educación sexual y autoconocimiento.

Diccionario

Algunos términos importantes de saber

Adolescencia

Periodo en la vida, de desarrollo biológico, psicológico, sexual y social inmediatamente posterior a la niñez.

Amor propio

Aceptación de los sentimientos que tenemos por nosotras mismas, hacia nuestro físico, personalidad, comportamientos, etc.

Autoconocimiento

Conocimiento de una misma tras reconocerse como persona individual con sus cualidades particulares, gustos, opiniones y también conocimiento del propio cuerpo.

Autoestima

Conjunto de percepciones, pensamientos, sentimientos y tendencias de comportamientos dirigidos hacia una misma, hacia nuestra manera de ser, y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y carácter.

Consentimiento

Significa estar de acuerdo, decir “sí” de forma explícita. Es una manifestación de voluntad en que una persona accede, quiere, permite o acepta algo. Es muy importante respetarlo.

Educación sexual

Serie de aprendizajes sobre el propio cuerpo, sobre cómo relacionarnos con él de forma consentida, amable y respetuosa y cómo hacerlo, de igual forma, con las demás personas. La educación sexual implica trabajar en el desarrollo de la autonomía y soberanía del cuerpo propio para poder tomar decisiones responsables y consientes en torno a nuestra sexualidad.

6

Entrevistando

Experta que nos enseña desde sus conocimientos y profesión

¿Quién?

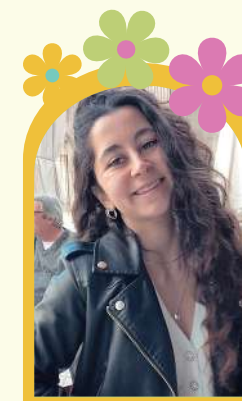
Clara Cortés, psicóloga y diplomada en sexualidad humana, nos habla sobre la educación sexual, con énfasis en el autoconocimiento. Actualmente trabaja como psicóloga clínica, y trata sobre la sexualidad humana, parejas, ansiedad, angustia y depresión, y además realiza talleres en colegios sobre estos temas.

¿Qué problemas hay en la educación sexual que se enseña en los colegios en Chile?

Es poco directa, no es lo suficientemente clara, y además adopta un tono de poco tacto. Además es descontextualizada la educación sexual en el sentido de que si bien pasan muchas cosas en el cuerpo al momento del coito, también se involucra mucho la parte emocional, que es algo que no suelen abordar en el colegio. Y es algo muy relevante de enseñar ya que puede generar traumas o problemas de autoestima, por lo que la forma de abordarlo es también un factor muy importante.

¿Qué opinas sobre internet como primera fuente de información para investigar sobre la sexualidad?

Los primeros resultados no suelen ser el consentimiento, o sobre el respeto o como vincularse, sino que son más bien resultados sobre los cuerpos, tipo anatomía. Va de la mano con lo que se enseña en la educación sexual que es mucho más sobre el



21

Las secciones de la categoría interactiva, por una parte se trata de poner en práctica los conocimientos adquiridos habiendo leído las secciones anteriores, a través de un Quiz por ejemplo.

También se busca crear interacción con la revista, específicamente en las secciones de 'Pregúntanos' y 'Mensajes para ti'. En estas la idea es que haya una participación de las adolescentes, haciendo parte de esta comunidad que se busca en la revista, a través de la colaboración. Esto va siguiendo la idea de que la revista sea hecha por y para ellas.

Se incluyen preguntas personales para reflexionar sobre el autoconocimiento en la sección de 'Espacio reflexivo', para poner en práctica la introspección.

Es en esta sección que se incluye el libreto de ejercicios, el cual contiene 6 ejercicios por un lado, y por el otro es un poster de la portada de la revista.

El libreto lo que busca es poner en práctica el autoconocimiento, a través de pequeños ejercicios personales, para reflexionar de sí mismas, sobre por ejemplo los cambios que están viviendo en la adolescencia y como se sienten al respecto. También busca ejercitar la autoestima, y reflexionar sobre los límites personales. Todo esto son ejercicios para poner en práctica el autoconocimiento.

Esta es la única parte de la revista que es una pieza aparte, ya que al ser ejercicios íntimos e importantes para el bienestar personal, la idea es que la interacción sea distinta a con la cual se interactúa la revista. Se busca que el libreto tome un rol importante ya que el autoconocimiento no es solo informarse leyendo si no que ponerlo en práctica es igual de importante.

Quiz

¿Qué tanto sabes sobre la educación sexual?

Selecciona la alternativa que consideres correcta

1. ¿La educación sexual solamente abarca las relaciones sexuales?
☐ Sí
☒ No
2. ¿La educación sexual es diferenciada entre mujeres y hombres?
☐ Sí
☒ No
3. ¿La educación sexual se enseña solo cuando ya somos grandes?
☐ Sí
☒ No
4. ¿Enseñar educación sexual se considera como adocrinar?
☐ Sí
☒ No

1. No, la educación abarca mucho más que eso como por ejemplo autoconocimiento, aprender a tomar decisiones conscientes, ejercer nuestros derechos, cuidar el propio cuerpo y la salud, respetar la diversidad, etc. 2. No, al contrario, busca educar desde un edad y justicia de género, donde no haya un trato diferente según si es hombre o mujer. 3. No, de hecho se debe enseñar lo antes posible desde la infancia, para poco a poco ir incorporando todos los conocimientos. 4. No, todas las temáticas que la educación sexual abarca son cosas que todas las personas viven alguna vez en su vida, por lo que no es adocrinar si no que enseñar y estar preparado para cuando llegue el momento.

Respuestas correctas

Quiz

¿Cuál es tu nivel de autoconocimiento?

Selecciona la alternativa y calcula cuantos puntos sumas

¿Qué tanto conoces tu propia vulva? En cuanto a anatomía, visualmente, rasgos.

1. No la conozco
2. Sé lo básico
3. La conozco muy bien

¿Tomas decisiones por ti misma, por tu bienestar sexual y tu propia integridad?

1. Priorizo las demás personas
2. A veces sí, a veces no
3. Siempre me priorizo

¿Reconoces tus propios procesos de la adolescencia? Cambios corporales, inicios de la sexualidad, etc.

1. Me comparo con las demás personas
2. Los reconozco pero no me gustan
3. Reconozco que estoy viviéndolo a mi propio tiempo

Puntaje obtenido

3 a 5 puntos

Hora de conocerte un poco más. Dale el tiempo y espacio para ti, eres lo más importante que tienes.

6 a 8 puntos

Vas bien encaminada, sigue conociéndote más. Siempre se puede aprender más de una misma.

9 puntos

Felicidades te conoces muy bien, es importante que lo valores y no lo pierdas. Sigue así lo has logrado.

Espacio reflexivo

Clave para fortalecer tu autoconocimiento

Es importante plantearse que conocernos a nosotros mismos es el primer paso hacia una vida más plena y con más posibilidades de un buen desarrollo personal. Y la mejor manera de hacer esto es con el autoconocimiento.

Es conocer tu cuerpo, tus gustos, tus límites, es conocerte a tí. Veámoslo de la siguiente manera: la única persona que va a pasar contigo el resto de tu vida eres tú. Eres la única persona que va a presenciar todos tus momentos de aprendizaje y todas tus etapas de crecimiento.

Dale la importancia, date un espacio y el tómate el tiempo para autoconocer.

A continuación te dejamos algunas preguntas para ti. La idea es que te tomes unos minutos para reflexionar cada pregunta, que te tomes el tiempo de pensar las respuestas acercándote y conociéndote más a ti misma. No hay respuesta incorrecta, este es un ejercicio para ti, para tu introspección personal.

¿Cómo te sientes con tu propio cuerpo?
¿Por qué?

¿Qué haces por ti misma?
Relacionado al amor propio, sobre hacer algo que te hace sentir bien a ti.

¿Te tratas a ti misma al igual que como te tratas a los demás?

¿Cómo te tratas a ti misma? Si a tus amigas o a tu gente querida la tratas con amor, con cariño y simpatía, por qué no a ti misma también.

¿Qué mujer quieres ser?
Ahora en un futuro cercano, y cuando más grande.

¿Como estás viviendo tu proceso de adolescencia?

Si tu respuesta conlleva a compararte con otras personas, no está bien. Cada una vive su propio proceso a su ritmo y a sus tiempos.

La última categoría de la revista es algo externo, por así decirlo, ya que se amplía a otros recursos educativos que no son de la revista Unidas.

La idea es que la educación sexual se difunda y se promueva, por lo que en la revista se agregan estos recursos para complementar la información y a la vez incentivar a las adolescentes a seguir aprendiendo.

Por otra parte es también una recomendación de recursos dentro de internet y redes sociales, que son buenas fuentes de información y que entregan contenido verídico sobre educación sexual.

Además, se agrega una sección de 'Empoderadas' donde se cuentan las historias de la adolescencia de chilenas que hoy en día son famosas. Así, una forma de inspirar a las adolescentes a salir adelante cuando la etapa de la adolescencia se hace difícil.

Empoderadas

Relatos para inspirarnos



Norma Monserrat Bustamante Laferte, mejor conocida como Mon Laferte, cantautora y artista.

El colegio no le fue fácil, describe su paso por la secundaria como una época turbulenta, un momento en la vida donde los cambios son difíciles. Pero a la vez fue solo un momento de su vida que recuerda como lo que la llevó a lo que es hoy. Su refugio siempre fue la música, la cual nace desde su abuela materna que cantaba en boleros.

sido su adolescencia, ahora se siente una mujer feliz y valiente. Pasó etapas difíciles pero logró superarlas, Mon Laferte es una mujer inspiradora con una historia que nos empodera. Así como para ella la música fue su refugio, también lo es para más personas. Lo considera como un espacio donde se conecta y se encuentra a ella misma desde la música.

Al día de hoy comenta que por más difícil que haya

40

Recomendando

Cosas entretenidas para seguir aprendiendo

Series



Sex education
Disponible en
Netflix



Sexify
Disponible en
Netflix

Libros



Mi cuerpo sexual
Escrito por Tamara Villanova



100 preguntas sobre sexualidad adolescente
Elaborado por Municipalidad de Santiago

Podcasts



Educación para decidir
Creado por Posta, disponible en Spotify



¿Qué sexo?
Disponible en Spotify, creado por Meibi

Videos



Lo que las mujeres jóvenes creen sobre su propio placer sexual
Ted Talk disponible en Youtube



Lo que no le enseñamos a los niños y niñas sobre el sexo
Ted Talk disponible en Youtube

44

IDENTIDAD GRÁFICA

Luego del proces de diseñar, probar e ite-
rar la identidad gráfica, se toman decisio-
nes para definir la identidad gráfica final, la
cual se puede ver a continuaión.

Logotipo

UNIDAS

UNIDAS

UNIDAS

Paleta de colores



C: 7
M: 24
Y: 89
K: 0



C: 0
M: 0
Y: 7
K: 0



C: 29
M: 5
Y: 67
K: 0



C: 33
M: 44
Y: 0
K: 0



C: 52
M: 0
Y: 31
K: 0



C: 10
M: 64
Y: 0
K: 0

Tipografía

Gibson Bold

Por Rod McDonald

Para títulos

Secular One

Por Michal Sahar

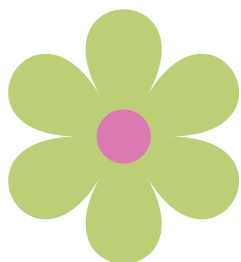
Para subtítulos

Candara

Por Gary Munch

Para cuerpos de texto

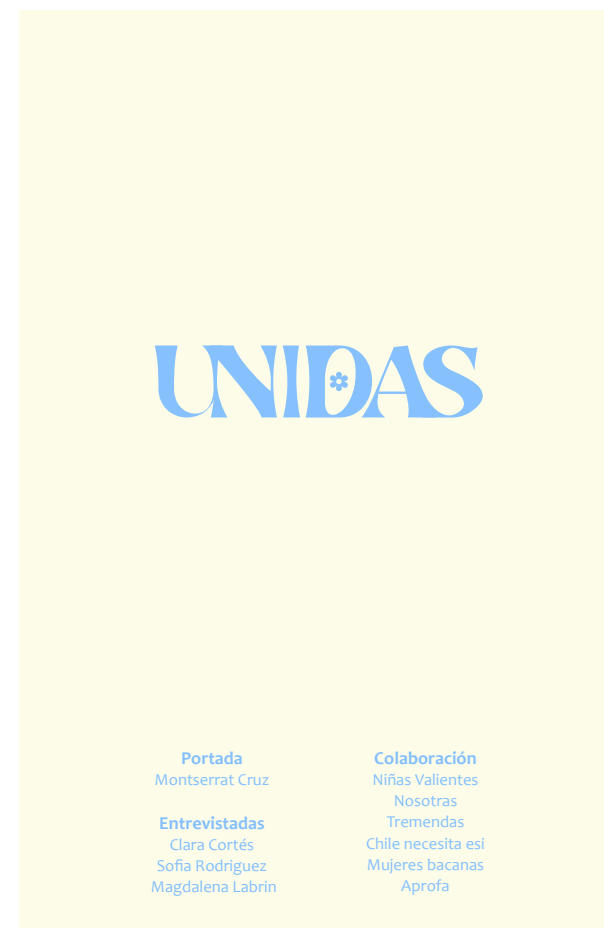
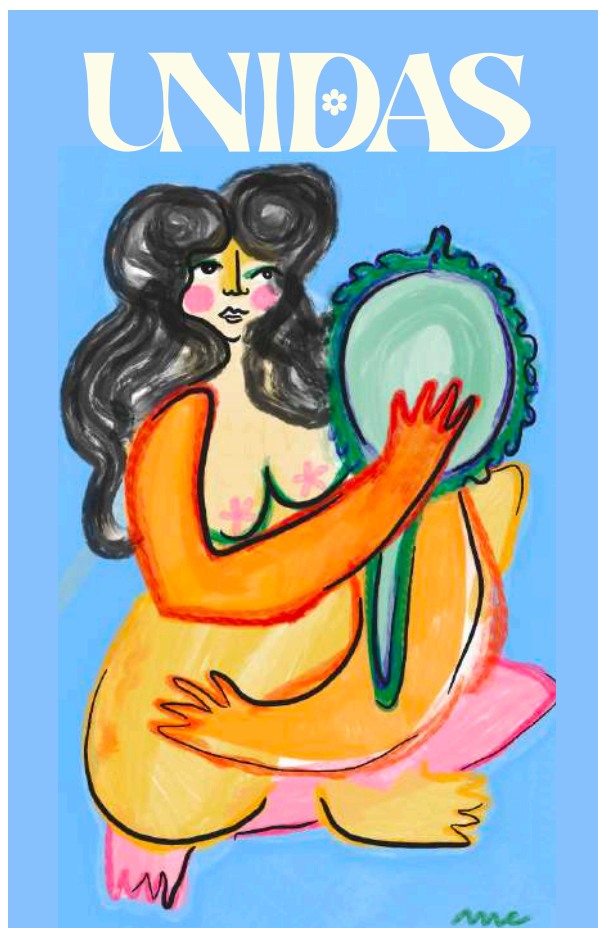
Elementos gráficos



Portada y contra portada.

Se incorporan en la contraportada los nombres de todas las personas que colaboraron en la realización de la revista, ya sea a través de entrevistas como ilustraciones entre otros.

Se incorporan nombres de fundaciones o marcas, como caso hipotético, pensando en que la revista tendría financiamiento por estos medios a modo de ejemplo.



VALIDACIÓN

Se realizó una validación al producto final, con el libreto incorporado.

La validación consistió en mostrar y explicar la revista a adolescentes, y hacerles preguntas en cuanto a su interés en la revista.

Como resultados, se vió un interés en la revista, surgieron comentarios positivos, y se les preguntó si les gustaría que se implementara esta revista oficialmente, a lo que un 100% mencionó que sí.

Surgieron algunos comentarios como refiriéndose a que es una muy buena iniciativa dado la carencia de educación sexual que hay, como también dijeron que es un aporte muy bonito.

Fue una validación muy positiva, se demostró que si sería un aporte a las adolescentes.



6 ESTRATEGIA DE IMPLEMENTACIÓN

COSTOS

Los costos asociados están basados en el costo unitario de una sola revista, y estos se multiplican por la cantidad de revistas que se imprimiría en un principio, que vendría siendo 300 revistas, para empezar.

ÍTEM	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
Hojas en tiro y retiro	13.300	3.990.000
Portada y contraportada	1.200	360.000
Folleto en tiro y retiro	700	210.000
Encuadernación	1.300	390.000
	16.500	4.950.000

FINANCIAMIENTO

La revista cuenta con páginas para espacio publicitario, con la finalidad de que marcas, empresas o fundaciones hagan participe como patrocinadores de la revista. El espacio publicitario de la revista estaría totalmente destinado a estos.

El único requisito para esto, es que la publicidad esté relacionada a temas de educación sexual y autonocimiento para adolescentes.

ESTRATEGIA DE DIFUSIÓN Y PUNTOS DE VENTA

Se busca asociarse con fundaciones por ejemplo con la fundación Niñas Valientes y Tremendas, de manera que publiciten la revista ya que trabajan sobre educación sexual y con mujeres adolescentes, por lo que sería un aporte para ambas partes.

Además, Tera Ideas es una editorial que trabaja con contenido de educación sexual, por lo que podría llegar a ser una estrategia de difusión y a la vez un punto de venta también.

Por otra parte los medios por donde más pasan las adolescentes, vale decir Instagram y Tik Tok son la mayor estrategia de difusión de la revista, por lo que sería importante estar presente en ambas plataformas.

Linktr.ee también es una estrategia de difusión efectiva para compartir fácil difusión sobre la revista y todo lo relacionado a esta.

7 CONCLUSIÓN

CONCLUSIÓN

Unidas es un proyecto que nace desde la carencia de educación sexual en el contexto del país, pero a la vez al ir trabajando de forma interdisciplinaria, colaborando con distintas personas y haciendo a la usuaria partícipe de la revista, hace que Unidas no solo enseñe sobre educación sexual si no que cree una red de personas y grupos que puede llegar a ser muy influyente.

Una revista creada para ellas y por ellas en su totalidad, donde la participación de cada una se vuelve importante y contribuye a toda una comunidad de mujeres.

En las interacciones con mujeres para temas del proyecto, siempre se hizo presente la carencia de educación sexual, y como nosotras nos apañamos para sobrellevar esta carencia, sin la ayuda del gobierno o políticas públicas, si no que entre todas nosotras, unidas. Y a la vez se crearon instancias de mucho apoyo verbal hacia el proyecto, donde compañeras, entrevistadas y mujeres en general, reconocen que

hay una oportunidad enorme de mejorar la carencia de educación sexual en el país, y con proyectos como este, es como mejor se va enseñando y fomentando que las adolescentes necesitan educación sexual urgente.

A la vez fue un desafío trabajar con adolescentes entre 10 y 19 años, específicamente con las más pequeñas dentro de este rango etario, ya que mientras más chicas eran, más se limitaban a hablar del tema. Es un tema incómodo para ellas, o les avergüenza hablarlo ya que no está normalizada la educación sexual, no se les da el espacio para el diálogo.

Siendo así, la idea de este proyecto no es solo enseñar sobre educación sexual y autoconocimiento, si no que empezar de a poco a ir normalizando que esta materia existe, es urgente, y hay un montón de intención por mejorarla, pero falta apoyo para poder lograr algo efectivamente. En ese sentido, Unidas formaría una gran red

de personas que luchan por mejorar la carencia de la educación sexual, y a la vez, esperar que con muchas voces unidas se pueda hacer un cambio más radical.

PROYECCIÓN

Como proyección a corto plazo vendría siendo implementar la revista, asociarme con fundaciones o marcas que trabajen sobre educación sexual y adolescencia, y así poder empezar a difundir desde redes ya existentes. La mejor manera de empezar a llevar a cabo esta revista, es desde lugares donde ya se trabaje esta materia.

Como proyección más a largo plazo se busca que la revista amplie su rango etario y también su diversidad en géneros. Que haya una revista Unidas para mujeres adultas, o que haya una revista Unidas para la comunidad LGBTQ+, y que cada una de estas revistas abarque la educación sexual y autoconocimiento desde las propias vivencia de estos grupos.

8 REFERENCIAS

Actis, C. C., & Mestre-Bach, G. (2021). Consecuencias del uso excesivo de pornografía en los adolescentes. The Conversation. <https://theconversation.com/consecuencias-del-uso-excesivo-de-pornografia-en-los-adolescentes-155731>

Agenda País. (2022, Junio17). Experta en salud pública alerta sobre el aumento del VIH en jóvenes entre 15 y 29 años. El Mostrador. <https://www.elmostrador.cl/agenda-pais/2022/06/17/experta-en-salud-publica-alerta-sobre-el-aumento-del-vih-en-jovenes-entre-15-y-29-anos/>

Aguilera, M. M. (s.f.). Cómo influyen las redes sociales en los adolescentes. The Conversation. <https://theconversation.com/como-influyen-las-redes-sociales-en-los-adolescentes-162621>

Aliaga, C. (2022, December 28). Alza de contagios de Sífilis en Chile: secuelas irreversibles ante la falta de tratamiento oportuno - Universidad de Chile. Wwww.uchile.cl. <https://uchile.cl/noticias/200631/alza-de-sifilis-en-chile-el-riesgo-de-secuelas-irreversibles#:~:text=Este%20aumento%20de%20casos%20informado>

BBC Mundo. (2018). La guía para adolescentes que muestra cómo luce una vulva “normal.” BBC News Mundo. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-43380531>

Belhouchat, V. (2020, December 7). La masturbación femenina todavía es un tabú. Alharaca. <https://www.alharaca.sv/series/sexo-sinverguenzas/la-masturbacion-femenina-todavia-es-un-tabu/>

Bravo, C. M. Z., & Encalada, S. C. O. (2021). Educación sexual y redes sociales: Estrategia innovadora para prevenir el embarazo adolescente. Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía, 6(Extra 3), 379–400. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8019905>

Bravo, M. (2023, March 2). Nosotras® impulsa el “Día de la Vulva” para promover el autodescubrimiento femenino. ANDA. <https://www.anda.cl/nosotras-impulsa-el-dia-de-la-vulva-para-promover-el-autodescubrimiento-femenino/>

Calero Yera, E., Rodríguez Roura, S., & Trumbull Jorlen, A. (2017). Abordaje de la sexualidad en la adolescencia. Humanidades Médicas, 17(3), 577–592. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202017000300010

Chile, A. G. (2022, February 14). Por qué la sexualidad plena y la salud reproductiva deben estar en la nueva Constitución. CIPER Chile. <https://www.ciperchile.cl/2022/02/14/por-que-la-sexualidad-plena-y-la-salud-reproductiva-deben-estar-en-la->

nueva-constitucion/

Cifuentes Vidal, P. (2020). Educación Sexual en los Países Bajos Autor Comisión Resumen. https://obtienearchivo.bcn.cl/obtienearchivo?id=repositorio/10221/28821/1/BCN__Holanda_educacion_sexual_Final.pdf

Creixell, M. (2021, April 14). SEXus presenta “Vaya noche”, el corto audiovisual para promover sexualidades libres de violencias. ABD. https://abd.org/igualdad-de-genero/sexus-presenta-vaya-noche-el-corto-audiovisual-para-promover-sexualidades-libres-de-violencias/?gclid=Cj0KCQjw8NilBhDOARIsAHzpbLCUkcUDikMOuU2TcNWS6l9u2iaaa3jz9vjpSae6_FebNII3W6Cq-3UaAqEuEALw_wcB

del Rio, S. (2021, April 22). La educación sexual en los países de la Unión Europea. Fundación Sexpol. <https://www.sexpol.net/la-educacion-sexual-en-los-paises-de-la-union-europea/#:~:text=la%20educaci%C3%B3n%20sexual->

Efe. (2020, February 16). La educación sexual tiene que empezar en casa, según sexólogos y docentes. Diario ABC. https://www.abc.es/familia/educacion/abci-educacion-sexual-tiene-empezar-casa-segun-sexologos-y-docentes-202002160118_noticia.html

Espinoza, N. (2021, May 14). Pandemia y autoconocimiento: “La masturbación femenina es más tabú porque se nos reprimió desde siempre, mientras que a los hombres se les fomentó como parte de su masculinidad.” El Mostrador. <https://www.elmostrador.cl/braga/2021/05/14/pandemia-y-autoconocimiento-la-masturbacion-femenina-es-mas-tabu-porque-se-nos-reprimio-desde-siempre-mientras-que-a-los-hombres-se-les-fomento-como-parte-de-su-masculinidad/>

García Arano, C. (2020). El diseño como una necesidad interdisciplinar. Una reflexión desde la academia. *Intersticios Sociales*, 20, 77–101. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-49642020000200077

GGF. (2010, April 1). HOLANDA: LA EDUCACION SEXUAL COMIENZA A LOS 5 AÑOS. Grupo NUEVAREGION.COM. <https://nuevaregion.com/holanda-la-educacion-sexual-comienza-a-los-5-anos/>

González A, E., Molina G, T., & Luttges D, C. (2015). Características de la educación sexual escolar recibida y su asociación con la edad de inicio sexual y uso de anticonceptivos en adolescentes chilenas sexualmente activas. *Revista Chilena de Obstetricia Y Ginecología*, 80(1), 24–32.

<https://doi.org/10.4067/s0717-75262015000100004>

JGM, R. (2022, December 19). Día nacional del Femicidio: Sin Educación Sexual Integral el Estado sigue en deuda. Radio JGM. <https://radiojgm.uchile.cl/dia-nacional-del-femicidio-sin-educacion-sexual-integral-el-estado-sigue-en-deuda/>

Jiménez, I. G.-V., & Cantarino, S. G. (2022, April 5). Las pioneras en la historia de la sexualidad femenina. The Conversation. <https://theconversation.com/las-pioneras-en-la-historia-de-la-sexualidad-femenina-178960>

León, A. (2023, May 29). Encuesta de Fundación Tremendas: el 80% de las jóvenes le da máxima importancia a recibir educación ambiental en el colegio. La Tercera. <https://www.latercera.com/nacional/noticia/encuesta-de-fundacion-tremendas-el-80-de-las-jovenes-le-da-maxima-importancia-a-recibir-educacion-ambiental-en-el-colegio/IJPQDZIWFNFAFB5GLMDZJ27MWI/>

Lopez, A. (2021, November 24). La cultura de la pornografía y la violencia contra las mujeres. Feministes de Catalunya. <https://feministes.cat/es/blog/cultura-pornografia-violencia-contra-mujeres>

Lopez, L., Romero, G. R., Salabarría, M., & Casino, M. I. (2008). La adolescencia y su importancia para la vida. Archivos de Medicina, 4(5). <https://www.itmedicalteam.pl/articles/la-adolescencia-y-su-importancia-para-la-vida-103188.html>

Lourdes. (2022, April 28). Qué es el diseño editorial: definición, tipos y usos generales. Como - Estudio Creativo. <https://asiescomo.com/el-diseno-editorial/>

Mineduc. (2019, May 15). Proyecto para incorporar la educación sexual desde 5o básico. Ministerio de Educación. <https://www.mineduc.cl/educacion-sexual-desde-5o-basico/>

Nacional, B. del C. (n.d.). Biblioteca del Congreso Nacional | Ley Chile. www.bcn.cl/Leychile. <https://www.bcn.cl/leychile/navegar?idNorma=1010482>

NOS. (2023, February 1). Diseño, una interdisciplina y experiencia proyectual - Revista Nos. Revistanos. <https://revistanos.cl/diseño-una-interdisciplina-y-experiencia-proyectual/>

OMS. (2019). Tenemos derecho a tener salud. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/312341/9789243514604-spa.pdf>

Porporatto, M. (2022, February 23). Importancia de la revista. Importancias. <https://importancias.com/revista/>

Press, E. (2019, February 13). Las primeras relaciones sexuales se adelantan a 13,1 años en niños y 15,2 años en niñas, según un experto. www.infosalus.com. <https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-primeras-relaciones-sexuales-adelantan-131-anos-ninos-152-anos-ninas-experto-20190213170148.html>

Quevedo, S. (2016, January 29). El 62% de los abusos sexuales a niños y adolescentes ocurren en sus hogares. [Publimetro Chile](http://www.publimetro.cl). <https://www.publimetro.cl/cl/noticias/2016/01/29/62-abusos-sexuales-ninos-adolescentes-ocurren-hogares.html>

Recio, J. (2008, October 13). La importancia de las revistas en la comunicación publicitaria: Jornadas en Ciencias de la Información (UCM) - Documentación. [Madrimasd](http://www.madrimasd.org). <https://www.madrimasd.org/blogs/documentacion/2008/10/13/103382>

Rodriguez, J. (2023, June 2). Escuchar a las niñas. *La Tercera*. <https://www.latercera.com/opinion/noticia/escuchar-a-las-ninas/WW7Y654BFFHIPAW3EPVP2Z7PAA/>

Rull, Á. (2023, May 4). La fragilidad de la autoestima en los

adolescentes. *Elperiodico*. <https://www.elperiodico.com/es/ser-feliz/20230504/fragilidad-autoestima-adolescentes-dv-86530096>

Santos, D. de O., Gomes, F. A., Teixeira, K. R., Roever, L., Fuzissaki, M. de A., Faleiros, T., & Lima, T. de C. (2017). Vulnerabilidade de adolescentes em pesquisa e prática clínica. *Revista Bioética*, 25(1), 72–81. <https://doi.org/10.1590/1983-80422017251168>

Schonhaut B, L., & Millán K, T. (2011). La educación sexual debe comenzar en el hogar y continuar en la escuela. *Revista Chilena de Pediatría*, 82(5), 454–460. <https://doi.org/10.4067/S0370-41062011000500012>

Sename. (2014). Observatorio Abuso Sexual Infantil y Adolescente en Chile. <https://www.sename.cl/wsename/otros/observatorio2016/Informe-Sename-Digital-116-pag.pdf>

Serrano, M. (2015, January 12). Mujeres condenadas a la hipersexualización: ¿cómo reducir este impacto en nuestras hijas? Mónica Serrano. <https://www.psicologiaycrianza.com/mujeres-condenadas-a-la-hipersexualizacion-como-reducir-este-impacto-en-nuestras-hijas/#:~:text=As%C3%AD%2C%20la%20hipersexualizaci%C3%B3n%20de%20las>

Universia. (2014). Red de Portales News Detail Page. Www.universia.net. <https://www.universia.net/es/actualidad/orientacion-academica/internet-fuente-informacion-sexual-mas-utilizada-adolescentes-1115042.html>

Ventas, L. (2015, November 26). Por qué la masturbación femenina sigue siendo un tabú. BBC News Mundo. https://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/11/151119_100_mujeres_masturbacion_femenina_tabu_lvi

9 ANEXOS

PARTICIPACIÓN INFORMADA

En cada proceso de prototipado se deja claro desde un principio de qué se trata el prototipado, cual sería la interacción y que la participación es totalmente voluntaria. Además se explicita que es para un proyecto universitario, tanto las fotos como los resultados no serán usados fuera de esta instancia.

A continuación, es el documento mostrado en los prototipados para hacer efectiva la información.

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CHILE

diseño | UC
Pontificia Universidad Católica de Chile
Escuela de Diseño

PARTICIPACIÓN INFORMADA

Proyecto "UNIDAS"
Estudiante Camila Strauser, Rut 20.286.451-1
Profesora Guía Florencia Tami

Están participando en el proyecto de Título UNIDAS a cargo de la estudiante de la Escuela de Diseño de la Pontificia Universidad Católica de Chile, Camila Strauser. El objetivo de este consentimiento es informarle a usted a tomar la decisión de participar o no en este proyecto. Usted no está obligada a participar y/o puede arrepentirse de esta participación en cualquier momento durante la ejecución de este proyecto.

Este proyecto es una revista sobre educación sexual y autoconocimiento, dirigido a mujeres adolescentes, con el fin de enseñarles sobre sus propios cuerpos y cambios que se viven en el proceso a la adolescencia. La idea de esta revista es que sea creada por y para ellas (ustedes), por lo que su participación es clave para el buen desarrollo del proyecto. La participación consiste en hacer parte del testeo de la revista, evaluando aspectos funcionales y gráficos, con el fin de iterarlo y mejorarlo.

Los nombres de los participantes no aparecerán en los registros. Los datos serán usados exclusivamente para medir los aspectos mencionados anteriormente durante la actividad lúdica. Los datos serán analizados por personal del proyecto, y estarán bajo la custodia de la estudiante y Profesor Guía responsable.

Toda información acerca del tema en estudio será usada sólo con fines académicos.

Si tiene alguna duda, pregunta o reclamo puede contactar a la investigadora responsable en el teléfono 965154357 o en el mail catrauser@uc.cl. Si considera que sus derechos como participante en la investigación, no han sido respetados, puede contactar al Comité de Ética en Investigación de la Pontificia Universidad Católica de Chile (etica@investigacion@uc.cl).

Habiendo leído este documento, entiendo que el objetivo de investigación y todo lo relacionado con mi participación me ha sido explicado claramente, que he comprendido el contenido de esta página, que estoy de acuerdo en participar del estudio y que autorizo el uso de mi imagen para los fines del estudio.

diseño | UC
Pontificia Universidad Católica de Chile
Escuela de Diseño

Florencia Tami
Nombre y firma
Profesor Guía

Santiago, Julio 2023

Campus La Comandante, Facultad de Arquitectura, Diseño y Estudios Urbanos, Escuela de Diseño UC, Teléfono (562) 344 5534, El Comendador 1916, Providencia, Santiago - Chile