

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
FACULTAD DE ARQUITECTURA Y DISEÑO  
LICENCIATURA EN DISEÑO GRÁFICO

"Desarrollo de material educativo y promocional para el colectivo Guatemala Menstruante."

PROYECTO DE GRADO

**MELANY ANAYANCI MANTANICO MAZARIEGOS**  
CARNET 11710-14

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, SEPTIEMBRE DE 2018  
CAMPUS CENTRAL

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
FACULTAD DE ARQUITECTURA Y DISEÑO  
LICENCIATURA EN DISEÑO GRÁFICO

"Desarrollo de material educativo y promocional para el colectivo Guatemala Menstruante."

PROYECTO DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE  
ARQUITECTURA Y DISEÑO

POR  
**MELANY ANAYANCI MANTANICO MAZARIEGOS**

PREVIO A CONFERÍRSELE

EL TÍTULO DE DISEÑADORA GRÁFICA EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, SEPTIEMBRE DE 2018  
CAMPUS CENTRAL

## **AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**

RECTOR: P. MARCO TULIO MARTINEZ SALAZAR, S. J.  
VICERRECTORA ACADÉMICA: DRA. MARTA LUCRECIA MÉNDEZ GONZÁLEZ DE PENEDO  
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: ING. JOSÉ JUVENTINO GÁLVEZ RUANO  
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: P. JULIO ENRIQUE MOREIRA CHAVARRÍA, S. J.  
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: LIC. ARIEL RIVERA IRÍAS  
SECRETARIA GENERAL: LIC. FABIOLA DE LA LUZ PADILLA BELTRANENA DE LORENZANA

## **AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE ARQUITECTURA Y DISEÑO**

DECANO: MGTR. CRISTIÁN AUGUSTO VELA AQUINO  
VICEDECANO: MGTR. ROBERTO DE JESUS SOLARES MENDEZ  
SECRETARIA: MGTR. EVA YOLANDA OSORIO SANCHEZ DE LOPEZ  
DIRECTOR DE CARRERA: MGTR. GUSTAVO ADOLFO ORTIZ PERDOMO

## **NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN**

MGTR. PATRICIA DEL CARMEN VILLATORO CASTILLO DE PAZ

## **TERNA QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN**

MGTR. ANDREA GABRIELA LÓPEZ VELIZ  
LIC. DAVID ALFARO VALLADARES  
LIC. EILEEN PAOLA ARANGO HERRERA

# CARTA DEL ASESOR



Facultad de Arquitectura y Diseño  
Departamento de Diseño Gráfico  
Teléfono: (502) 2426 2626 ext. 2428  
Campus Central, Vista Hermosa III, Zona 16  
Guatemala, Ciudad. 01016

Reg. No. DG.162-2018

Departamento de Diseño Gráfico de la Facultad de  
Arquitectura y Diseño a los dieciséis días del mes de julio de  
dos mil dieciocho.

Por este medio hacemos constar que el(la) estudiante **MELANY ANAYANCI MANTANICO MAZARIEGOS, carné 1171014**, cumplió con los requerimientos del curso de Proyecto de Grado en Diseño Gráfico.

Por lo que puede solicitar el trámite respectivo para la Presentación de Proyecto de Grado, previo a optar al grado académico de Licenciado(a).



Mgtr. Patricia Villatoro de Paz  
ASESORA DE PROYECTO

# ORDEN DE IMPRESIÓN



FACULTAD DE ARQUITECTURA Y DISEÑO  
No. 031377-2018

## Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Proyecto de Grado de la estudiante MELANY ANAYANCI MANTANICO MAZARIEGOS, Carnet 11710-14 en la carrera LICENCIATURA EN DISEÑO GRÁFICO, del Campus Central, que consta en el Acta No. 03139-2018 de fecha 31 de agosto de 2018, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

"Desarrollo de material educativo y promocional para el colectivo Guatemala Menstruante."

Previo a conferírsele el título de DISEÑADORA GRÁFICA en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 4 días del mes de septiembre del año 2018.



  
MGTR. EVA YOLANDA OSORIO SANCHEZ DE LOPEZ, SECRETARIA  
ARQUITECTURA Y DISEÑO  
Universidad Rafael Landívar

# AGRADECIMIENTOS

A mi mamá por siempre impulsarme a cumplir mis metas, por darme ánimos y consejos, por todo el amor. A mi papá quién me forjó el carácter y visión para nunca rendirme, te extraño todos los días. Les agradezco a ambos por la oportunidad de estudiar, por la paciencia e inspiración a ser mejor cada día.

Agradezco a mi asesora, Patty Villatoro, por su apoyo y paciencia. Por sus enseñanzas y por siempre creer en mí. Gracias por guiarme y ayudarme en cada paso de este proyecto, sin su guía no hubiera sido posible.

Le doy las gracias a mis amigos, quienes siempre creyeron en mí cuando yo no podía hacerlo, por sus consejos y chistes que fueron la luz para abrirme paso en la carrera, por toda su ayuda y amor cuando más lo necesitaba. Los amo con todo el corazón y no los cambiaría por nada; gracias por darme la oportunidad de llamarlos amigos.

A mi hermana, Abby, por ser mi ayuda y asistente, por no tener miedo a darme las mejores críticas constructivas, por estar siempre al pendiente. Eres mi inspiración y motivación, la razón por la que me esfuerzo a ser un mejor ejemplo y persona todos los días.

## DEDICATORIA

A mi madre Imelda,  
*gracias por ser tan humana e imperfecta.*

A Abby y a todas las grandes mujeres en mi vida,  
*ustedes fueron mi inspiración y motivación.*

A mi padre Henry,  
*te llevo en cuerpo y alma.*

# ÍNDICE

## PROCESO ESTRATÉGICO CREATIVO NIVEL 5

<b>0. INTRODUCCIÓN</b>	<b>pág. 12</b>
<b>● GESTIÓN DE LA ESTRATEGIA DE DISEÑO</b>	
<b>1. FAMILIARIZACIÓN CON EL CLIENTE Y EL PROYECTO</b>	<b>pág. 14</b>
<b>2. COMPRENSIÓN Y DEFINICIÓN DE LA NECESIDAD</b>	<b>pág. 20</b>
<b>3. DEFINICIÓN DE OBJETIVOS</b>	<b>pág. 22</b>
<b>4. MARCO DE REFERENCIA</b>	<b>pág. 24</b>
<b>4.1</b> - Información del cliente	pág. 25
<b>4.1.1</b> - Análisis antecedentes y competencias	pág. 28
<b>4.2</b> - Recopilación de información del tema	pág. 38
<b>4.2.1</b> - Sujeto de estudio, experto en el tema	pág. 54
<b>5. CONTENIDO TEÓRICO DE DISEÑO</b>	<b>pág. 60</b>
<b>5.1</b> - Sujeto de estudio, experto en diseño	pág. 103
<b>5.2</b> - Análisis objetos de estudio	pág. 108
<b>5.3</b> - Experiencia desde el diseño	pág. 115
<b>6. COMPRENSIÓN DEL GRUPO OBJETIVO</b>	<b>pág. 138</b>



● **GESTIÓN DEL PROCESO DE DISEÑO**

<b>7. CONTENIDO DEL MATERIAL GRÁFICO</b>	<b>pág. 150</b>
<b>8. DISEÑO DEL CONCEPTO</b>	<b>pág. 152</b>
<b>8.1</b> - Análisis conceptos preliminares	pág. 165
<b>8.2</b> - Fundamentación de la idea	pág. 169
<b>9. CODIFICACIÓN DEL MENSAJE</b>	<b>pág. 173</b>
<b>10. PLANEACIÓN ESTRATÉGICA DE MEDIOS</b>	<b>pág. 183</b>
<b>10.1</b> - Selección de las piezas	pág. 184
<b>10.2</b> - Fases estratégicas de comunicación	pág. 187
<b>10.3</b> - Proyección financiera	pág. 191
<b>11. PROCESO DE BOCETAJE FASE 1</b>	<b>pág. 192</b>
<b>11.1</b> - Propuesta preliminar Fase 1	pág. 240
<b>12. VALIDACIÓN TÉCNICA DEL DISEÑO PRELIMINAR FASE 1</b>	<b>pág. 246</b>
<b>12.1</b> - Cambios de validación Fase 1	pág. 254
<b>13. PROCESO DE BOCETAJE FASE 2</b>	<b>pág. 262</b>
<b>13.1</b> - Propuesta preliminar Fase 2	pág. 288
<b>14. VALIDACIÓN TÉCNICA DEL DISEÑO PRELIMINAR FASE 2</b>	<b>pág. 297</b>
<b>14.1</b> - Cambios de validación Fase 2	pág. 302



## ● GESTIÓN DE LA IMPLEMENTACIÓN DE DISEÑO

<b>15. FUNDAMENTACIÓN Y PROPUESTA FINAL</b>	<b>pág. 311</b>
<b>15.1</b> - Propuesta final	pág. 352
<b>16. PRODUCCIÓN Y REPRODUCCIÓN</b>	<b>pág. 364</b>
<b>16.1</b> - Especificaciones técnicas	pág. 365
<b>16.2</b> - Informe técnico que acompaña los archivos finales	pág. 376
<b>16.3</b> - Presupuesto de reproducción y diseño	pág. 380
<b>17. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	<b>pág. 384</b>
<b>18. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	<b>pág. 388</b>
<b>19. ANEXOS</b>	<b>pág. 397</b>



# RESUMEN EJECUTIVO

Guatemala Menstruante es un colectivo de mujeres que buscan romper moldes, estigmas y mitos en temas de sexualidad femenina desde un enfoque juvenil y feminista. Debido a que los temas de sexualidad en la sociedad guatemalteca son tabú y suelen estar llenos de prejuicios, en especial la sexualidad femenina, lo que abre paso a que haya una falta de educación sexual la cual debe enseñarse a las mujeres desde su temprano desarrollo para que de esta manera se empoderen y recuperen su cuerpo como primer territorio de lucha.

A partir de esta necesidad se fueron trazando los objetivos en torno al desarrollo de material educativo que ayude a mujeres jóvenes y jóvenes adultas guatemaltecas a conocer más sobre la importancia de una sexualidad sana, consciente y libre y de autoconocer su cuerpo.



# INTRO - DUCCIÓN

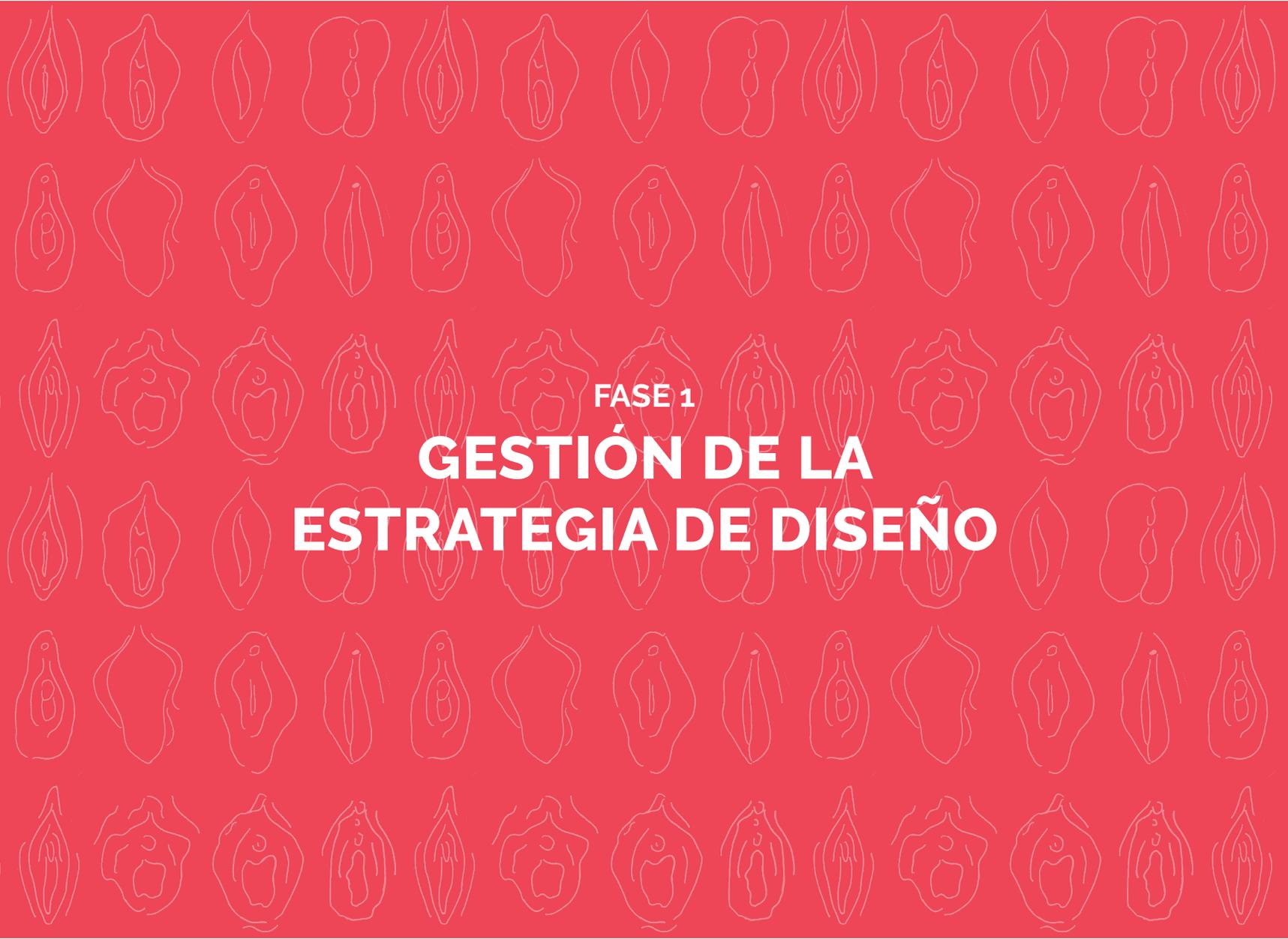
Los temas de sexualidad actualmente en la sociedad guatemalteca son temas tabús para la población en general y en especial la sexualidad femenina la cual debe enseñarse a las mujeres durante su crecimiento y desarrollo además del concepto del aparato reproductor y su finalidad de procrear como única función y propósito.

Hay muy pocas organizaciones que se dedican a enseñar a la mujer sobre como vivir su sexualidad para bienestar propio. Sin embargo, Guatemala Menstruante es la única organización que trabaja desde la perspectiva de visibilizar la sangre menstrual. Que las personas reconozcan la menstruación y los cambios que sufre el cuerpo de la mujer como un proceso natural que debe respetarse para de esta manera recuperar el cuerpo como primer territorio de lucha.

Es importante que las mujeres entiendan a profundidad los procesos que su cuerpo sufre a lo largo de los años y las distintas etapas de su vida, ya que se encuentra fuertemente ligado a la salud integral de la mujer. Que reconozcan la importancia de hablar y compartir sobre estos temas para empoderarse de su propio cuerpo que es la herramienta principal que utilizaran diariamente hasta el final de sus días.

Y debido a esta falta de herramientas para facilitar el compartir y enseñar esta valiosa información, se buscó implementar una propuesta que solventara el problema de comunicación logrando que las mujeres se interesen y pierdan el miedo a informarse, la iniciativa de asistir a los espacios que el Colectivo ofrece y compartir sus experiencias con futuras generaciones de mujeres.





FASE 1

# GESTIÓN DE LA ESTRATEGIA DE DISEÑO



1

# FAMILIARIZACIÓN

CON EL CLIENTE Y EL PROYECTO

# FAMILIARIZACIÓN DEL CLIENTE

## GUATEMALA MENSTRUANTE



### NOMBRE DE LA ORGANIZACIÓN

Guatemala Menstruante

### PÁGINA WEB

<https://www.facebook.com/guatemalamenstruante/>

### CORREO

guatemalamenstruante@gmail.com

### CONTACTO

Andrea Aguilar

5205-0570

### UBICACIÓN

Ciudad de Guatemala, Guatemala

La sexualidad femenina en Guatemala es un tema que se ve envuelto en prejuicios y tabús. Muchas creciendo con poca o sin ningún tipo de educación o acceso a información clara respecto a la sexualidad; por lo que la falta de información ha traído distintas consecuencias a la vida de los mujeres como embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual (ETS), etc.

Según el Instituto Guttmacher (2017) en Guatemala se cuenta con un marco institucional y normativo para la Educación Integral en Sexualidad (EIS) con la finalidad de preparar a los jóvenes para que lleven vidas sexuales y reproductivas saludables y satisfactorias. Pero estos no cumplen con la malla curricular que constituyen los temas de EIS. Entre los distintos retos están que se proporciona información incompleta, y algunas veces, inexacta y la falta de capacitación y recursos para educadores.

El eje de salud integral abarca el promover y difundir alternativas para cuidar, conservar y potenciar la salud integral de la persona ya sea en apoyar la educación, brindando información a la importancia de factores clave para el cuidado de la salud en cualquier etapa de la vida. De esta forma Guatemala Menstruante, un colectivo



de mujeres que trabajan principalmente temas de menstruación y salud menstrual dirigida a mujeres empieza a dar charlas y talleres de salud sexual para mujeres en escuelas, colegios y universidades de la ciudad. Buscan romper moldes, remover estigmas y mitos en temas de sexualidad y menstruación.

Este surge a partir de la discusión de dos amigas que juntas se dieron cuenta de la poca información que se difunde en la sociedad guatemalteca acerca de la menstruación y salud sexual. Apoyándose mutuamente para conocer mejor este proceso de sus cuerpos y sobre distintos productos menstruales, y a partir de esta experiencia compartida llegaron a la conclusión de que es muy importante que las mujeres tengan un espacio en el que puedan discutir en plena confianza y libertad acerca de estos temas que culturalmente se representan de manera muy negativa.

Han creado espacios de discusión seguros donde las participantes se sintieran en plena confianza de hacer preguntas y compartir experiencias, con el objetivo de eliminar poco a poco estigmas que giran alrededor de estas temáticas. Aunque originalmente las discusiones se

recibían solo entre mujeres, recientemente hombres han comenzado a incorporarse.

El proyecto ha llegado más allá y han participado en festivales de arte y organizan actividades como cine foros y mesas redondas. Es gracias a este tipo de actividades que han logrado ganar reconocimiento por parte de otras organizaciones feministas.

La intervención gráfica entonces se llevará a cabo en diseñar material que respalde y apoye las charlas y talleres que Guatemala Menstruante imparte en las Carpas Rojas, escuelas, colegios y universidades de la ciudad capital; ampliando así su alcance del grupo objetivo.

La labor de Guatemala Menstruante va dirigida principalmente a mujeres desde un enfoque feminista y del empoderamiento de la mujer en la sociedad actual; también han tenido experiencias y trabajado con jóvenes de ambos sexos al impartir charlas y talleres en escuelas, colegios y universidades.



Por lo que la finalidad del proyecto es dar las herramientas necesarias a las mujeres guatemaltecas de la capital para vivir una sexualidad sana e integral.

Cabe destacar que entre su competencia se encuentran la Red de Jóvenes para la Incidencia Política (IncideJoven) que cuentan con programas de formación desde una red de hombres y mujeres jóvenes en 8 departamentos de Guatemala; de incidencia política en el cumplimiento por parte del Estado de los derechos reproductivos y sexuales de adolescentes y jóvenes, de investigación y la generación de información científica, que permitan sistematizar, analizar y evidenciar la realidad de las juventudes guatemaltecas y de comunicación como eje esencial que incluye el análisis de los medios de comunicación y nuevas formas de comunicar, generar y divulgar información.

Y la Red Latinoamericana y Caribeña de Jóvenes por los Derechos Sexuales, RedLAC que es una articulación regional de organizaciones y colectivos juveniles autónomos, que trabajan a favor de la defensa y promoción de los derechos sexuales de las y los jóvenes en América Latina y El Caribe. Actualmente está conformada por

organizaciones y jóvenes de 6 países de la región: Ecuador, El Salvador, Colombia, Nicaragua, Guatemala y México.

Pero Guatemala Menstruante a pesar de ser un colectivo pequeño ha adquirido posicionamiento tanto a nivel nacional como latinoamericano entre organizaciones que manejan temáticas similares de sexualidad, feminismo y derechos sexuales y reproductivos.

En Guatemala las denominadas Carpas Rojas realizadas una vez al mes en la Casa de Cervantes se abordan distintos temas para la reflexión del reconocimiento del cuerpo femenino, la menstruación, maternidades y paternidades, salud sexual y reproductiva, acoso callejero, género y el autoconocimiento.

Instituciones educativas, organizaciones sociales y grupos comunitarios han contactado con el colectivo para el apoyo con charlas, talleres o espacios de reflexión en sus instalaciones. Han participado también en festivales de arte y han redactado algunos artículos informativos y reflexivos sobre estas temáticas en medios como La Cuerda y el Centro de Medios Independientes (CMI).



Ahora dentro de los retos del proyecto a nivel organizacional y de contenido es el trabajar de manera objetiva sin ofender a nadie en cuanto al tono y manera en el que se comparte el contenido; ya que al ser temáticas que no suelen platicarse abiertamente y se encuentran rodeadas de tabúes existe el riesgo de censura del contenido o material a distribuir. Y en cuanto al apoyo en recursos económicos de las instituciones educativas para la difusión del contenido y las impresiones del mismo para su uso en la institución.

Otro de los retos del proyecto a nivel gráfico es dosificar el contenido a trasladar y capturar la atención de las participantes por medio de un diseño amigable y juvenil que enriquezca la percepción de los temas y fomente una asistencia constante a cada charla o taller.

El éxito del proyecto se medirá en que la organización sea mejor vista y aceptada en más espacios dentro de la ciudad, con más espacios de incidencia y de compartir información respecto a la sexualidad integral de las mujeres guatemaltecas. Además se medirá también por el incremento de ingresos con la venta de los materiales diseñados.

La intervención facilitará aumentar la participación de las mujeres en cuanto a actividades y espacios que traten los temas de sexualidad integral para llegar a más público a mediano y largo plazo. Medido según asistentes a las actividades y espacios de reflexión de la organización y seguidores en sus redes sociales.

El plan del programa del proyecto será dividido en fases según el material a desarrollar.

#### **Fases del proyecto:**

- **Fase 1**
  - Convocatoria a talleres
  - Material promocional, expectativa en redes
  
- **Fase 2**
  - Material educativo digital - Fascículo 1
  - Stickers promocionales



- **Fase 3**

- Material educativo para talleres EIS con los temas:
  - Una sexualidad sana
  - Conociendo tu cuerpo
  - La menstruación
  - La ginecología natural
- Stickers promocionales

- **Fase 4**

- Infografías de los fascículos:
  - Conociendo tu cuerpo
  - La menstruación
  - La ginecología natural

- **Fase 5**

- Mantenimiento en redes sociales

Guatemala Menstruante no cuenta con un presupuesto económico estipulado para el proyecto debido a los pocos ingresos con los que cuentan; sosteniéndose principalmente del autofinanciamiento y venta de productos en la tienda Nana Luna.

Ahora en cuanto a otro tipo de recursos cuentan con espacios como las Carpas Rojas en la Casa de Cervantes como punto de reunión y espacio de reflexión donde imparten principalmente sus talleres a cualquier persona interesada, no hay exclusión de ningún tipo y se busca sea un lugar de inclusión donde se pueda conversar desde un punto de vista personal, con la dirección del equipo humano, siendo las integrantes e involucradas del colectivo, expertas en la temática e incidencia política.

Cuentan con alianzas no solo en Guatemala sino también a nivel latinoamericano con distintas organizaciones con objetivos y metas similares como Mujeres artesanas de paz Antigua, Atitlán Welthness Center e IncideJoven.





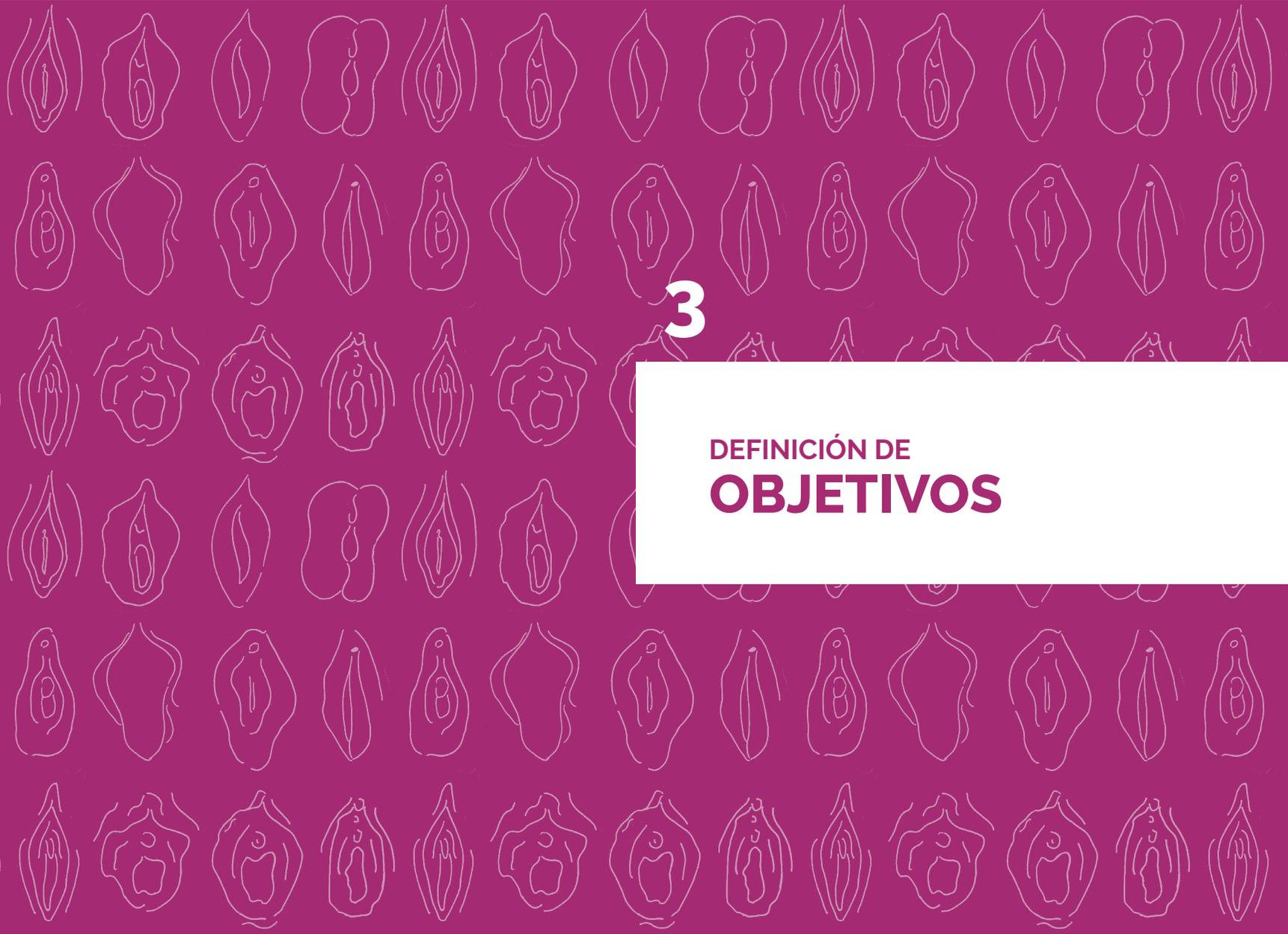
2

COMPRESIÓN Y DEFINICIÓN  
DEL PROBLEMA O  
**NECESIDAD**

## NECESIDAD

Guatemala Menstruante es un colectivo de mujeres que buscan romper moldes, estigmas y mitos en temas de sexualidad femenina desde un enfoque juvenil y feminista, por lo que se ha identificado que actualmente hace falta informar y educar a mujeres jóvenes respecto a la importancia de una sexualidad integral, consciente y libre; lo cual repercute en evitar o disminuir consecuencias como embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual, entre otros. Conociendo espacios de discusión seguros con programas de formación y empoderamiento de la mujer.





3

DEFINICIÓN DE  
**OBJETIVOS**

## OBJETIVOS

Desarrollar material educativo para utilizarse en charlas y talleres del colectivo Guatemala Menstruante que ayude a mujeres jóvenes y jóvenes adultas guatemaltecas a conocer más sobre la importancia de una sexualidad sana, consciente y libre y de autoconocer su cuerpo.

Diseñar material promocional que promueva y dé a conocer la existencia del espacio de formación que ofrece G.M. con material educativo sobre sexualidad femenina para mujeres jóvenes y jóvenes adultas guatemaltecas que son parte del colectivo.





4

## MARCO DE REFERENCIA

## MARCO DE REFERENCIA

### 4.1 PROFUNDIZAR EN LA INFORMACIÓN DEL CLIENTE



#### Guatemala Menstruante (Anexo No. 1)

Guatemala Menstruante surgió a partir de las discusiones de dos amigas, que juntas se dieron cuenta de la poca información que se difunde en la sociedad guatemalteca acerca de la menstruación, debido a que es algo que realmente no se discute mucho. Por lo que se apoyaron mutuamente en conocer mejor este proceso de sus cuerpos y a partir de esta experiencia compartida concluyeron que es importante que las mujeres tengan un espacio en el cual puedan discutir en confianza y libertad acerca de estos temas que culturalmente se representan de manera negativa en Guatemala.

Guatemala Menstruante comenzó entonces como una página web, dedicada a publicar información acerca de la menstruación que fuera de interés para las mujeres y contribuir a erosionar el tabú que persiste alrededor de esta temática. Así mismo dieron a conocer productos menstruales que no se conocían mucho en Guatemala (específicamente, toallas y copas menstruales), muchas personas les pidieron ayuda para conseguir estos productos del extranjero.

Se comenzó, entonces, a proporcionar esta ayuda, pero era evidente que se debía realizar un proceso integral: lo ideal no era solo proporcionar la información o los productos, sino que además las mujeres necesitaban el apoyo y los medios para encontrar la manera de despojarse de los dañinos prejuicios impuestos socialmente y así aceptar y estar en paz con su propia menstruación.



Por lo tanto, Guatemala Menstruante decidió asumir el objetivo de ayudar al mayor número de mujeres posibles, ir más allá de los espacios virtuales y comenzar a organizar actividades más complejas como las Carpas Rojas, convirtiéndose así en un verdadero movimiento social.

La primera Carpa Roja se llevó a cabo en el 2013, y en la actualidad las actividades de Guatemala Menstruante están coordinadas por un grupo de seis mujeres. Sin embargo, a pesar de ser un movimiento relativamente joven y pequeño, ha adquirido en los últimos dos años un grado creciente de apoyo y reconocimiento por diversos sectores de la sociedad.

Las Carpas Rojas se realizan una vez al mes en Casa Q'anil. Además de hablar sobre menstruación, se abordan diferentes temas para reflexionar sobre el reconocimiento del cuerpo femenino y su sexualidad, temas como maternidades y paternidades, salud sexual y reproductiva, acoso callejero, género, autoconocimiento, todos se enlazan y sus puntos de encuentro son visibles en este espacio de diálogo. No es un espacio excluyente, si bien es un espacio de mujeres para mujeres, cualquier persona que desee participar es siempre bienvenida.

**Su Misión:**

Visibilizar la sangre menstrual. Que las personas reconozcan la menstruación como un proceso natural que debemos respetar.

**Su Visión:**

Posicionar el ciclo menstrual como herramienta de conocimiento y empoderamiento.

**Sus objetivos:**

Apoyar a las personas que deseen reconectarse con su ciclo menstrual. Brindar información nuestros cuerpos, nuestras diferentes fases y los cambios que vivimos en nuestra ciclicidad.

Educar sobre las diferentes alternativas para nuestra sangre y reconocer que escoger entre las diferentes alternativas es una decisión personal que nadie más puede tomar por nosotras. Recuperar nuestro cuerpo como primer territorio de lucha.

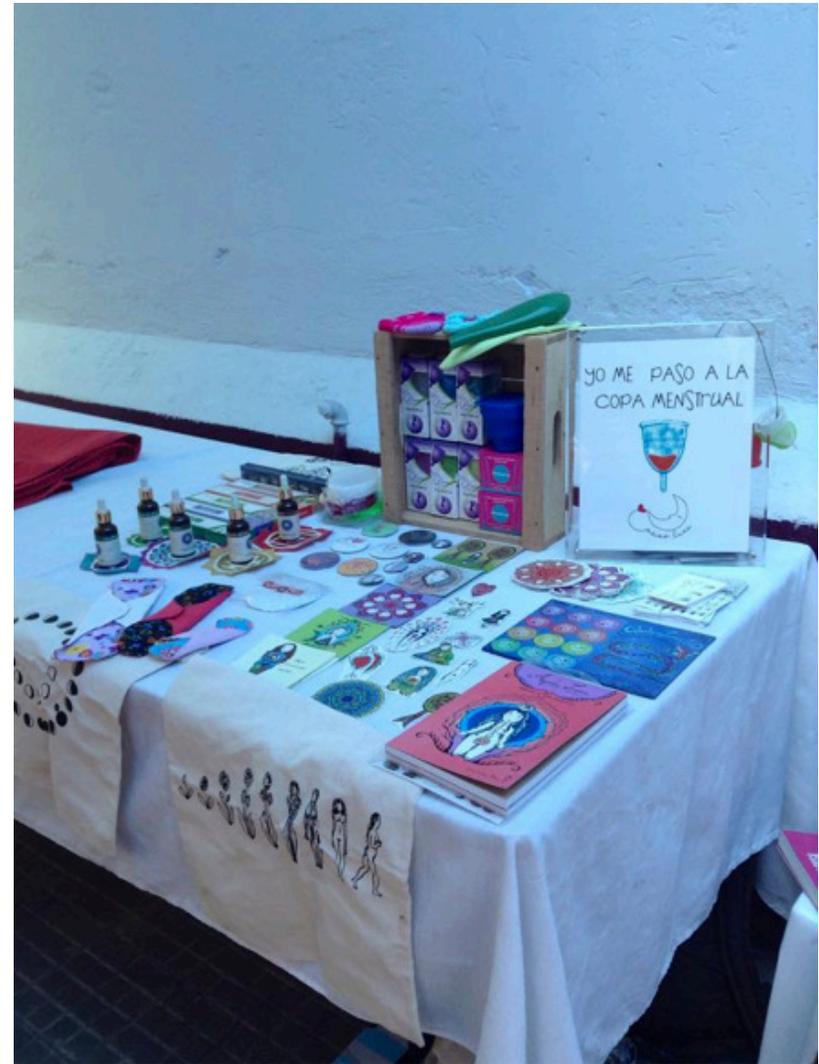




Carpas rojas



Espacios de reflexión y Arte Menstrual



Venta de productos

*Imágenes proporcionadas por el cliente*



4.1.1

ANÁLISIS DE  
**ANTECEDENTES  
Y COMPETENCIAS**

# ANTECEDENTES GRÁFICOS

## GUATEMALA MENSTRUANTE CARPAS ROJAS, MATERIAL EDUCATIVO UTILIZADO EN CHARLAS SOBRE EL CICLO MENSTRUAL (ANEXO 2.1)



El siguiente análisis se realizó de acuerdo con las guías de observación realizadas (ver anexos 2.1, 2.2 y 2.3) donde se evaluó lo siguiente:

### *Tipo de material educativo*

Material impreso en forma de tarjetones realizados a mano. Cuentan con la característica de enriquecer el tema y la percepción gracias al uso de distintas imágenes que apoyan y enfatizan partes claves del tema.

### *Ilustración*

El papel de la ilustración es el de atraer al estudiante, comunicar el mensaje y de narrar una historia a través de las distintas fases del ciclo menstrual presentado en el material; por lo que lo convierte en un tipo de ilustración narrativa y al ser ilustraciones del útero de la mujer también es ilustración científica. Dentro del tipo de ilustración educativa está es del tipo información inventaria al presentar ilustraciones de objetos reales. La técnica utilizada es manual, pintado con témperas en su mayoría y pasteles secos para algunas secciones de la ilustración.

### *Jerarquía visual*

La jerarquía visual se destaca por el tamaño de cada set de tarjetones siendo las estaciones del año los más pequeños, siguiendo por las distintas fases del ciclo menstrual y las fases de la luna como set de mayor tamaño.

### *Color*

Para el color se presenta una semiótica realista - naturalista al utilizar colores cercanos o exactos a como se presentan estos elementos en la realidad. Los colores más sobresalientes son el rojo, que propicia el apetito sexual, brinda fuerza y resistencia al igual que llama la atención del estudiante; el amarillo, estimula la capacidad de autodomínio y vitalidad y es un estimulante natural de las emociones; y por último el azul, que propicia tranquilidad, nivela la ansiedad y controla ataques de atracción sexual obsesiva.



## COMPETENCIA /1

INCIDE JOVEN, EDUCACIÓN PARA LA VIDA:  
UN RETO DE GENERACIONES, MANUAL  
SOBRE SEXUALIDAD. (ANEXO 2.2)

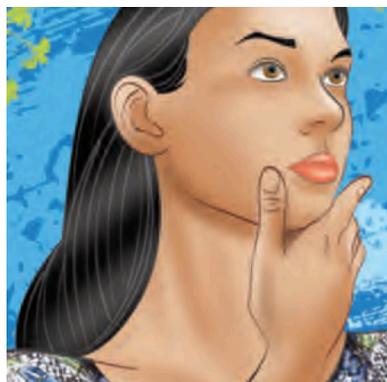
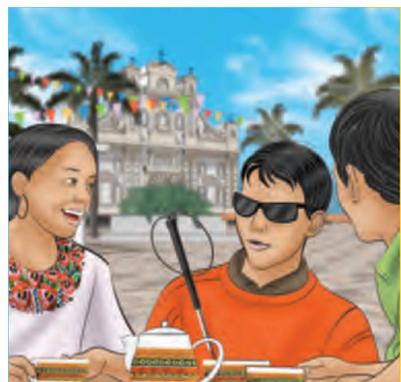


### *Tipo de material*

Material impreso tipo manual con las características de enriquecer el tema y la percepción, hacer comprensible el texto, lograr variedad en la unidad gracias al uso de distintas secciones dentro del material que se diferencian por diferentes paletas de color pero sin perder la unidad del material.

### *Ilustración*

La ilustración dentro del material ayuda principalmente a reforzar, destacar y representar el texto. Se utiliza ilustración científica y educativa de la cual es del tipo inventaria y descriptiva al mostrar objetos de la vida real y detalles en las mismas; de técnica digital y es del tipo mapa de bits.



### *Personajes*

Los personajes manejan una relación de exhibición con el lector ya que existen en su propio mundo, utilizan un estilo semi realista y dentro de las formas básicas que componen a los personajes predominan los círculos y óvalos para la cabeza y rectángulos para el toráx y las extremidades.

Ya que el material no presenta ningún personaje que guíe durante el desarrollo del material las posiciones, líneas de flotación, acción y ejes difieren entre personajes, ninguna de estas está bien definida y fueron desarrolladas pobremente por el ilustrador. A pesar de eso, es comprensible la acción, personalidad y otros aspectos de los personajes gracias a sus expresiones faciales o la vestimenta que utilizan. Se muestra también una gran variedad de etnias representadas en el material, se entiende a la perfección si son personas indígenas o ladinas, gracias a esto se muestra que hay inclusión dentro del material.

**Me informo para compartir**

## Nuestros derechos como jóvenes y como indígenas

Los derechos humanos son las facultades y libertades fundamentales que nos corresponden por el simple hecho de ser personas. Estos, aplican a todas las personas, sin importar la edad, pueblo, raza, religión, orientación sexual, idioma, condición física, clase social o ideología.

Desde que nacemos somos sujetos de estos derechos, aprendimos a ejercerlos y contribuimos a su construcción y a la construcción de una sociedad más inclusiva y democrática. El derecho a la vida, la educación, la vivienda, la salud, la libertad de opinión y la participación representan las condiciones mínimas para que podamos desarrollar nuestra dignidad humana.

También tenemos el deber de respetar y promover los derechos de los demás. En Guatemala, los derechos humanos están reconocidos en la Constitución Política y en el Pacto de San José de Costa Rica, así como en el Pacto de San José de Costa Rica y el Pacto de San José de Costa Rica.

Los derechos humanos tienen la misma importancia y la realización de uno permite la realización de los demás. Y como en un hecho único, si un derecho humano "cae", otros derechos se ven afectados. Por ejemplo, si una niña es explotada sexualmente, su derecho a la libertad, a la salud, a la educación y a la recreación se ve afectado como consecuencia de ello. Por eso, los derechos humanos son como pilares que nos sostienen individualmente y como sociedad.

**Nuestros derechos como jóvenes**

Si bien los derechos humanos son universales y aplican a todas las personas, como adolescentes y jóvenes también tenemos garantías específicas para esta etapa de nuestra vida. Así, esta la Comisión Interamericana de Derechos Humanos, que incluye a las personas de 15 a los 17 años. Una declaración internacional. Fue suscrita por Guatemala en 1990, que quiere decir que el Estado se compromete a respetarla.

**Me informo para compartir**

## Sexo, género sexualidad... ¿es todo lo mismo?

La verdad es que si bien el sexo, la sexualidad y el género están intrínsecamente relacionados, no son lo mismo. Como la sexualidad existe a partir del hecho de que somos seres sexuales (tenemos un sexo que nos define como hombre o mujer) y los roles y comportamientos que socialmente se esperan de las personas dependen de su sexo, los tres conceptos suelen confundirse. Para lograrlos la primera diferenciación.

**Sexo y sexualidad**

Sexo. Son las características físicas y fisiológicas, dadas por factores hormonales, que definen a los seres humanos en dos grupos: hombre o mujer. Dentro de cada sexo, se establecen y perfeccionan, la voz grave, el pelo y los testículos, así como la capacidad de producir espermatozoides y excitar y eyacular el semen del hombre. En tanto que la cintura más afinada y las cadenas anchas, las glándulas mamarias, la menstruación, la capacidad de producir óvulos, embrazar, dar a luz y amamentar forman parte del sexo de la mujer.

Sexualidad. Es un concepto amplio y complejo que involucra aspectos biológicos, psicológicos, sociales y culturales. Por consiguiente, no se restringe a "tener relaciones sexuales", o a los gémitos, como suele pensarse, sino que es una categoría integral del ser humano que nos atraviesa desde el nacimiento hasta la muerte.

Para hacer comprensible este concepto tan abstracto y confuso a la vez, imaginemos la sexualidad como un esquema que cubre cuatro dimensiones —de ahí el nombre de "esquema de cuatro dimensiones"— que se interrelacionan. Estas dimensiones se presentan en todas las personas a lo largo de su vida de manera más o menos patente. Son el género, la reproductividad, el erotismo y los vínculos afectivos (Gallo, Ortiz y Cruz, 2010).

**Me informo para compartir**

## Sintiendo nuestros cuerpos

Seguramente los diferentes servicios pubertales ya se acercaron en nuestros cuerpos adolescentes. Pese a ello, sabe la menstruación o cómo se manifiesta en las mujeres, y a qué corresponde el ciclo de la producción de espermatozoides en los hombres.

Todos los transformaciones corporales y fisiológicas durante la pubertad son generadas por la glándula hipófisis, ubicada en nuestro cerebro, que libera hormonas para dar inicio a nuestro potencial biológico para la reproducción.

Para entender cómo es el proceso reproductivo, tenemos que analizar qué aportan hombres y mujeres para que se produzca un embarazo. La menstruación es un signo que nos indica que estamos preparados para la reproducción.

**Las mujeres y el ciclo menstrual**

El ciclo menstrual es el evento biológico que surge en la mujer la posibilidad de procrear. Este se inicia el primer día de la regla y termina un día antes de la próxima. Tiene una duración promedio de 28 días que varía entre 21 a 35 días y también en una misma adolescente.

Se llama ciclo porque repite las mismas fases cada vez: menstruación, ovulación y posovulación.

Menstruación. También llamada regla o período es el sangrado normal de sangre que sale de la vagina y que dura entre dos a siete días, dependiendo de la mujer. El mesito se repite aproximadamente cada mes. La menstruación está formada por tejido del endometrio que se desprende del útero al no encontrar un huevo fecundado para albergar.

La primera menstruación aparece en la pubertad, entre los 9 y los 14 años, según la zona. Y solo en los momentos de embarazo, en los que

### Tipografía y legibilidad

La tipografía utilizada en su mayoría son tipos sin serifa y la legibilidad se facilita por el tamaño y alineación del texto. La retícula utilizada es principalmente manuscrita y algunas secciones de varias columnas.

### Jerarquía visual

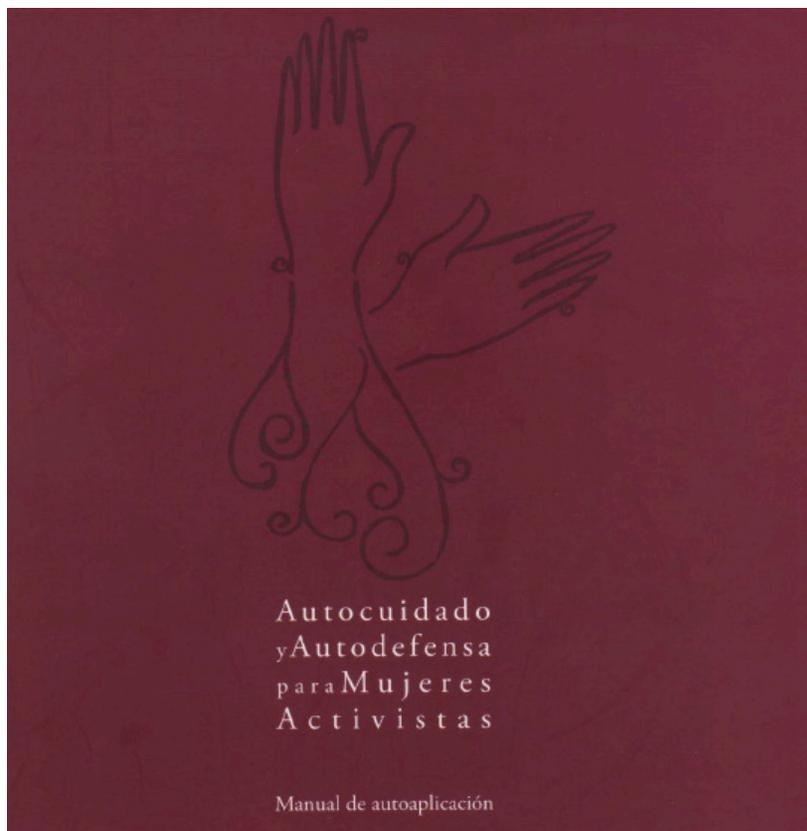
La jerarquía visual se destaca por el uso de color en cada sección del material al igual que la alineación de los textos en distintas áreas del mismo.

### Color

Presenta una semiótica realista - naturalista donde se muestran los elementos con el uso de colores naturales y dentro del material predominan los colores naranja, azul y verde que igual son los que diferencian cada sección del material y ayudan a mantener un orden y relevancia en cada sección.

## COMPETENCIA /2

### REDLAC - AUTOCUIDADO Y AUTODEFENSA PARA MUJERES ACTIVISTAS. MANUAL DE AUTOAPLICACIÓN (ANEXO 2.3)



#### *Tipo de material*

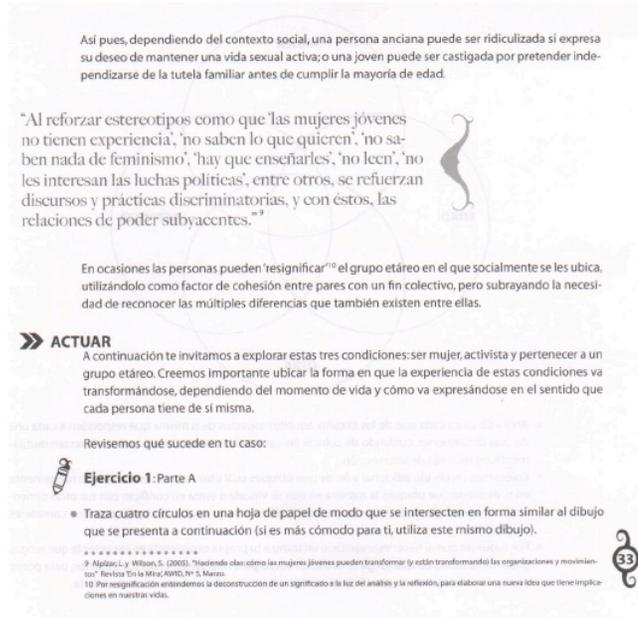
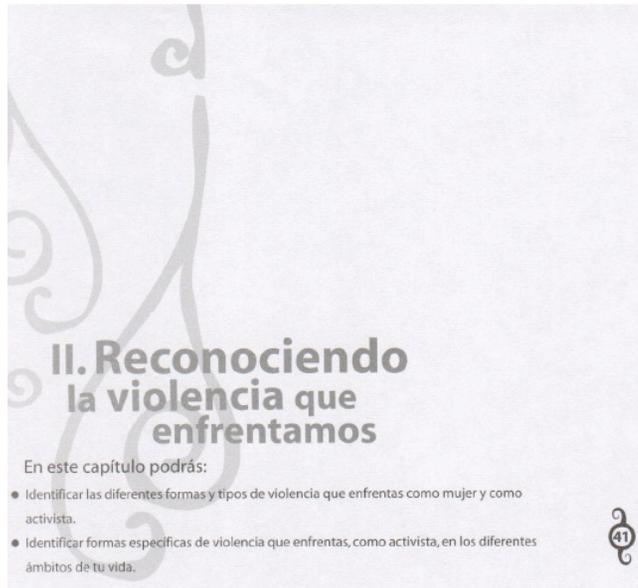
Material impreso tipo manual de autoaplicación con las características de enriquecer el tema y la percepción gracias a los diferentes enfoques y énfasis en lo más importante del tema tratado.

#### *Ilustración*

El papel que tiene la ilustración dentro del material es de adornar el texto principalmente, existen algunos diagramas que apoyan el texto pero son mínimos, es ilustración de tipo decorativa y educativa siendo esta última de tipo información descriptiva al mostrar principalmente detalles en las ilustraciones.

La técnica que se puede apreciar fue utilizada es digital de tipo vectorial al ser trazos limpios y continuos pero que no muestran gran fluidez en general. Son simples y muestran directo al grano lo que se quiere comunicar.





### Tipografía y legibilidad

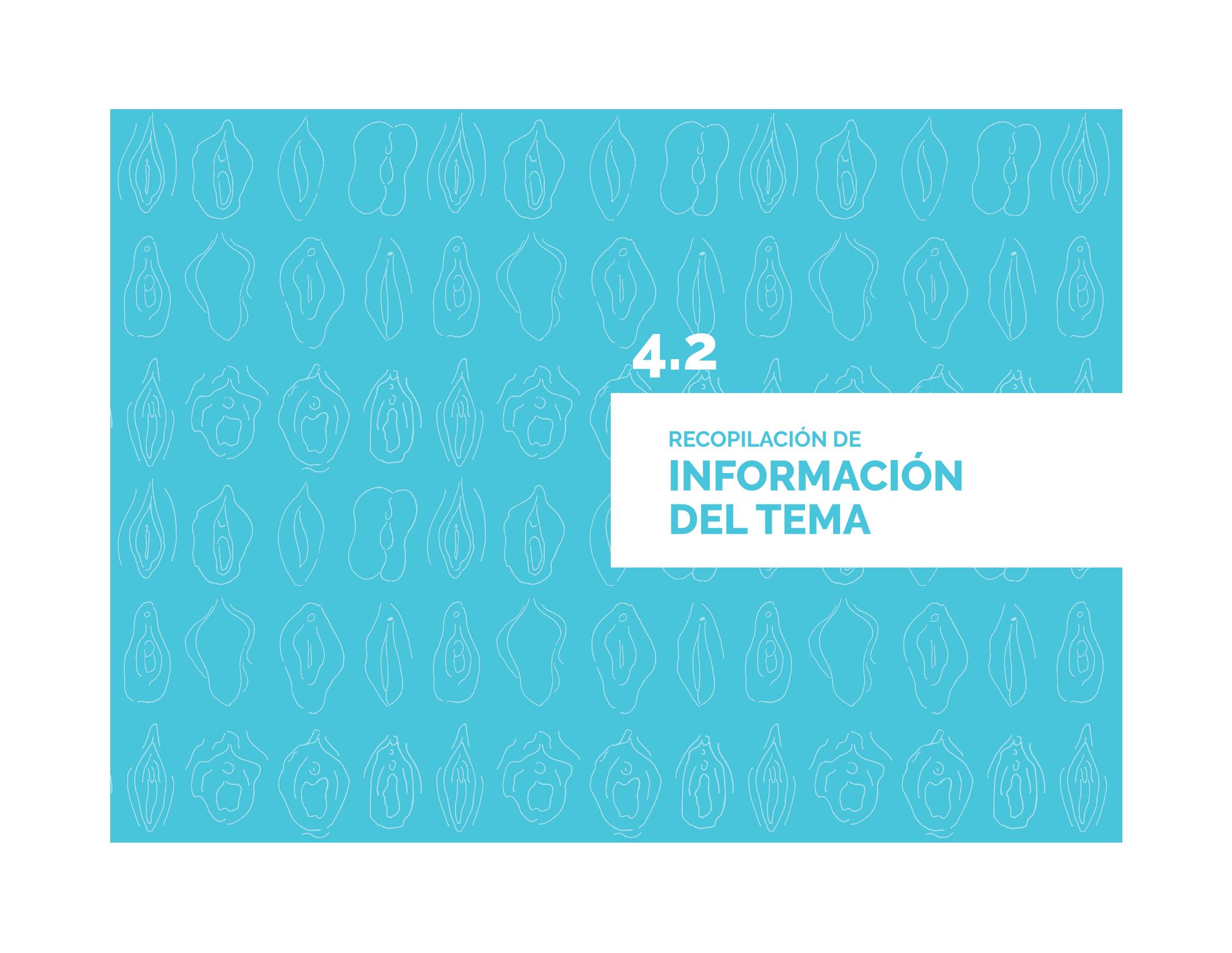
Tanto para títulos, subtítulos y cuerpos de texto se manejan tipografías sin serifa y la legibilidad y fluidez de la lectura se define gracias al tamaño que se emplean en cada sección o cuerpo de texto. Se utilizan retículas manuscritas para presentar los textos.

### Jerarquía visual

La jerarquía visual también se destaca por los tamaños manejados en cada sección del material, principalmente para resaltar textos y frases de los cuerpos de texto. Esto utilizado en poca medida ya que a pesar de haber jerarquías visuales, las mismas son escasas.

### Color

El material se encuentra en blanco y negro a excepción de la portada por lo que no se reconoce semiótica del color en el mismo.



4.2

RECOPIACIÓN DE  
**INFORMACIÓN**  
**DEL TEMA**

# RECOPIACIÓN DE INFORMACIÓN RELEVANTE DEL TEMA

## Eje temático / Cuidado y bienestar físico y mental

López (2014) señala que el diseño para el cuidado y bienestar físico y mental de la salud se ayuda al difundir a través de materiales informativos, promocionales, multimedia, educativos, recursos pedagógicos y de apoyo a capacitaciones; que facilite ampliar conocimientos enfocados en corregir o mantener un estado de salud físico y mental óptimo; y la importancia de factores clave para el cuidado de la salud en cualquier etapa de la vida, y así evitar o disminuir el riesgo de enfermedades.

## Sexualidad humana

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2006), la sexualidad humana se define como: *“Un aspecto central del ser humano, a lo largo de su vida. Abarca al sexo, el placer, la intimidad, y la reproducción y la orientación sexual. Se vive y se expresa a través de pensamientos, deseos, creencias, actitudes, prácticas, papeles y relaciones interpersonales. La sexualidad puede incluir todas estas dimensiones, no obstante, no todas ellas se viven o se expresan siempre. La sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, económicos, culturales, legales, y religiosos.”*

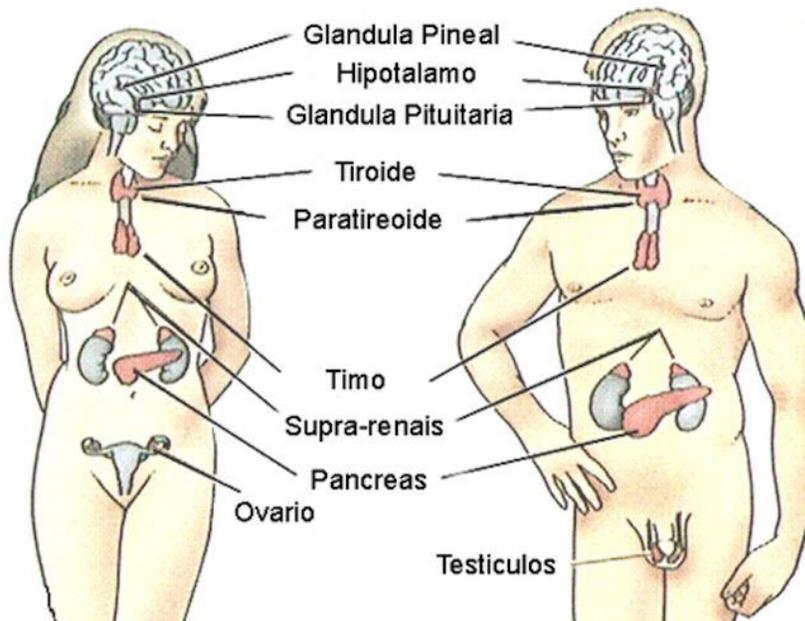
### *Sistema sexual humano*

Suárez citado por McCary (1996) menciona que la maduración sexual y reproducción, al igual que el deseo y función sexual se encuentran bajo el control de las glándulas del sistema endocrino. Los productos de las mismas conocidas como hormonas penetran en la circulación de la sangre. Estas son mensajeros químicos que llevan información a órganos específicos.



Existen 6 glándulas de secreción interna, a saber:

- La hipófisis / la tiroides / la paratiroides / el páncreas / las suprarrenales / las gónadas: siendo en el hombre los testículos y en la mujer los ovarios.



El sistema endocrino

Rescatado de: <https://kerchak.com/sistema-endocrino/>

Las hormonas tienen efectos profundos sobre su totalidad, o sobre alguna función muy específica del mismo. La concentración de hormonas se mantiene bajo control gracias a su excreción en la orina.

El encéfalo ejerce una influencia vital sobre la función o disfunción de las emociones humanas y el comportamiento sexual.

El hipotálamo, ubicado en el cerebro, también funciona como glándula que produce hormonas. Este se encuentra arriba de la hipófisis y coordina comportamientos como el alimentario, el sexual y el agresivo. Sincroniza e interactúa con el sistema endocrino, vigila y controla el inicio de la pubertad, los ciclos de fertilidad y el apetito sexual.

## Sexualidad femenina

Según Rosenthal (2012.) define que la sexualidad femenina en que *"abarca un amplio rango de conductas y procesos, incluyendo la identidad sexual femenina y conducta sexual, la parte psicológica, social, cultural, política y los aspectos espirituales o religiosos de la actividad sexual. Varios aspectos y dimensiones de la sexualidad femenina, como parte de la sexualidad humana, también han sido abordados por principios de ética, moralidad y teología. En casi cualquier era histórica y cultural, las artes, incluyendo la literatura y artes visuales, al igual que la cultura popular, presentan una proporción sustancial de los puntos de vista de una determinada sociedad sobre la sexualidad humana, que incluyen aspectos y manifestaciones tanto implícitos (encubiertos) como explícitos (manifiestos) de la sexualidad y el comportamiento femenino."*

*"En la mayoría de las sociedades y jurisdicciones legales, existen barreras legales sobre qué comportamiento sexual es permitido. La sexualidad varía según las culturas y las regiones del mundo, y ha cambiado continuamente a lo largo de la historia, y esto también se aplica a la sexualidad femenina. Los aspectos de la sexualidad femenina incluyen cuestiones relacionadas con el sexo biológico, la imagen corporal, la autoestima, la personalidad, la orientación sexual, los valores y actitudes, los roles de género, las relaciones, las opciones de actividad y la comunicación."*

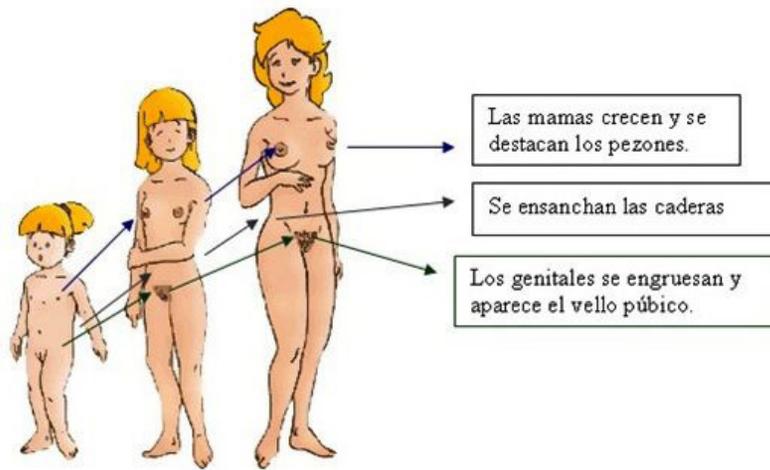
### *Desarrollo sexual de la mujer*

La primera evidencia durante la pubertad, que es el proceso de maduración sexual alrededor de los 10 a 12 años de edad, se presenta en las glándulas mamarias, las cuales aumentan de tamaño y los pezones comienzan a proyectarse hacia el exterior.

El contorno del cuerpo se redondea de manera gradual, la cintura de la pelvis se ensancha, se desarrollan almohadillas de grasa sobre las caderas y se engruesa el epitelio vaginal. Aparece un vello suave, en pubis y axilas. El vello púbico se engruesa, ondula y oscurece.



Luego de 2 años después de que los senos crecen y un año después de la aparición del vello púbico comienza la menstruación.



Desarrollo sexual de la mujer

Rescatado de: <https://infosexual.com/menarquia-tardia/>

## Menstruación

Según la página Planned Parenthood (2016) la menstruación (o periodo menstrual) ocurre cuando la sangre y el tejido del útero salen del cuerpo a través de la vagina.

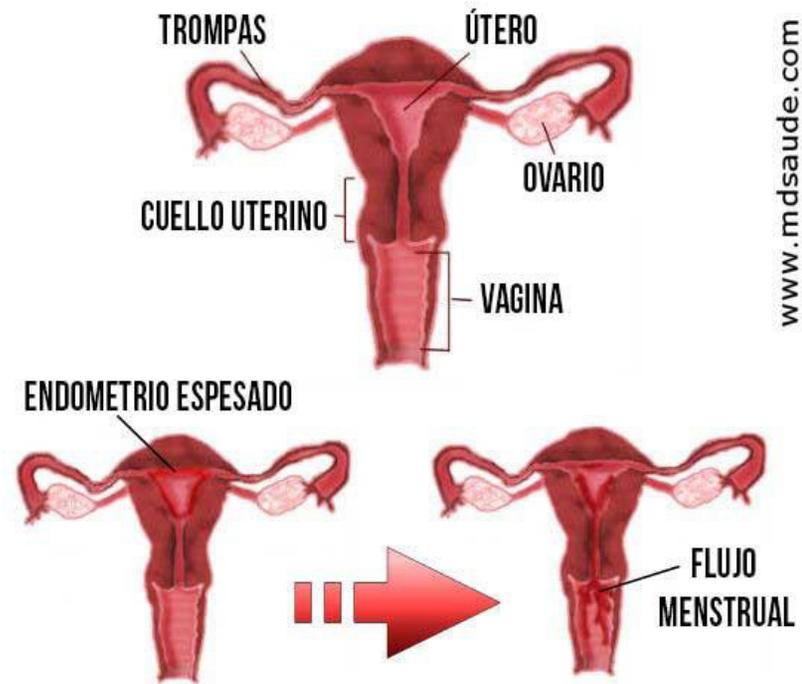
El primer periodo menstrual se produce cuando, en algún momento de la pubertad, sale sangre a través de la vagina. En la mayoría de los casos, la primera menstruación llega entre los 12 y los 14 años. La menstruación deja de producirse, por lo general, entre los 45 y 55 años. Esto se denomina "menopausia". La menopausia puede durar muchos años y pueden presentarse cambios graduales en la menstruación durante ese lapso. Cuando la menopausia termina por completo, la mujer ya no puede embarazarse.

El ciclo y periodo menstrual son controlados por hormonas como el estrógeno y la progesterona. Durante el ciclo menstrual, las hormonas hacen que maduren los ovocitos en los ovarios -cuando un ovocito madura, esto significa que está listo para ser fertilizado por un espermatozoide. Estas hormonas también producen que lo que recubre a

el útero se torne espeso y esponjoso. De esta manera, si el ovocito es fertilizado, ya tiene un lugar cómodo para acomodarse y comenzar un embarazo. Este recubrimiento está compuesto de tejidos y sangre. Tiene muchos nutrientes para ayudar a que se desarrolle el embarazo.

Más o menos en la mitad del ciclo menstrual, las hormonas les indican a los ovarios que liberen un óvulo maduro. Una vez que el óvulo sale del ovario, viaja a través de una de las trompas de Falopio hacia el útero.

Si no se produce un embarazo, el cuerpo no necesita ese grueso revestimiento en el útero. El revestimiento se descompone, y la sangre, los nutrientes y tejidos salen del cuerpo a través de la vagina.



www.mdsau.de.com

Menstruación

Rescatado de: <https://www.mdsau.de.com/es/2016/04/preguntas-sobre-menstruacion.html>

## Masturbación

Según Álvarez citado por McCary (1996) el término masturbación se aplica a cualquier tipo de autoestimulación que produce excitación erótica. Siendo una práctica común en hombres y mujeres en las etapas premarital, marital y posmarital. Las mujeres, por lo general, empiezan a masturbarse en la pubertad y al comenzar la adolescencia.

Según los hallazgos de Kinsey (1953) de todos los tipos de actividad sexual en las mujeres, la masturbación ocupa el primer lugar como método más satisfactorio de llegar al orgasmo. Además, las mujeres logran un orgasmo con mayor rapidez por medio de la masturbación que con cualquier otra técnica sexual.

Según datos de varias investigaciones, de 50 a 90% de todas las mujeres se masturban alguna vez en sus vidas, teniendo conciencia de ello o no. En el estudio de Kinsey acerca de las mujeres, 34% de la muestra de la escuela primaria, 59% de la escuela secundaria y 63% de los graduados a niveles preuniversitarios, se habían masturbado alguna vez.

La mayoría de las mujeres (57%) en el estudio de Kinsey descubrieron cómo masturbarse al explorar sus propios órganos sexuales pélvicos y otro 40% aprendió por medio de fuentes verbales o impresas.



Masturbación femenina

Rescatado de: <https://choiz.me/post/10527858>

## *Ginecología natural*

Según Pérez (2015) autora del libro "Manual introductorio a la Ginecología Natural" en la entrevista por Ginecosofía la GN pretende ser un movimiento de salud, en el que las mujeres mismas sean las especialistas de su propia salud sexual. La GN pretende ser un movimiento de salud comunitaria en el que las mujeres sean un puente para aconsejar y acompañar los procesos de otras mujeres de acuerdo con sus propias experiencias.

También menciona que desde la GN se intenta promover que haya un cambio en la visión de mundo para con nuestra sexualidad y con la de las otras personas. Invita a conocer, valorar, cuidar y sobre todo darnos placer a nosotras mismas con el poder que posee el autoconocimiento (tanto físico como espiritual) y la valoración de nuestras peculiaridades.

Este es un formato contrario al que nos ofrece el sistema, que estandariza nuestra sexualidad y nos presiona a cumplir un molde de "mujer" que debe pasarse todo su ciclo vital de una manera fija: siempre alegre, siempre joven, siempre sexy, cuando sabemos que somos tan

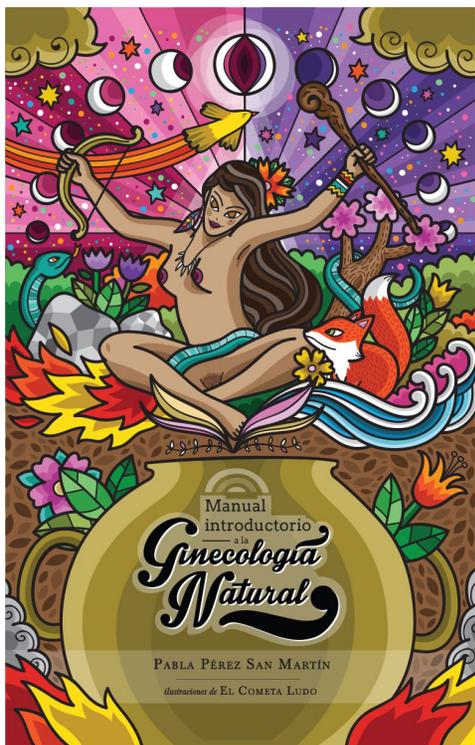
cíclicas como todos los procesos de la naturaleza y de la vida misma.

En su libro Pérez maneja los siguientes contenidos:

- Lo esencial está en la alimentación
- Las plantas
- Nuestro cuerpo como territorio de lucha
- Recuperar la sensibilidad del útero
- ¿Te has tocado y mirado la vagina?
- La menstruación
- Sobre los químicos presentes en las toallas higiénicas y tampones
- Fertilidad y métodos de anticoncepción natural
- Después de una relación de riesgo
- El parto una cuestión de poder
- Plantas afrodisiacas
- Enfermedades de transmisión sexual y otros invasores



Cómo menciona Pérez en su libro *“este manual introductorio no intenta resolver todas las dudas sobre el cuerpo, al contrario: pretende poner en duda la forma en cómo te relacionas con él y desde allí comenzar un camino hacia la recuperación y control de nuestra sexualidad usurpada.”*



Portada Manual Introductorio Ginecología Natural por Pabla Pérez

Rescatado de: <https://ginecologianatural.wordpress.com/>

## *Diversidad sexual y de género*

Según la página de Rutgers (2016) *“la diversidad sexual y de género (DSG) o simplemente diversidad sexual es un término que se usa para referirse de manera inclusiva a toda la diversidad de sexos, orientaciones sexuales e identidades de género.”*

El sexo biológico se refiere al aspecto físico que puede ser masculino, femenino o intersexual. Torres (2015) menciona que las orientaciones o preferencias sexuales es la capacidad de sentirse atraído física, intelectual, erótica o emocionalmente por otra persona y entre los más conocidos están:

- Heterosexualidad  
Es la orientación sexual definida por la atracción hacia personas del sexo contrario, exclusivamente.
  
- Homosexualidad  
Caracterizada por la atracción sexual dirigida exclusivamente hacia personas del mismo sexo. A los hombres homosexuales como gays, mientras que las mujeres como lesbianas.



- **Bisexualidad**

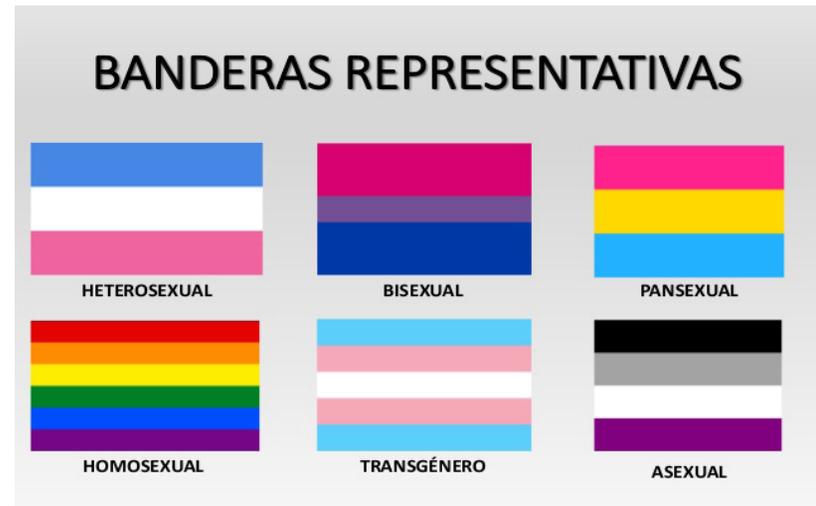
Atracción sexual hacia personas del mismo sexo y del sexo contrario, aunque no necesariamente con la misma frecuencia o intensidad en uno u otro caso.

- **Pansexualidad**

Atracción sexual hacia algunas personas, independientemente de su sexo biológico o identidad de género. La diferencia entre la pansexualidad y la bisexualidad es que en el segundo caso la atracción sexual se sigue experimentando a través de las categorías de género, mientras que en la pansexualidad no ocurre esto.

- **Demisexualidad**

La demisexualidad se describe como la aparición de atracción sexual sólo en algunos casos en los que previamente se ha establecido un fuerte vínculo emocional o íntimo.



Banderas representativas LGBT

Rescatado de: [http://www.pictame.com/media/1568885789335804326\\_5789](http://www.pictame.com/media/1568885789335804326_5789)

Y la organización Ciartes y Si (2016) define a que las identidades sexogénéricas se refieren a cómo una persona se siente e identifica con su sexo y su género:

- Transexual

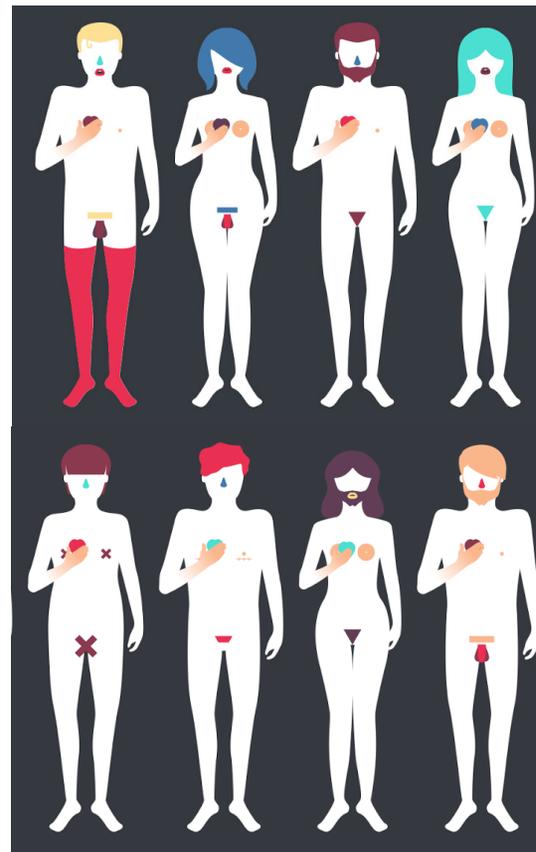
Es la persona que no está de acuerdo con las características físicas que posee y trata de cambiarlas por medio de hormonas o intervenciones quirúrgicas.

- Transgénero

Es quien se identifican y desean pertenecer al sexo opuesto pero todavía no se han sometido a una reasignación de sexo.

- Travesti

Es la persona que se viste como el sexo opuesto pero no siempre implica, un deseo de pertenencia al sexo opuesto.



Diversidad sexogénérica

Rescatado de: <http://www.nometoqueslashelveticas.com/2017/06/identidad-de-genero-distintos-pero.html>

## Educación sexual

Según el Instituto Guttmacher (2017) los estándares establecidos por las Naciones Unidas y otras agencias internacionales, la Educación Integral en Sexualidad (EIS) debe cubrir una variedad de temas en cinco categorías identificadas por el equipo del estudio: fisiología sexual y reproductiva; prevención del VIH y otras ITS; anticoncepción y embarazo no planeado; valores y habilidades interpersonales; y género y derechos sexuales y reproductivos.

UNESCO (2016) menciona que la educación integral en sexualidad (EIS) ha demostrado repercutir en términos de mejoras en el autoconocimiento y la autoestima, el cambio de actitudes, las normas de género y sociales, y el reforzamiento del sentido de auto eficiencia. La EIS tiene una repercusión positiva al permitir comportamientos sexuales más seguros sin acelerar por ello la actividad sexual.

El programa de educación sexual de Chile (CESOLAA) (2016) menciona que la mayor parte de la educación sexual se desarrolla en el ámbito de la educación informal o no pautada, se aprende de la vida diaria. Si la sociedad trata el tema de la sexualidad como tabú, la transmisión

de estos valores serán en el ámbito de lo prohibido y por lo tanto vistos de manera negativa.

Así, la educación sexual, es interpretada como algo peligroso por tratar asuntos negativos. En este mismo contexto el camino de la ignorancia o del lenguaje indefinido, para tratar las materias de la sexualidad humana, será la norma socialmente aceptada. Se desarrolla una falsa defensa de la intimidad o lo privado y sólo ciertos pensamientos y "gurús" están autorizados para su manejo.



Educación Sexual

Rescatado de: <http://www.elleuk.com/life-and-culture/culture/longform/a36565/sex-education-teenage-pregnancy-study/>

### *La educación sexual en Guatemala*

Según el Instituto Guttmacher (2017) Guatemala cuenta con un marco institucional y normativo que establece que los centros educativos deben proveer educación integral en sexualidad (EIS) con la finalidad de preparar a las y los adolescentes para que lleven vidas sexuales y reproductivas saludables y satisfactorias.

Sin embargo, gracias a un nuevo estudio revela que no se cumple la gama completa de temas que constituye un currículo de EIS. La investigación, conducida en 2015 por la Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales-Guatemala (FLACSO-Guatemala) y el Guttmacher Institute se llevó a cabo en tercero básico en tres departamentos: Chiquimula, Huehuetenango y Guatemala.

El informe destaca algunas disparidades en la enseñanza de estos temas, los cuales se imparten actualmente en el contexto de otras materias. La mayoría de las y los estudiantes (72%) dijo que se les enseñó acerca de temas relacionados con fisiología sexual y reproductiva.

A un número menor de estudiantes se les enseñó sobre temas relacionados con la anticoncepción y el embarazo no planeado (31%), y sobre valores y habilidades interpersonales (16%). Las autoras también encontraron que se proporcionó información incompleta y, algunas veces, inexacta. Entre las y los maestros que abordaron el tema de los condones, el 43% enseñó erróneamente que éstos no son efectivos para prevenir el embarazo.

La falta de capacitación y recursos para educadores es una de las principales barreras para implementar la EIS. La mitad de las y los maestros encuestados no recibió ninguna capacitación sobre educación en sexualidad antes de enseñarla.



*"Hacer que la educación en sexualidad sea integral es crucial para que las personas adolescentes adquieran las habilidades y la información que necesitan para conducir vidas saludables", afirma la Dra. Monzón, profesora investigadora en FLACSO-Guatemala y autora principal del informe. "Brindar los conocimientos adecuados a las y los estudiantes cuando son jóvenes les permitirá tomar decisiones informadas que pueden mejorar sus resultados de salud a lo largo de la adultez".*

**GUATEMALA EDUCACIÓN EN SEXUALIDAD**

# NO ≠ SÍ

**La educación integral en sexualidad puede enseñar la importancia del consentimiento en las relaciones sexuales a las y los adolescentes.**

**ESTUDIANTES ENCUESTADOS DE 15-17 AÑOS**

<b>27%</b> de chicos	y	<b>10%</b> de chicas	<b>creían que cuando las chicas dicen no al sexo, la mayor parte del tiempo quieren decir sí.</b>
-------------------------	---	-------------------------	---



**gu.tt/EISGuatemala** ©2017

Guatemala, educación en sexualidad  
 Rescatado de: <https://www.guttmacher.org>

## Derechos sexuales y reproductivos en Guatemala

Los Derechos Sexuales y Reproductivos son Derechos Humanos inherentes a la persona humana y reconocidos en diversos instrumentos internacionales ratificados por el Estado de Guatemala así como por nuestra legislación nacional.

*"Son los Derechos Humanos de las Mujeres a la autodeterminación sobre su propia fertilidad, maternidad y los usos de sus cuerpos...e involucran problemas específicos y centrales en la vida de las mujeres como el embarazo y nacimiento, anticoncepción y aborto, menstruación, infección y enfermedad, maternidad o no maternidad"* (Diccionario de Estudios de Género y Feminismos, varias autoras, pag. 85)

Los Derechos Reproductivos de las Mujeres incluyen, entre otros:

- El Derecho a decidir sobre su propio cuerpo;
- El Derecho a elegir sobre tener hijos e hijas o no, el número y espaciamiento entre ellos;
- El Derecho a recibir servicios de salud sexual y reproductiva de calidad y que sean accesibles y con pertinencia cultural;
- El Derecho a recibir información y tener acceso a métodos de Planificación Familiar;

Los Derechos Sexuales de las Mujeres incluyen, entre otros:

- El Derecho a disfrutar de la sexualidad sin necesidad de procrear y libre de violencia;
- El Derecho a recibir información y educación sobre sexualidad e infecciones de transmisión sexual;
- El Derecho a la privacidad sexual;
- El Derecho a la diversidad sexual.



## Empoderamiento de la mujer y su sexualidad

La Secretaría Confederal de Mujer e Igualdad de CCOO (2017) se refiere por empoderamiento de las mujeres al proceso por el cual las mujeres, en un contexto en el que están en desventaja por las barreras estructurales de género, adquieren o refuerzan sus capacidades, estrategias y protagonismo, tanto en el plano individual como colectivo, para alcanzar una vida autónoma en la que puedan participar, en términos de igualdad, en el acceso a los recursos, al reconocimiento y a la toma de decisiones en toda las esferas de la vida personal y social.

El término empowerment o empoderamiento de las mujeres, como estrategia para la igualdad y la equidad, fue impulsado en la Conferencia Mundial de las Mujeres de Naciones Unidas en Beijing (1995) para referirse al aumento de la participación de las mujeres en los procesos de toma de decisiones y acceso al poder. Actualmente esta expresión conlleva también otra dimensión: la toma de conciencia del poder que individual y colectivamente ostentan las mujeres y que tiene que ver con cambios para la superación de las prácticas culturales y estructurales que contribuyen a perpetuar su situación de desventaja y desigualdad.



Cartilla de los Derechos Sexuales publicada por REDLAC (2018)

Rescatado de: <http://jovenesredlac.org/cartilla-de-los-derechos-sexuales-de-las-y-los-jovenes-para-america-latina-y-el-caribe/>

La Plataforma de Acción de Beijing, resultante de la Conferencia Mundial, estableció que las mujeres tienen igual derecho a participar en la gestión de los asuntos públicos y, mediante esa participación, a contribuir a redefinir las prioridades políticas al incluir en los programas políticos nuevos temas y ofrecer nuevos puntos de vista sobre cuestiones políticas generales.

Marcó dos objetivos estratégicos:

- Garantizar a las mujeres igualdad de acceso y la plena participación en las estructuras de poder y en la adopción de decisiones.
- Aumentar la capacidad de las mujeres de participar en la adopción de decisiones y en los niveles directivos.

El empoderamiento de la mujer en relación a su sexualidad y la liberación sexual ha liberado el libido femenino. Según la doctora Ghislaine Paris, sexóloga y médica psicosomática (2015), se han producido ciertos cambios como ella señala *“La mujer ha pasado de ser objeto de deseo a ser quien desea.”* Hasta hace poco, la mujer era presentada como objeto de deseo y de placer masculino, pasiva para satisfacer el deseo de los demás.

Hoy, se convierte en protagonista de su propio deseo, responsable, gracias a sus propias elecciones.

En el camino hacia la liberación sexual, aparecen sigilosamente nuevos obstáculos que afectan a la sexualidad femenina. Desde la obligación de darse al placer como un dictado de moda que incluyen entre varias cosas: múltiples amantes, masturbación, uso de accesorios para todo tipo de fantasías, páginas de encuentros extraconyugales, etc.

*“Pero estos mensajes sobre la sexualidad volcánica de las mujeres podrían producir más bien el efecto contrario.”* se alarma la doctora Paris. Algunas mujeres que no se prestan a todas las prácticas con fines orgásmicos son presas de la angustia.

Es innegable que la exposición en exceso a los medios de comunicación impone normas que en ningún caso se aplican a todo el mundo. *“La liberación pasa por elecciones más íntimas”*, destaca la doctora.



La amenaza principal hoy en día, más allá de los dictámenes y usos comerciales de la sexualidad femenina, es el movimiento retrógrado al cual asistimos (cuestionamiento del aborto, violaciones, recrudecimiento de la violencia machista, integrismo religioso, retorno de la vieja moral, etc.)

Para explicar este fenómeno la experta responde “se trataría de un gran temor a la sexualidad femenina” Del cual viene la voluntad de mantener el deseo de las mujeres bajo un muro de silencio, como si la liberación sexual pusiera en peligro la supremacía masculina, y junto con ella un cierto orden sexual establecido.

Pero la doctora Ghislaine Paris es optimista: “En 2015 la liberación sexual va de la mano de una responsabilización de su propio deseo y placer, y de la búsqueda de una alianza con la pareja. El movimiento está en marcha. Los errores, la mercantilización y las decisiones equivocadas forman parte de la evolución”.



Empoderamiento de la mujer

Rescatado de: <http://www.sundaynews.co.zw/how-fight-for-women-empowerment-has-been-won/>



4.2.1

**SUJETOS  
DE ESTUDIO**  
EXPERTOS EN EL TEMA

## RESULTADO DE LA CONSULTA CON EXPERTOS EN EL TEMA

### ENTREVISTA 1 CECILIA PÉREZ - COFUNDADORA DE GUATEMALA MENSTRUANTE (ANEXO 3)

Cecilia Pérez estudió psicología y ha tenido estudios de género y feminismo tanto en Canadá como en Guatemala; comenzó como consultora independiente en áreas de psicología social, pero poco a poco por intereses propios empezó a desarrollarse en trabajar siempre con mujeres.

Su involucramiento con el colectivo comenzó junto con Andrea Aguilar quien también es su socia de la tienda Nana Luna, empezaron a hablar entre ellas y se dieron cuenta que en Guatemala no existían espacios de diálogo ni siquiera entre amigas en temas de sexualidad femenina. Gracias a las carreras profesionales de ambas lograron tener un pensamiento más crítico donde se dieron cuenta que la menstruación trasciende el cuerpo y de todo el impacto social, económico y cultural que tiene menstruar en un país como Guatemala.

Y no solo a partir de los personal, sino entender la problemática desde infinitos ejes. De esta manera inició el colectivo, como una página de Facebook donde compartían información sin tabú y sobre diferentes alternativas para el flujo menstrual que en el momento no había quien las fabricara o distribuyera en Guatemala y eso llevaba de la mano que no había quien diera talleres para informar, enseñar a usar o deconstruir, entonces fueron involucrándose en más tareas.

Pérez en la actualidad trabaja desde el 2016 como parte también de la colectiva con otras 13 colectivas y organizaciones jóvenes en temas de salud sexual y reproductiva en un grupo que se armó llamado la Plataforma Nacional de Juventudes que tiene como objetivo principal la incidencia política en Guatemala.



Ella considera que ningún aspecto del Currículo Nacional Base (CNB) ha sido manejado correctamente en Guatemala en temas de educación integral en sexualidad, los cuales son temas obligatorios que toda institución pública y privada del país cubran, los cuales no se cubren. Y si se van a cubrir los catedráticos suelen agarrar de la libertad de cátedra para imponer sus juicios morales y valores sobre niños y adolescentes. Ahora, desde el punto de vista de salud en Guatemala no es un tema prioritario, empezando por los altos índices de mortalidad materno infantil y los altos niveles de embarazos en niñas (de 9 hasta 15 años) donde el mismo es un delito, pero no hay condenas ni medidas reparatorias para las niñas, se les culpabiliza y no tienen acceso a salud.

Menciona también que cuando se entiende que no es educación sexual sino educación integral de la sexualidad lo cual es algo mucho más complejo te das cuenta que es gradual, un proceso de toda la vida. Puesto que la información que necesitas a tus 11 años cuando empiezas a menstruar no es la misma que a los 15, 18, 35 o 50 años cuando sucede la menopausia. La familia es una gran base, porque esto se comienza desde el embarazo, pero ¿cómo se va a educar a un niño o niña? Si los padres

tampoco recibieron educación sexual ¿qué tipo de educación pueden brindarle a sus hijos? Entonces como primer paso sería dar capacitaciones no solo a docentes y directores sino también a educar a padres de familia para darles las herramientas y así hablar con sus hijos.

Sobre los productos alternativos para la menstruación, sobre sus ventajas y desventajas Pérez los considera que desde el punto de vista biológico las toallas y tampones contienen toxinas que nadie ha regulado para la fabricación de estos productos; este mercado es un imperio, un negocio redondo de farmacéuticas donde juegan con la salud de la mujer y ganan una absurda cantidad de dinero.

También está la contaminación, ya que la mujer tira 5 libras de basura menstrual al mes, las cuales tardan más de 100 años en degradarse y terminan flotando en los mares, ríos, manglares, etc. Y eso sin contar la producción con altas cantidades de cloro y rayón que contaminan toneladas de agua para hacer una sola toalla desechable y un tampón. Por último ellas las considera como herramientas de autoconocimiento a los productos alternativos que ayudan a crear espacios de reflexión con una misma ya



que con la copa menstrual por ejemplo, puedes ver hasta la consistencia de tu menstruación y una gran cantidad de información que sirven como indicadores de salud y que solo podrían conocerse al usar alternativas que no estén contaminadas.

Hay varios factores por los cuales no se habla de la masturbación femenina. Los medios de comunicación juegan un gran papel, donde solo se muestra que el varón es quien se toca en una situación familiar típica. Cayendo en el sistema patriarcal en donde el macho es presentado como un macho sexual, como un depredador sexual que puede tener muchas parejas, mientras más tenga más macho. En cambio la mujer debe esperar a ser cortejada, ella no busca placer, ni hacer el placer consigo misma, mucho menos placer entre mujeres.

La religión también tiene un rol muy fuerte en hacer a la mujer experimentar culpa de sentir placer. Y hablando ya plenamente de placer si uno conoce su cuerpo, qué es lo que le gusta o no le gusta esto se vuelve otra herramienta más de autoconocimiento y que al momento de estar con una pareja pueda identificar relaciones violentas y evitarlas. "El poder que hay detrás de una mujer que siente

placer, es un poder que rompe el sistema patriarcal. Por eso no se habla de masturbación femenina."

Pérez opina que el que los métodos anticonceptivos sean utilizados principalmente en mujeres es una forma de control femenino; ya que durante el ciclo femenino solo somos fértiles 48 horas entonces ella pone la cuestionante de por qué es necesario tomar hormonas artificiales los 28 días del ciclo. Mientras los hombres son fértiles las 24 horas del día, 365 días al año y no se está controlando esta productividad de espermatozoides.

La ginecología natural explica Pérez es la conciliación entre conocimientos ancestrales, naturales y la medicina occidental. De tomar de ambas lo que más beneficia al cuerpo de cada mujer, que medicina va mejor consigo. Mucha de esta ginecología puede ser autogestionada y se vuelve una herramienta de autoconocimiento.

Existe muy poco conocimiento de los derechos en general en Guatemala y por lo tanto al desconocer estas leyes escritas las personas no exigen sus derechos pues no los conocen. También el empoderamiento de la mujer se vincula en todos los aspectos de su vida; menciona que



en el colectivo ella manejan un concepto llamado cuerpo territorio y principalmente un cuerpo como un territorio de lucha. En el momento que una mujer dice: "este es mi cuerpo" nadie pasa sobre uno.

Continuando con la trayectoria, experiencias y proyectos del colectivo Cecilia comenta que además de haber comenzado con la página de Facebook y compartiendo información sobre menstruación, también está el de aprender a conectar que la mujer es parte de la naturaleza y que el ciclo es reflejo y coincide con los ciclos de la naturaleza.

Cada temática que se toca por primera vez en el colectivo la siguen tocando para siempre, ellas van evolucionando tanto personalmente como en el rumbo que toma el colectivo. Comenzaron también dando talleres sobre copas menstruales y toallas de tela, luego descubrieron la dinámica de las carpas rojas que son espacios de mujeres para dialogar seguras y sin ser juzgadas. Han ido a colegios, institutos educativos, escuelas, son aliadas con muchas organizaciones que les piden dar talleres y capacitaciones a docentes, padres y madres, etc.

Los criterios que manejan para la selección de sus contenidos viene desde la experiencia personal de cada una de las integrantes del colectivo, las cuales se desenvuelven en ámbitos muy diferentes, dándose así cuenta que son muy diversas y de cómo todas sus seguidoras lo son aún más y ellas no buscan que con su discurso se denigre ni violente a estas mujeres.

Para ellas las redes sociales han jugado un papel muy importante no solo como medio para compartir información sino también para llegar a lugares más lejanos tanto en el interior del país como otros países latinoamericanos y han creado alianzas con otras organizaciones y colectivos durante su tiempo en vigencia.

Dentro de sus limitantes se encuentran las nuevas políticas que se implementan en redes sociales que les dificulta llegar a más gente, que han quedado muy centralizadas al ser todas las integrantes de la ciudad capital por lo que la mayoría de sus contenidos llegan a mujeres mestizas de clase media alta, teniendo un impacto mucho menor en otros municipios y departamentos con poblaciones indígenas y al igual que el aspecto del financiamiento que depende en gran manera de la tienda Nana Luna; a pesar



de esto Pérez comenta que son positivas y que gracias al trabajo que han logrado se han vuelto en referentes de menstruación, no solo se ha creado una colectiva sino un movimiento social entorno a la menstruación y lo trabajan desde diferentes aspectos y ejes.

Ellas estructuran sus contenidos en los talleres a partir de la experiencia personal para poder luego construir otras experiencias en colectiva. Para los talleres ella considera que las dinámicas que permitan la autorreflexión son las más eficaces y adecuadas para estas temáticas. De crear un diálogo y no solo llegar ellas a imponer un conocimiento.





5

MARCO TEÓRICO DE  
**DISEÑO**

## MARCO TEÓRICO DE DISEÑO

Cualquier material de apoyo sobre educación sexual debe brindar un aporte al desarrollo saludable de niños, niñas y jóvenes a través de la información que se incluya, abriendo espacios de participación.

### Material educativo

Ospina (2008) menciona que los materiales educativos están constituidos por todos los instrumentos de apoyo, herramientas y ayudas didácticas (guías, libros, materiales impresos y no impresos, esquemas, videos, diapositivas, imágenes, etc.) que se construyen o seleccionan con el fin de acercar a los estudiantes al conocimiento y a la construcción de los conceptos para facilitar de esta manera el aprendizaje.

Se debe tener presente el sentido de los materiales para seleccionarlos y decidir que utilidad darles, para qué y cómo organizarlos en una actividad.

Tomando en cuenta:

- Lo que se quiere enseñar.
- Lo que se espera los estudiantes aprendan.
- Los procedimientos a desarrollar tanto el docente como los alumnos para lograrlo.

Según notas del curso Síntesis 1 cuenta con las siguientes características:

- Su estructura debe presentar elementos claros de enseñanza a través de las formas y color.
- Su contenido puede tener medios explicativos prácticos como ejercicios o pruebas.
- Su soporte puede ser impreso, digital o audiovisual, de modo que pretende revolucionar la forma de educarse.

La realización de un material educativo debe concentrarse en lograr la mejor manera de llevar al educando a través de la práctica al desarrollo de habilidades y destrezas. Por lo que implica la evaluación de habilidades.



Para hacer más claro el contenido educativo y el didáctico se mencionan las siguientes similitudes y diferencias:

- El educativo es más centrado en un proceso de aprendizaje lineal, parte del contenido que hay que aprender, más que del proceso. Mientras el didáctico tiene una perspectiva de autogestión, quien toma parte del contenido, aprenderá solo, a su propio ritmo.
- En cuanto a la evaluación para comprobar el aprendizaje, el material educativo hace uso de ejercicios y actividades de prueba, mientras el didáctico apunta a la autoreflexión.
- Para el material educativo, es necesaria la presencia de un facilitador que ayude en el proceso de comunicación del mensaje, mientras que para el material didáctico puede o no haber un facilitador, esto dependerá del grupo objetivo al que se dirige el material.
- Dado que ambos tienen la finalidad de transferir algún contenido a un grupo objetivo específico. Se diferencian que el educativo, busca lo que el grupo es capaz de aprender, y el didáctico, que enfatiza el proceso de reflexión de quien aprende.



100 preguntas sobre sexualidad adolescente, Santiago Chile (2016)

Rescatado de: <http://www.codajic.org/node/2118>

## Material didáctico

Según Valdés (2016) el material didáctico es todo aquel apoyo, instrumento, herramienta, objeto o dispositivo que existe y se constituye como recurso que facilita la comunicación, la transmisión y la mediación de la información o contenidos de la institución al estudiante. Posibilita al estudiante reconocer y evaluar su proceso y el producto que ha construido para aprender, así como valorar las diferencias entre su competencia inicial y final. Motiva el aprendizaje; ser portadores de contenido y estructurar de forma lógica el proceso de aprendizaje o código en el cual se presenta escrito, audiovisual, icónico o multimedia.

Tipos y usos: El material didáctico puede clasificarse en cuatro: impreso, gráfico, mixto y auditivo.

- El material impreso es todo aquel que podemos tocar como libros folletos, etc. Pero en especial los libros ya que son el medio didáctico impreso tradicional que se ha utilizado en el sistema educativo por más tiempo.
- El material didáctico gráfico, es el que únicamente podemos ver, como las proyecciones.
- En el mixto entran las películas o vídeo documental,

son dispositivos para captar la atención del estudiante, favorece el aprendizaje y sirve de apoyo para el profesor.

- El material didáctico auditivo ofrece a los docentes y a los alumnos un material de apoyo para enriquecer las actividades de todas las asignaturas. sirve para hacer más efectivo el proceso de aprendizaje y enseñanza.

Según notas del curso de Síntesis 1 la intención principal del material didáctico es facilitar los procesos de aprendizaje de uno o varios contenidos específicos, expuestos desde la perspectiva de quien aprende.

Cuenta con las características que no es terminal pues requiere la participación del usuario para ser completado, el usuario debe reflexionar y aprenderlo con su propia capacidad de aprendizaje.

Es un vínculo entre el tema y la realidad pues pretende aproximar o facilitar la percepción y comprensión de hecho y conceptos a través de una impresión más sugestiva.



## Mediación pedagógica

De acuerdo a Gutiérrez y Prieto (2004) la mediación pedagógica se refiere al tratamiento de los contenidos y de las formas de expresión de los diferentes temas, a fin de hacer posible el acto educativo dentro del horizonte de una educación concebida como participación, creatividad, expresividad y relacionalidad.

La mediación pedagógica consiste en la tarea de acompañar y promover el aprendizaje.

Intento de comprender y dar sentido al acto educativo, en cualquier edad y cualquier circunstancia en que se produzca, a fin de colaborar... con el aprendizaje como construcción y de apropiación del mundo y de sí mismo.

### *Tratamiento desde el tema*

Gutiérrez y Prieto (2004) mencionan que es importante que el estudiante posea una visión global del contenido. Que exista coherencia de las partes y puntos claves del texto, para que sea coherente de a donde se piensa llegar con los temas seleccionados, que exista un principio y un final.

Algunas recomendaciones generales de los autores son:

- Es imprescindible conocer al interlocutor, saber algo de sus relaciones, historia, expectativas, sueños y de su posible interés por el texto.
- Tener la estructura global del texto y la estructura de cada unidad. Esto ayudará a facilitar las estrategias de entrada, desarrollo y cierre diferenciadas según cada tema.
- Tener seleccionada y procesada toda la bibliografía de apoyo a utilizar. Esto ayudará a citar y a contar con los documentos oportunos según el tema tratado.



## *Tratamiento de la forma*

Gutiérrez y Prieto proponen un tratamiento formal con las siguientes características:

- Enriquece el tema y la percepción:

Se logra por el uso de imágenes que presentan el tema desde distintos planos; cambios de estímulos visuales; diferentes enfoques; ordenamiento de la página; el tratamiento de los personajes; enfatización a lo más importante de un tema; descansos visuales; uso de contrastes; fuerza expresiva y dinámica de los personajes, etc.

- Hace comprensible el texto:

Se logra por la claridad y simplicidad de la forma; por la acentuación de algún aspecto clave, a través del color, de la caracterización de un personaje, de la ambientación, etc; el acercamiento a formas cotidianas de percepción; la inclusión de imágenes lúdicas, atractivas; por la repetición de un detalle o imagen que da continuidad al texto; por la armonía en la composición; por ser producto de una profundización, de una investigación del tema.

- Establece un ritmo:

Se logra por cambios de intensidad en la combinación de los elementos formales; por contrastes no sólo al interior de una imagen sino entre imágenes; por los juegos de tramas; por la regularidad en la diagramación; por el juego con los blancos y las cajas de texto; la superposición de imágenes; el juego de equilibrios y compensaciones.

- Da lugar a sorpresas, rupturas:

Se logra por subversión de hábitos perceptuales; por imágenes arbitrarias; por imágenes abiertas a más de una interpretación; cambios sutiles o explícitos de figura fondo; por ilusiones, "engaños" perceptuales.

- Logra variedad en la unidad:

Se logra por imágenes con temas complementarios al eje central del texto; por recursos variados de diagramación, según el tema tratado; por un juego amplio de recursos técnicos; por contrastes bien seleccionados; por variadas fuentes de inspiración de la imagen.

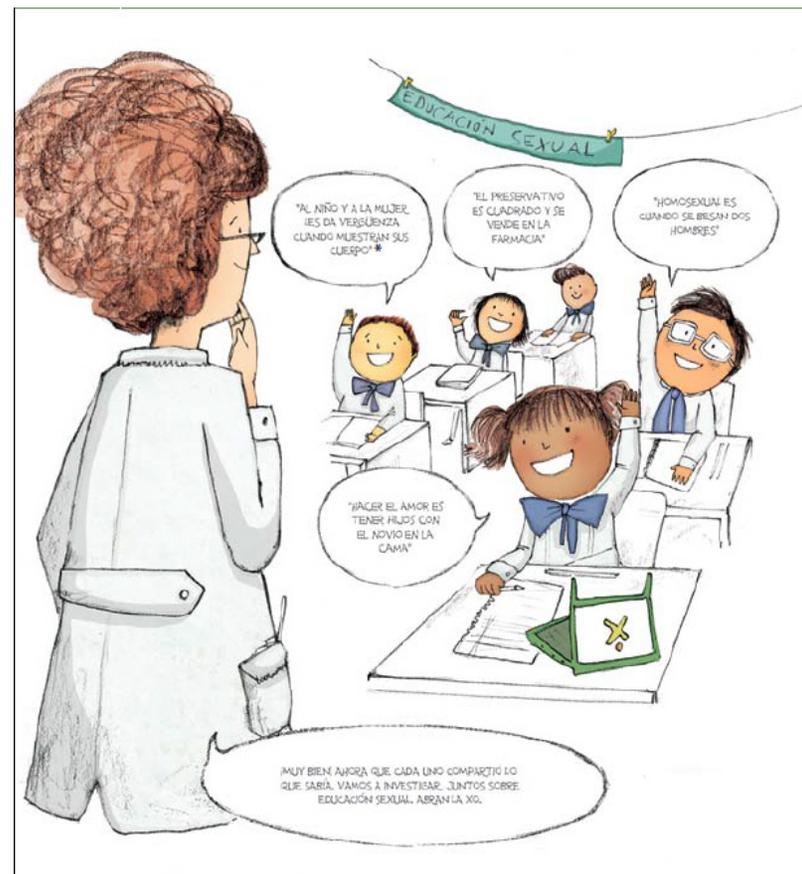


### Tratamiento de los personajes

Continuando con Gutiérrez y Prieto (2014) uno de los recursos más utilizado para el diseño de materiales es el de la figura humana, debido a la gran cantidad de variantes y posibilidades de identificación con la misma.

Distinguen, con Penninou, 3 posibilidades de uso de este soporte animado:

- Las **relaciones de exhibición** es donde los personajes viven su mundo como si nosotros no existiéramos, como estar ante una realidad autosuficiente, como si nada nos quisieran mostrar. Pero cada detalle ha sido planificado para llevar algún significado.

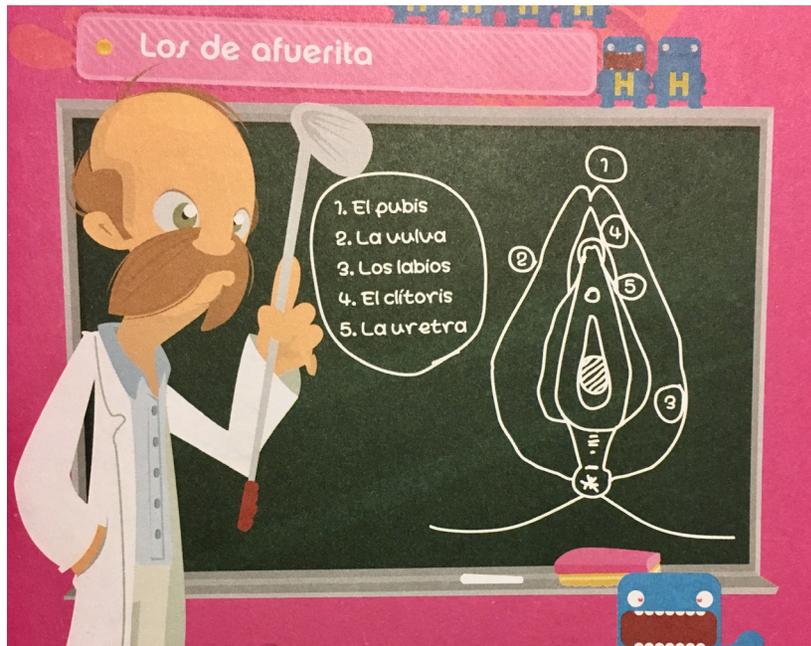


Es parte de la vida, Uruguay (2012)

Rescatado de: [https://www.unicef.org/uruguay/spanish/Es\\_parte\\_de\\_la\\_vida\\_](https://www.unicef.org/uruguay/spanish/Es_parte_de_la_vida_tagged.pdf)

[tagged.pdf](#)

- En las **relaciones de presentación** los personajes se orientan directamente al objeto, o al tema. Muestran algo, lo señalan, lo tocan para que como espectadores apreciemos su valor. Es un mensaje interesado en lograr la adhesión del interlocutor.



Quiúbole con..., México (2009)

Fuente: Melany Mantanico

- En las **relaciones de implicación** el personaje se dirige abierta o sutilmente al interlocutor. Busca de alguna manera hablar a través de la mirada, gestos, de la posición del cuerpo. La más común es una posición frontal, de cara al destinatario.



Quiúbole con..., México (2009)

Fuente: Melany Mantanico

## Ilustración

Lambert (1999) denomina la ilustración como el dibujo o imagen que acompaña al texto de un libro, ya sea estampa, grabado o dibujo que adorna o documenta un libro, la ilustraciones son imágenes asociadas con palabras.

López (2016) aclara que según el objetivo de la ilustración estas se dividen en: la ilustración artística que tiene un objetivo contemplativo y se ve desde una perspectiva personal generalmente; la ilustración comercial que tiene el objetivo de acompañar un diseño comercial ya sea un anuncio, revista, entre otros desde una perspectiva del público.

En el libro *Todo sobre la técnica de la ilustración* (2003) se mencionan algunos tipos de ilustración que abarcan el trabajo del ilustrador:

### *Ilustración conceptual*

Es aquella que no está obligada a seguir los datos proporcionados por el texto y en cambio desarrolla una idea personal por parte del ilustrador al considerar el tema que se propone ilustrar. Esta también representa ideas generales y no hechos en particular ya que esta da expectativas al lector sobre lo que puede encontrar en el texto.



Ilustración conceptual

Rescatado de: <http://joiamagazine.com/magoz-ilustracion-conceptual/>

### Ilustración narrativa

Busca mostrar un suceso o secuencia de sucesos según un guión literario o cinematográfico. Estas implican un arduo trabajo de investigación y reconstrucción ya que se ven apegadas al contexto del texto.

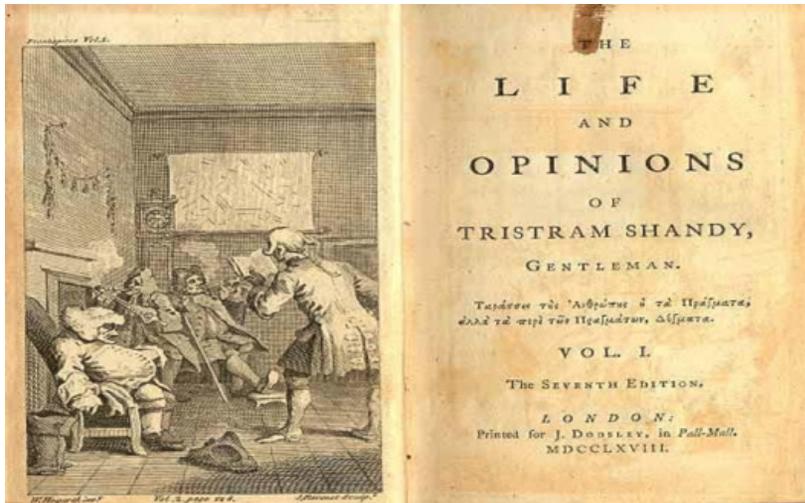


Ilustración narrativa

Rescatado de: <http://reflexionesmarginales.com/3.0/22-narrativa-ilustrada-mas-alla-del-libro-album-y-la-novela-grafica/>

### Ilustración decorativa

Acompaña a los textos para embellecer la página, acostumbran ser ilustraciones marginales que enriquecen el diseño de la publicación. También puede ser un refuerzo de los contenidos explicados, incluyendo detalles que tengan una especial gracia visual.

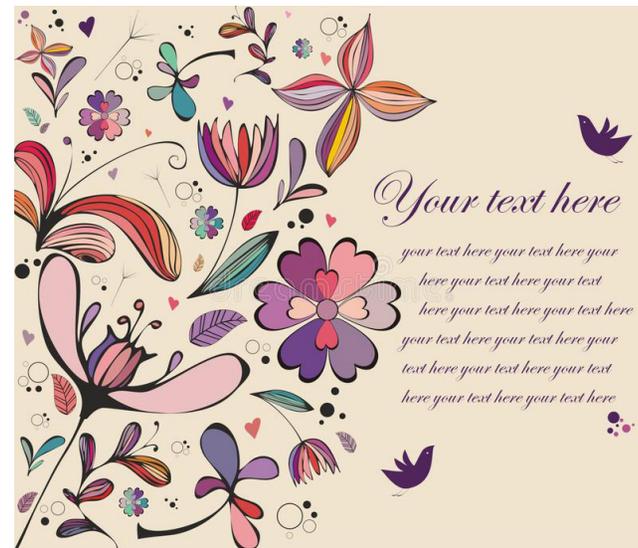


Ilustración decorativa

Rescatado de: <https://thumbs.dreamstime.com/b/ilustraci%C3%B3n-decorativa-10539017.jpg>

### El cómic

El ilustrador debe ser capaz de interpretar un guión y plasmarlo de forma similar a la técnica cinematográfica, se crean personajes, escenarios, paisajes, etc.



El cómic

Rescatado de: <https://bibliocriptana.wordpress.com/2009/04/19/mafalda-de-quino/>

### Ilustración científica y técnica

Se caracteriza por la claridad y legibilidad de la información que transmiten, sin importar lo complicada o detallada de la ilustración el lector ha logrado identificar cada elemento significativo, los detalles deben ocupar un lugar exacto en el conjunto y ser representados en forma y tamaño correctos; pero sin perder su atractivo visual y calidad gráfica.

Para este tipo de ilustración es necesario que el ilustrador tenga un perfecto dominio del dibujo realista, así como de los distintos sistemas de representación a escala y perspectiva.

Es importante también considerar el tipo de publicación en el que será reproducida ya que los lectores no esperan los mismos detalles en una revista de interés general a una revista especializada o en el caso de los libros de texto escolares donde las gráficas deber contar con mayor brillantes y suele haber mayor libertad creativa.

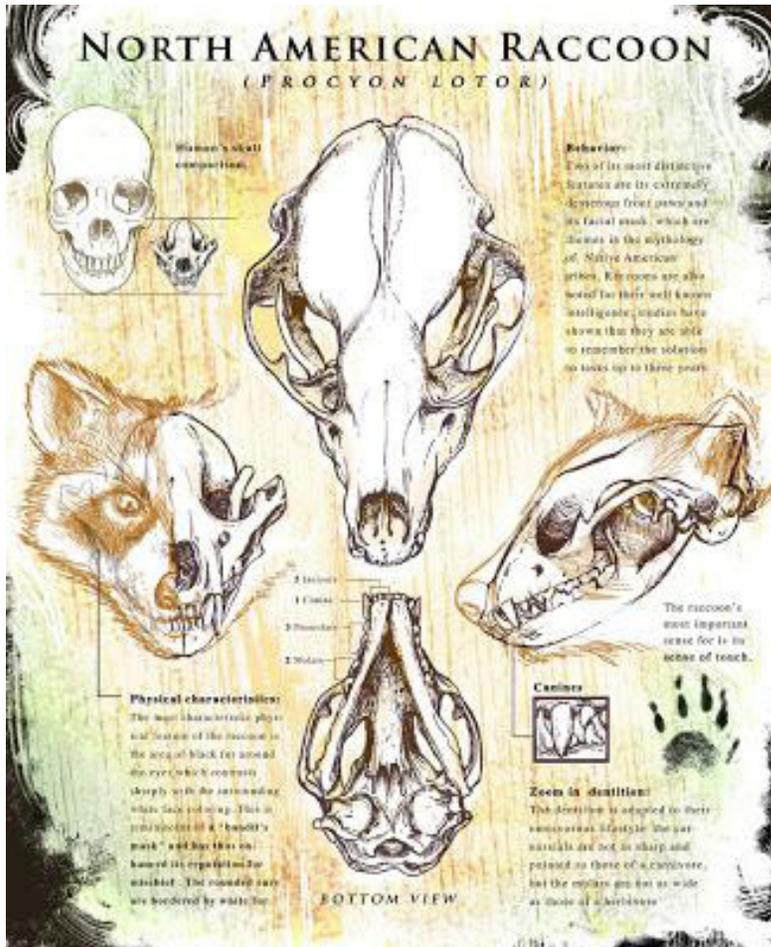


Ilustración científica y técnica

Rescatado de: <http://lizyilustra.blogspot.com/2010/08/ilustracion-cientifica.html>

html

### Ilustración botánica

Según la Sociedad Americana de Artistas Botánicos (2014) "La ilustración científica de las plantas es un aspecto importante del, más amplio, mundo del arte botánico, definida por su propósito como una ayuda para el estudio y clasificación de especies. Botánicos e ilustradores trabajan juntos dentro de una relación sinérgica que resulta en ilustraciones específicamente diseñadas para complementar el texto. Las ilustraciones botánicas se utilizan para ilustrar "floras", monografías, guías de campo e investigaciones. El artista sigue convenciones establecidas que incluyen una preferencia por el trabajo en blanco y negro, una habilidad para crear dibujos desde especímenes de herbario y la producción de magnificaciones detalladas de partes fundamentales de los especímenes. La precisión técnica es esencial pero los límites entre arte e ilustración son difíciles de distinguir, dados a menudo más por el propósito que por el estilo."



Ilustración botánica

Rescatado de: <https://www.ilustradoresnaturalistasdechile.com/que-es-la-ilustracion-botanica>

Ilustración editorial

FCarracedo (2015) señala que esta debe conceptualizar el tema a publicar en una revista, periódico o libro y este proceso requiere de análisis, abstracción, búsqueda de relaciones, etc., donde un buen proceso es mezclar elementos comunes para generar algo nuevo.



Ilustración editorial

Rescatado de: <https://www.domestika.org/es/projects/28631-ilustracion-editorial-juvenil-infantil>

### *Ilustración educativa*

Colás (2009) determina que la ilustración educativa es toda aquella que sirve de apoyo o con fin de representación de un contenido.

Menciona también que hay cuatro tipos de ilustración educativa, los cuales son:

- Información inventaria, que incluye ilustraciones de objetos reales.
- Localización espacial, la cual indica el lugar donde se está
- Información descriptiva, muestra detalles
- Composición espacial, es la mezcla entre el lugar y la información de los detalles de algunos objetos.

Así mismo, dentro de cualquier material educativo, la ilustración sirve para llamar la atención, para moldear lo que el lector siente al ver el material y la de facilitar que la información que se muestra, sea cual sea la capacidad lectora del público.



Ilustración educativa

Rescatado de: <https://www.pinterest.es/pin/69031806759026463/>

## Técnicas de ilustración

Dentro de la ilustración se encuentran distintas técnicas que ayudan a llegar a diferentes resultados según lo que se desea realizar, ya sean análogas o digitales.

### *Análogas / manuales*

Berrocal (2016) menciona que son aquellas que se realizan con medios tradicionales sobre papel, estas tienen la característica de tener más cercanía con el material y muestran un carácter más cálido y humano. Según Parramón (2003) algunas técnicas más utilizadas son las siguientes:

**Acuarela:** es una de las técnicas más versátiles utilizada en ilustración, ya que puede combinarse con muchos otros medios y técnicas. La acuarela es soluble en agua y transparente; su intensidad depende del grado en que se hayan disuelto en agua. Su riqueza de tonos no solo depende de las mezclas entre colores sino también de la participación del agua en esas mezclas. La acuarela es de secado rápido y no necesita disolventes o sustancias especiales para su empleo.



Acuarela

Rescatado de: <http://www.dnamag.mx/meet-the-artist-ana-victoria-calderon-reina-la-acuarela/>

**Rotuladores:** se emplean como medio para lograr coloraciones de tono limpio y ajustado, contornos claros y una calidad final que es fácil de reproducir por medios fotomecánicos. Suelen contener tinta a base de agua o a base de alcohol. Los rotuladores a base de agua proporcionan un trazo de secado más lento y los colores se superponen, incluso una vez secos. Ahora, los rotuladores a base de alcohol son de rápida evaporación, el color es indeleble y puede trabajarse por superposición de tonos sin que se produzcan mezclas o corrimientos de color.



Rotuladores

Rescatado de: <http://aula017.blogspot.com/03/tecnica-rotuladores-copic.html>

**Lápices de colores:** suelen utilizarse en conjunto con otros procedimientos (acuarela, gouache, acrílicos o rotuladores) estos permiten detallar y matizar con gran precisión. Son fáciles de usar, se manejan de la misma manera que un lápiz convencional, ofreciendo un acabado menos graso, más suave y satinado; se usan usualmente en formatos pequeños ya que su intensidad de todo y capacidad de cubrimiento son mucho menores que otros medios.



Lápices de colores

Rescatado de: <https://www.pinterest.es/pin/377598749987798280/>

**Tinta:** son de rápida realización, pero requieren de una buena preparación. Las cuestiones de técnica y estilo quedan a la libre elección del ilustrador. Las tintas de colores son muy transparentes y pueden mezclarse entre sí; también es posible rebajar su intensidad con un poco de agua. Combinadas con la tinta china negra, el efecto es de gran intensidad gráfica.



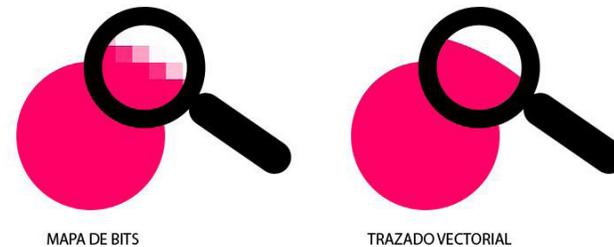
Tinta

Rescatado de: <https://artista.s3.amazonaws.com/obras/big/8/7/6/9138443778439287.jpg>

## Digital

Entero (2012) dice que son aquellas obras que han sido creadas usando tecnologías informáticas, con el uso de ordenadores u otros electrónicos con herramientas que permiten dibujar como ratones, lápices ópticos, tabletas gráficas o pantallas táctiles. Las técnicas son las siguientes:

- **Mapas de bits:** el contenido se almacena digitalmente en filas y columnas fijas de píxeles, que se pueden crear en capas separadas para facilitar el aislamiento y la manipulación de diferentes partes de la imagen.
- **Vectores:** no trabajan con píxeles. Por lo que suelen crear líneas precisas, formas y patrones, con bordes bien definidos y son ideales para trabajar con construcciones complejas.



Mapa de bits y Vectores

Rescatado de: <http://tutoriales.sama-sama-studio.com/origen-de-la-ilustracion-vectorial/>

## Desarrollo y diseño de personajes

Castillo y Donoso (2017) en su investigación sobre el diseño de personajes mencionan que la creación de un personaje, desde su temperamento, hasta su ropa, postura y otras características son cosas a tener en cuenta ya que no es un dibujo suelto, sino la representación visual de alguien que vive, siente y tiene una personalidad que debe ser evidente en el dibujo.

El personaje debe responder a una realidad creada. Este pertenece a un guión, lo que lo diferencia de una ilustración libre y espontánea, ya que es parte de una historia y un universo específicamente creado para él.

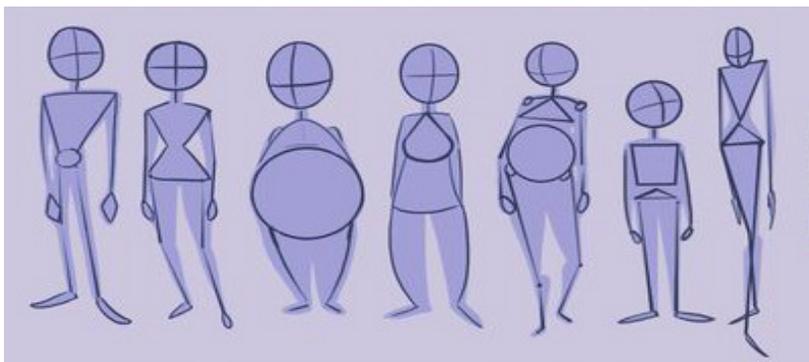
### *Proceso en la creación de personajes*

Los autores también mencionan el proceso ideal a seguir para la creación de personajes siendo los siguientes pasos:

- Practicar el dibujo para fortalecer la línea y soltar la mano.
- Investigar y consultar para fortalecer ideas. Siempre se debe partir de algo real para la creación de un personaje.
- Observar detenidamente el mundo alrededor, como caminan las personas, gestos, etc, y cómo estos pueden ser representados.
- Especializarse en la figura humana, ya que todos los personajes se mueven respetando los principios básicos de anatomía y física.
- Estudiar sobre perspectiva, volumen y luz. Ayuda para relacionar a los personajes con el espacio donde se encuentran.
- Reconocer los diferentes tipos de línea: toon, clásico, anime, trazo recto, americano, etc. Esto ayudará como referencia de las distintas técnicas de dibujo y maneras de representar el cuerpo y sus partes.
- Empezar de lo básico a lo complejo.
- Tener en cuenta la línea de acción.
- Que el personaje logre evocar emociones y acciones por medio de los gestos.
- Generar una gran cantidad de bocetos para llegar a un resultado conveniente.

### Construcción a partir de formas geométricas

Según Cámara (2006) la forma más sencilla para conseguir homogeneidad, es partir de estructuras geométricas simples ya que hará posible la reproducción de dicho personaje sin alteraciones o variaciones que alejen a la imagen de una realidad misma.



Formas geométricas en personajes

Rescatado de: <https://www.pinterest.es/pin/441775044672758406/>

### Pose

Cámara menciona que mediante la pose del personaje debe ser capaz de transmitir su estado de ánimo, su actitud, intenciones, etc. Y es que a simple vistazo el espectador pueda ver todo aquello que debe ver. El trazo ha de mostrar encanto, comunicación, magnetismo y simplicidad.



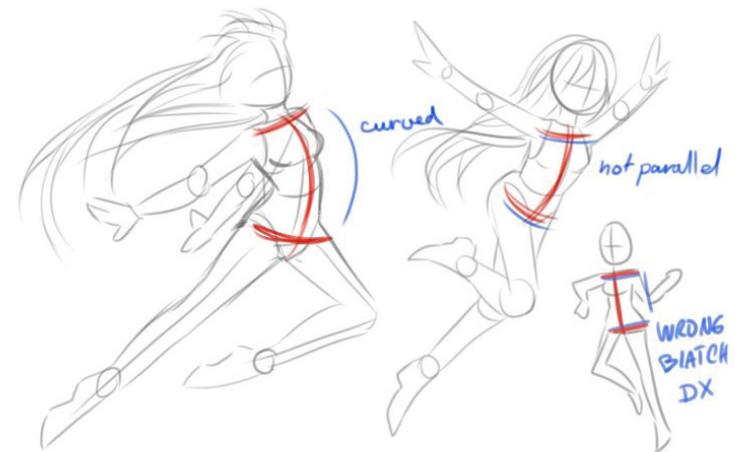
Poses

Rescatado de: <https://www.pinterest.es/pin/341851427955313959/>

## Los ejes

Son líneas imaginarias que darán al personaje de equilibrio y estabilidad sin importar la acción que realice y ayudará a construirlo siempre en su perspectiva correcta.

- Eje de gravedad: es el que mantiene el equilibrio del personaje; no solo en el equilibrio estático sino también en cualquier equilibrio dinámico cuando se ejecute alguna acción y esto da sensación de estabilidad.
- Eje de los hombros y caderas: este nos mostrará la perspectiva del personaje sobre el plano. Ambos ejes en su acción pueden ir en direcciones opuestas creando el balance que necesitará la figura al realizar determinados movimientos; ambos ejes irán siempre condicionados al eje de gravedad.
- Eje de perspectiva en los pies: asentará la pose del personaje en el suelo, independientemente de su eje de gravedad o de hombros y caderas. Este nuevo eje confirmará el equilibrio y perspectiva de la figura.



Ejes

Rescatado de: <https://dokudoki.deviantart.com/art/TUTORIAL-Dynamic-Poses-375942531>

Poses-375942531

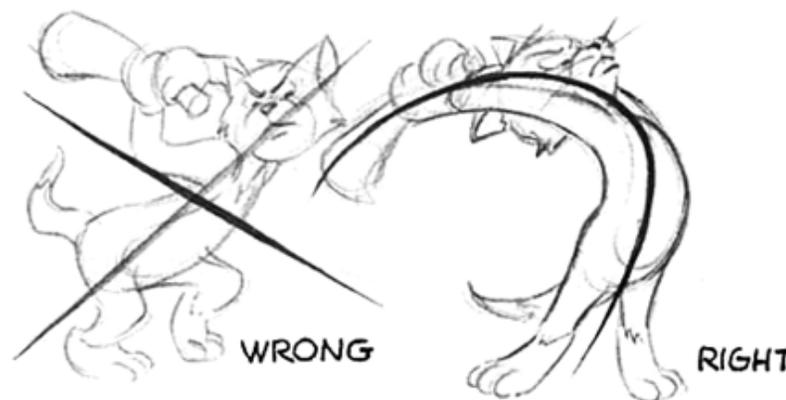
### *Las líneas de flotación*

Cámara menciona que estas son las líneas imaginarias que transmiten el ánimo, carácter y fuera del personaje. Marcan gran diferencia psicológica entre personajes y diversas estructuras morfológicas. Las líneas de flotación son la combinación del eje torácico y el de la cintura.

Estas líneas marcan el temperamento del personaje, y mientras una combinación cóncava muestra personajes temperamentales, valientes y con capacidad de afrontar retos; una combinación convexa mostrará a los personajes tímidos, indecisos y, en ocasiones, cobardes.

### *La línea de acción*

La línea de acción se extiende a lo largo del personaje en su acción principal, está refuerza el efecto dramático, la intención de movimiento en su expresión, el dinamismo y la dirección de su energía; es quizá la línea imaginaria más importante y que se debe tomar en cuenta al diseñar un personaje. Se suele dibujar las poses partiendo de la línea de acción y así organizar las diferentes estructuras sólidas que poco a poco irán conformando al personaje.



Línea de acción

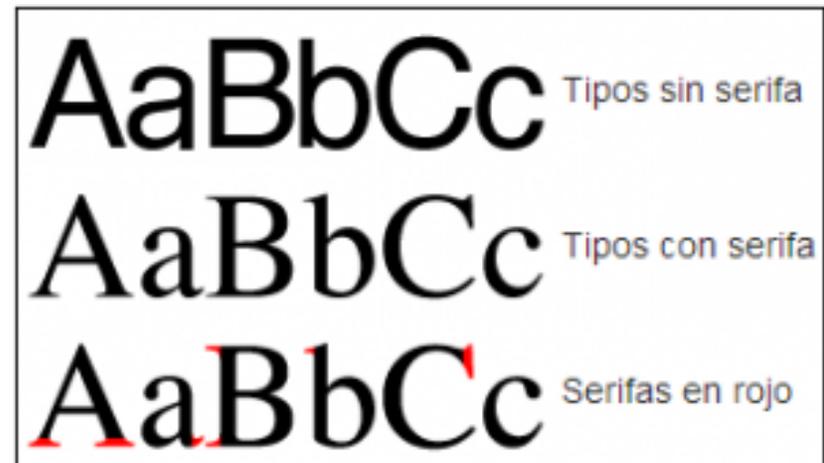
Rescatado de: <https://elladoanimado.wordpress.com/2011/03/07/la-pose/>

## Tipografía

Fiori (2014) define la tipografía como el arte y técnica de crear y componer tipos para comunicar un mensaje y desde la perspectiva del diseño gráfico es una herramienta de comunicación al ser un poderoso transmisor de información e ideas.

Estas cuentan con características que las clasifican en si tienen o no serifas (sin curvas o adornos). Se entiende por serifas o remates, a las pequeñas líneas que se encuentran en las terminaciones de las letras y estas tienen como utilidad facilitar la lectura, ya que crean la ilusión de un línea horizontal por la que se desplaza la vista al leer. Y las letras sin serifas o de palo seco, son aquellas que no llevan ningún tipo de terminación; pero suelen ser consideradas inadecuadas para un texto largo ya que la lectura resulta incómoda al existir la tendencia visual a identificar este tipo de letras como una sucesión de palos verticales consecutivos.

Por esas razones las letras con serifas se utilizan en los periódicos, revistas y libros, así como en publicaciones que contienen textos extensos. Y las letras sin serifas o palo seco son usadas en titulares, rótulos, anuncios y publicaciones con textos cortos de estilo variante.



*Tipos con y sin serifa*

Recuperado de: <http://www.staffcreativa.pe/blog/tipografia/>

Para Marshall y Meachem (2012) existen distintas cuestiones a tomar en cuenta al momento de diseñar con tipografía como se presenta a continuación:

- Combinación de tipos de letras

El modo que se combinen distintos tipos de letra tiene un peso considerable en el mensaje que comuniquen y también afectar a la legibilidad. Se suelen utilizar tipos de letras contrastantes para mostrar la diferencia entre distintas informaciones o destacar un elemento.

Los tipos de palo seco o romanas suelen ser utilizados en cuerpos de texto porque son más fáciles de leer, mientras los de fantasía o caligráficos en títulos y secciones más cortas.

Mientras algunos tipos de letra pueden tener una gran variedad de usos (palo seco o romanas), algunas otras tienen aplicaciones limitadas (caligráficas o de fantasía).

- Selección de tipos de letra

Se deben tomar en cuenta varios factores:

- El género o contexto del texto
- Si se emplea sola o combinada con otras
- El tamaño
- Si es para cuerpos de texto o títulos
- Si será impresa o en pantalla
- La personalidad que se desea transmitir.

### *Legibilidad y fluidez de la lectura*

La tipografía es legible si las letras individuales pueden descifrarse inmediatamente, y es fluida si se presentan de modo accesible y/o atractivo. Se considera una buena medida la de 50-80 caracteres por línea, incluidos los espacios.

- Mayúsculas y minúsculas

Cuando se lee, se reconocen las formas de las palabras en que están combinadas las letras, más que cada letra individual. Mientras las minúsculas cuentan con variedad de formas y perfiles, las mayúsculas son similares, lo que las vuelve más difíciles de distinguir.



- Dimensión de la línea y espaciado

La legibilidad y fluidez se ven afectadas no solo por la longitud de línea, sino también por la distancia entre dos líneas. Si el ojo no se dirige de manera natural hacia el inicio de la siguiente, el texto resultará difícil de leer.

El interletraje, espacio entre las letras de una sección de texto, puede afectar la densidad de una sección haciendo más fácil o más difícil su lectura.

- El color y tamaño

El color en las tipografías o en el fondo puede potenciar la comunicación o atraer la atención. Aunque primero se deben realizar varias pruebas tomando en cuenta el tamaño del texto ya que hay ciertas combinaciones de colores que pueden causar problemas.

- Los párrafos

Un factor importante a tomar en cuenta con los párrafos es su alineación: a la izquierda, derecha, justificada o centrada. Las más utilizadas en Occidente son la izquierda (el final de la línea, a la derecha, no está alineado al borde de la columna de texto) y la justificada,

que se extiende a lo largo de la línea de modo que ambos lados quedan alineados con el borde de la columna de texto. La alineación a la derecha y centrada son menos utilizadas por razones de fluidez de la lectura.

La manera en la que se utilizan y combinan pueden dar énfasis y efectos visuales.

Se debe ser cuidadoso al momento de utilizar la alineación justificada ya que los espacios entre palabras pueden ser bastantes grandes y se forman ríos o calles, que son grandes espacios en blanco entre palabras, estos ríos pueden distraer visualmente y llega a ser antiestético.





## Clasificación tipográfica

Vaslam (2017) menciona las siguientes clasificaciones tipográficas que se pueden encontrar.

### Serif / Con serifa

Estas se caracterizan por tener unos “remates” o decoraciones en los extremos de sus líneas.

- **Términos con los que se asocia:** Clásico, elegante, tradicional, de confianza, autoritario.
- **Uso recomendado:** Para cuerpos de texto extensos en medios impresos.



Serif

Rescatado de: <https://jessicavaslam.com/elegir-y-combinar-tipografias/>

### Composición tipográfica

Rescatado de: <https://www.pinterest.es/pin/394276142350423144/>

**Sans serif / Sin serifa**

Llamadas también palo seco, son las que poseen cortes limpios en los extremos.

**Términos con los que se asocia:** Moderno, universal, limpio, versátil.

**Uso recomendado:** Para cuerpos de texto en medios digitales como la web.

# Sans serif

Moderno, universal, limpio, versátil

Sans Serif

Rescatado de: <https://jessicavaslam.com/elegir-y-combinar-tipografias/>

**Caligráficas**

Son aquellas que simulan la escritura manual mediante herramientas como pinceles y plumas.

**Términos con los que se asocia:** Elegante, femenino, amigable, creativo, sofisticado.

**Uso recomendado:** Para títulos grandes y textos cortos.

# Caligráficas

*Elegante, femenino, amigable, creativo, sofisticado*

Caligráficas

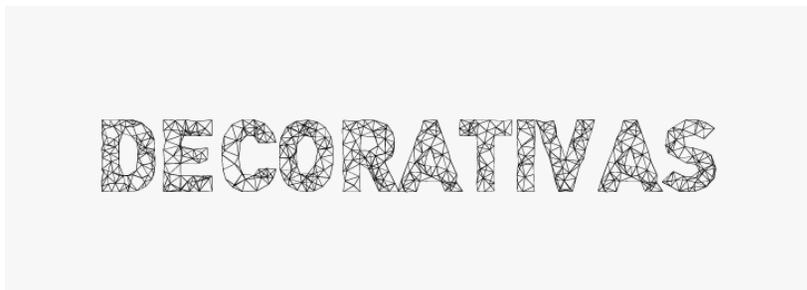
Rescatado de: <https://jessicavaslam.com/elegir-y-combinar-tipografias/>

### Decorativas

Con características muy diferentes a las otras, pueden ser creadas para temáticas o fines muy concretos en donde la legibilidad, por lo general, no es muy tenida en cuenta.

**Términos con los que se asocia:** Depende de su temática y estilo, ya que varían mucho unas de otras.

**Uso recomendado:** Para darle personalidad a titulares cortos.



Decorativas

Rescatado de: <https://jessicavaslam.com/elegir-y-combinar-tipografias/>

### Combinación tipográfica

Según Vaslam (2017) la elección de una u otra tipografía puede cambiar completamente el resultado final del diseño, por lo que debe elegirse a consciencia.

Menciona 4 aspectos principales que influyen en la elección de una tipografía:

- **El tipo de proyecto:** la función que tendrá que desempeñar la tipografía dentro del mismo, si se usará para textos cortos o extensos y el tipo de mensaje que se va a comunicar.
- **Que se alinee con tu marca:** la marca tiene una personalidad, una audiencia y un estilo gráfico propio. La tipografía debe ser acorde a ella.
- **El soporte en donde se empleará:** algunas tipografías pueden ir mejor para medios impresos mientras que otras son más adecuadas para la parte digital.
- **La legibilidad:** que la tipografía que elegida facilite la lectura de tu mensaje.

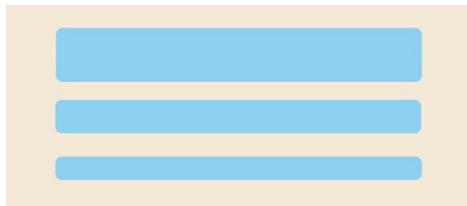
## Jerarquía visual

Martínez (2014) menciona que la jerarquía visual es el ordenar elementos de acuerdo con cierto orden de importancia, estos se diferencian elementos de acuerdo con la forma de como lucen, ya que su apariencia es un indicador de su orden de importancia y relación con otros elementos.

Existen distintas manera de crear jerarquía visual las cuales pueden emplearse individualmente o combinarse:

- Tamaño

Los elementos de mayor tamaño captan la atención más rápido, este también indica la importancia de cada elemento.

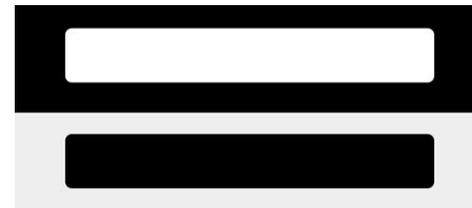


Tamaño

Rescatado de: <http://blog.aulaformativa.com/fundamentos-del-diseno-como-crear-jerarquia-visual/>

- Contraste

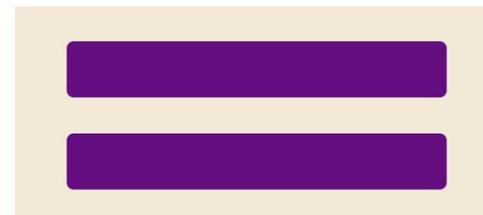
Este puede aplicarse en cualquier elemento, ya sea en tipografías, color, forma o tamaño. El impacto se genera de acuerdo con los cambios entre un elemento y otro.



Contraste

- Color

El color no solo sirve para organizar y generar jerarquía visual sino también dar estilo y personalidad. Se deben tener en cuenta al público objetivo, el material, temática y al mismo tiempo, generar una combinación de colores armónica.

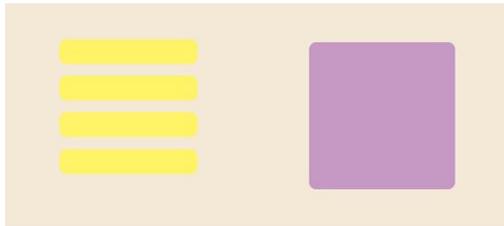


Color



- Proximidad

Es una manera de separar y agrupar elementos. Mientras más próximos estén son considerados como un grupo. La proximidad sirve para agrupar elementos similares y separar aquellos que son distintos.



Proximidad

- Repetición

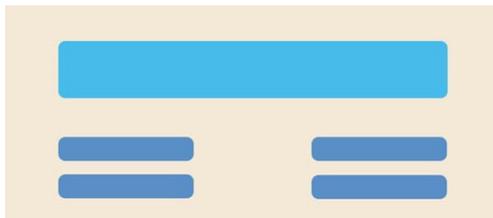
La repetición es un elemento que también sirve para agrupar elementos ya que esto permite al usuario reconocer fácilmente los elementos similares.



Repetición

- Alineación

La ubicación de los elementos también puede indicar importancia. Puede usarse la alineación para generar interés y movimiento; también los elementos similares se suelen alinear de forma igual.



Alineación



## Semiótica del color

Según Costa (2008) el color es considerado un elemento más del sistema gráfico y no siempre tienen relación con lo que vemos en la realidad, sino con una intencionalidad expresiva o comunicativa del diseñador. La percepción del mundo y la percepción gráfica son cosas en esencia diferentes. Estos se clasifican según las aplicaciones del color en la comunicación gráfica:

### *Cromática realista*

Es la manifestación más fiel por imitar el aspecto que ofrecen las cosas del entorno, representar con exactitud formal y cromática la realidad visible.

- Color naturalista: muestra la esencia de los objetos de una manera realista con el uso de sus colores naturales.
- Color exaltado: se aplica niveles de saturación altos a los colores para acentuar su impacto y detalle.
- Color expresionista: varía dramáticamente los colores de la realidad para transmitir un mensaje de una manera más efectiva. Modifica los colores de la realidad manteniendo su iconicidad.



Cromática realista

Rescatado de: <https://www.taringa.net/posts/arte/15372778/Una-sutil-realista-Spartaco-Lombardo.html>

### *Cromática fantasiosa*

- Es el opuesto a la estrategia realista, lo fantástico se opone a lo real. Por lo que tiende a escenas fantásticas (ciencia ficción, contrastes entre lo real y lo insólito, el carácter irreal de los sueños, etc.).
- Color imaginario: se busca un efecto irreal y fantástico, pero mantiene la iconicidad con lo real. Sirve para transportarnos a un mundo exótico. Escenarios artificiales que ya no reproducen la realidad visible, pero conservan su grado relativo de iconicidad.
- Color arbitrario: se impone sobre la forma icónica y lógica perceptiva de los colores de la realidad. Abandona lo real y lo mitológico como referencia. El color se vuelve independiente de la realidad y como materia gráfica empieza a hacer valer su autonomía. Los colores son elegidos por el artista.



Cromática fantasiosa

Rescatado de: <https://www.pinterest.es/pin/380906080954926078/>

### *Cromática signica*

Ahora el color por sí mismo *significa*. Ya no es deudora de modelos visibles en la realidad o establecidos por relatos y fábulas, sino de sus propias herramientas.

- Color esquemático: es un color simple que se vuelve identidad de las marcas.
- Color señalético: colores que dan a entender al espectador que se debe realizar una acción.
- Color emblemático: colores que tienen ya significados propios según el contexto cultural.



Cromática signica

Rescatado de: <https://teoriadelcolor517.wordpress.com/2015/10/23/el-color-senaletico/>

## Uso del color en temas de sexualidad

Martínez (2016) menciona que según la teoría cromoterapéutica, la luz y los colores activan diferentes procesos bioquímicos en el cuerpo humano, sobre todo en la sexualidad donde los colores también influyen. Cada color tiene psicológica y espiritualmente una interpretación y tiene un uso para diferentes fines.

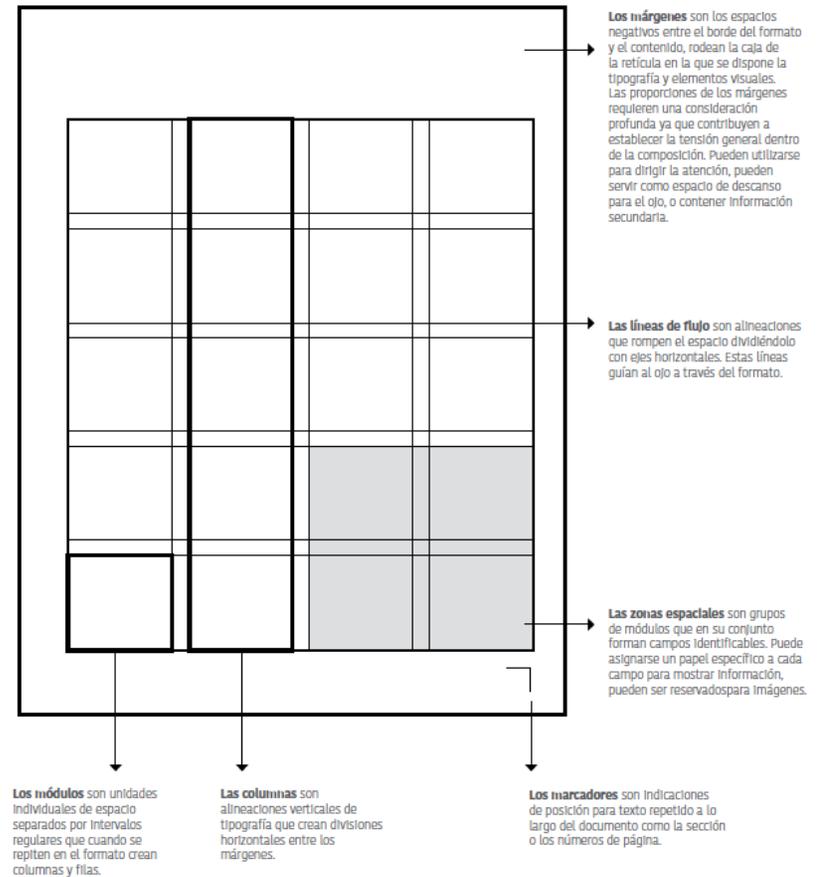
- Rojo: propicia el apetito sexual, brinda fuerza y resistencia, ya que llama la atención debe ser usado de manera mínima.
- Naranja: aumenta la capacidad de concentración, estimula la sexualidad y emotividad, da sensación de calidez.
- Amarillo: estimula la capacidad de autodominio y vitalidad, es un estimulante natural de las emociones.
- Blanco: asociado a limpieza y pureza, este color genera confianza y acercamiento.
- Azul: propicia tranquilidad, nivela la ansiedad y controla ataques de atracción sexual obsesiva.
- Violeta: está relacionado con el erotismo, fantasías y el sexo sofisticado.
- Rosado: color universal del romance, estimula el buen humor, sensibilidad, es relajante e inductor del sueño; revela inmadurez sexual.
- Verde: asociado con la propia aceptación, amor compartido y la compasión. Transmite frescura y relajación.
- Negro: representa la noche, el misterio, en la ropa interior puede resultar ampliamente erótico.



## Retículas

Leurs (2009) establece que la retícula es una estructura a base de líneas, generalmente verticales y horizontales, utilizadas para estructurar el contenido y ayuda a ordenar coherentemente todos los elementos de la composición. Cada línea sirve como guía para colocar márgenes y medianiles.

### ANATOMÍA DE LA RETÍCULA



Anatomía de la retícula

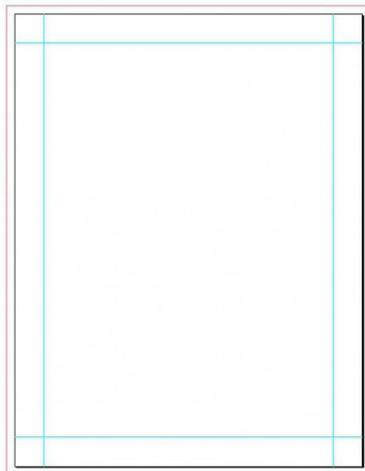
*Recuperado de diseñar con y sin retícula*

### *Tipos de retículas*

Samara (2004) establece que hay 4 estructuras de retículas base y más utilizadas según las necesidades específicas del proyecto.

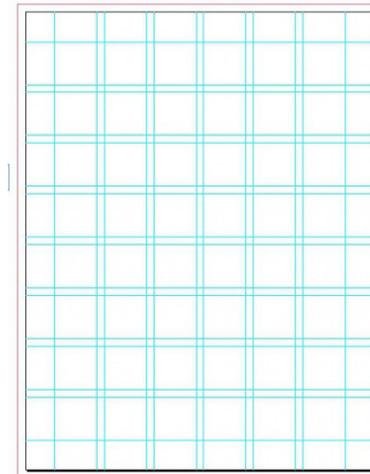
- Retícula manuscrita

Esta estructura es empleada para presentar textos largos y continuos. Posee márgenes bastante amplios, su objetivo es transmitir tranquilidad, calma y hacer el proceso de lectura fluido.



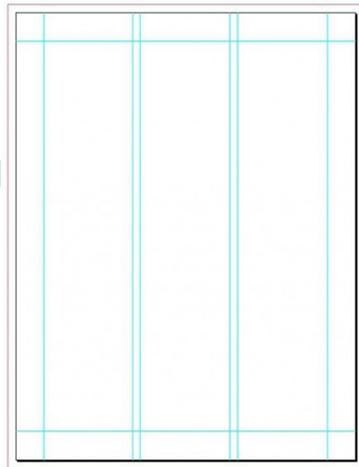
- Sistema modular

Está compuesta por módulos del mismo tamaño. Utilizada para proyectos con más complejidad ya que aporta más facilidades, flexibilidad y movilidad para estructurar contenidos.



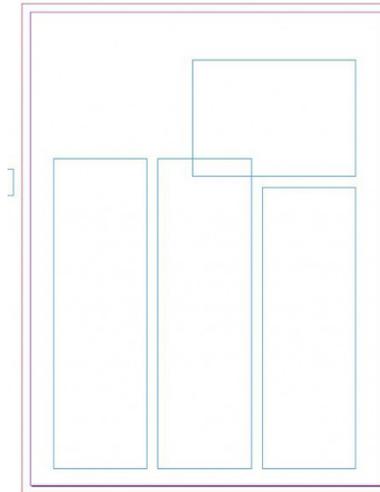
- Sistema por varias columnas

Ofrece flexibilidad y versatilidad para destinar distintos contenidos en la división de columnas. La anchura de las columnas depende del cuerpo de letra del texto corrido.



- Sistema jerárquico

Su lógica es diferente a los sistemas anteriores ya que se estructura de acuerdo con una organización que se adapta a la relevancia y funcionalidad de una mayor diversidad de contenidos.



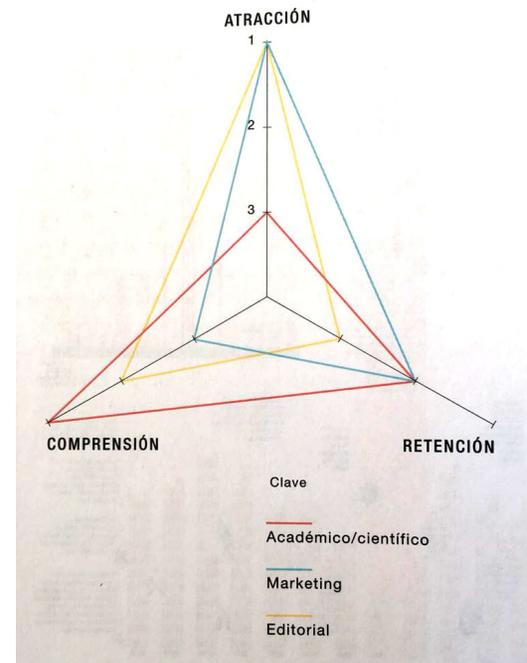
## Infografías

Según Galindo (2010) las infografías son una combinación de imágenes sintéticas, explicativas, fáciles de entender y textos con el fin de comunicar información de manera visual para facilitar su transmisión. Además de las ilustraciones, podemos ayudar más al lector a través de gráficos que puedan entenderse e interpretarse instantáneamente.

Una buena infografía debe ser sencilla, completa, ética, bien diseñada y adecuada con la información que presenta. Las infografías pueden dividirse en las categorías de gráficos, mapas, tablas y diagramas.

### *Prioridades infográficas según su aplicación*

Según los Fundadores de Column Five (2012) se debe establecer qué es lo que la infografía está tratando de conseguir ya que determina las prioridades del gráfico de los cuales los principales son la atracción, comprensión y retención.



Prioridades según su aplicación

*Rescatado de Infografías, el poder del storytelling visual*

**Atracción:**

Se refiere al diseño, ya que el buen diseño no sólo consigue el atractivo adicional de un elemento, también puede incitar a una reacción emocional.

**Comprensión:**

Según el modelo VAK de Neil Fleming establece que, cuando se trata de comprender información, las personas aprenden mejor con uno de estos 3 tipos de estímulos; visual, auditivo y cenestésico o táctil. Pero de los 3, las personas tienden a consumir información de manera visual, por lo cual es realmente significativo. Como señala Colin Ware en *Information Visualization: Perception for Design*: "El sistema visual humano es un buscador de modelos enorme de poder y sutileza. El ojo y la corteza visual del cerebro forman un procesador paralelo masivo que proporciona el máximo canal de banda ancha a los centros cognitivos humanos. A mayores niveles de procesamiento, más interrelaciones están la percepción y la cognición, por lo que las palabras comprendidas y vistas son sinónimas".

**Retención:**

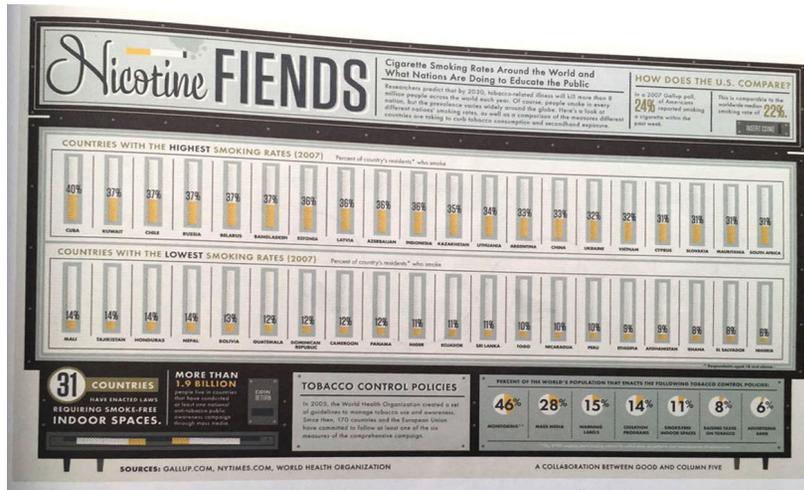
Y la tercera ventaja en la comunicación es su capacidad para ayudar a las personas a retener la información. El cerebro humano puede recordar símbolos, escenas y diseños, lo que nos permite realizar conexiones rápidas con la información ya almacenada y comprender rápidamente lo que estamos viendo.



Algunos instrumentos que se pueden utilizar para facilitar la comprensión y retención. Se refieren a estos como diseño ilustrativo:

**Metáfora visual:**

Se puede hacer conteniendo la información dentro de un marco que sea indicativo de su tema.

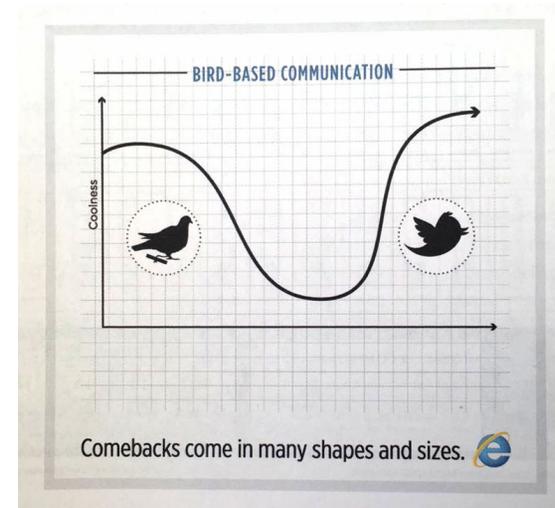


Metáfora visual

Rescatado de Infografías, el poder del storytelling visual

**Símbolos e iconografía:**

El éxito de estos depende del contexto cultural. La audiencia debe entender universalmente sus iconos y símbolos para que sean efectivos.



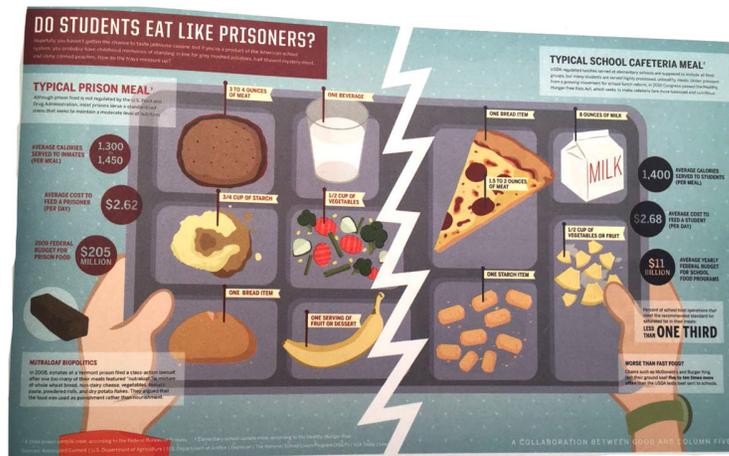
Símbolos e iconografía

Rescatado de Infografías, el poder del storytelling visual

También existen diferentes formatos para presentar las infografías siendo estos las imágenes estáticas, el contenido en movimiento y las interfaces interactivas.

**Marco decorativo:**

Utilizar elementos de diseño que atraigan a la audiencia objetivo les permite conectarse con la infografía en un plano emocional, aumentando así su interés y retención de la información.



Marco decorativo

Rescatado de *Infografías, el poder del storytelling visual*

**Estático:**

Información fija. La interacción del usuario consiste en ver y leer. Funciona mejor como narrativa pero en algunos casos puede ser exploratoria.

**En movimiento:**

Información fija. La interacción consiste en ver, escuchar si hay voz en off y leer. La pantalla de inicio es animada o en movimiento. Funciona mejor como narrativa y casi nunca como exploratoria si no se utiliza en combinación con contenido interactivo.

**Interactiva:**

Para información fija o dinámica. La interacción del usuario consiste en hacer clic, buscar datos específicos, determinar de manera activa el contenido visualizado y elegir a qué información accede y visualiza. Puede ser narrativa, exploratoria o ambas.

## Sticker

Según Reverso diccionario (2017) es un soporte de texto o imágenes impresas o serigrafiadas sobre una lámina de vinilo o papel en cuya parte posterior se ha dispuesto de una fina capa de adhesivo. En un principio, esta lámina, va pegada sobre un papel siliconado o «transfer» con el fin de mantener la capacidad de adhesión hasta el momento en que se decida fijar esta lámina sobre otra superficie de forma definitiva.



Stickers

*Rescatado de Instagram de Tobiberta*

## Marketing en redes sociales

Según la empresa Velaio (2015) el marketing en redes sociales hace referencia a todas aquellas actividades realizadas con el fin de promover una marca a través de redes como Facebook, Twitter, Youtube, entre otras, las cuales se encuentran en su mayor apogeo entre los usuarios de internet, y facilitan la interacción de la marca con su público objetivo, a un nivel mucho más personalizado y dinámico que con las técnicas de mercadeo tradicional.

Una táctica de marketing en redes sociales puede abarcar desde la producción de contenido para un blog o twitter, hasta el despliegue de muchas actividades que integren varias redes sociales, videos en youtube y blogs, lo importante es saber adaptarlas a las necesidades de cada empresa, de manera que mejoren su imagen y posicionamiento de marca, divulgue información rápidamente, sea más popular, pueda recolectar información estratégica sobre sus clientes, entre otros beneficios.

Según la empresa Pro/Web (2017) un contenido relevante y diseñado para la audiencia es clave para aumentar la presencia que tiene la marca dentro de los medios digitales.

### *Beneficios:*

#### **Imagen de marca:**

La popularidad e imagen de marca se beneficia ampliamente ante los clientes pues la empresa se siente más cercana.

#### **Mayor cantidad de visitas:**

Una táctica de marketing en redes sociales bien orientada aumenta la visibilidad de la marca y el número de visitas hacia su página web.

#### **Alto índice de conversión:**

Una marca que interactúa con el usuario y logra hacerlo sentir cercano e importante, concreta más fácilmente nuevos negocios.

#### **Alcance:**

El uso de redes sociales se populariza cada vez más, por lo cual este medio es una manera importante de impactar una gran cantidad de personas.



**Difusión:**

El Marketing en redes sociales constituyen una de las maneras más rápidas y económicas de difundir algún tipo de información

**Recopilación de datos:**

Contar con una táctica en redes sociales es una excelente manera de recopilar información acerca del público objetivo de la marca.

**Posicionamiento (SEO)**

Más tráfico en el sitio web, significa una mejor reputación cuando los motores de búsqueda deciden hacer el trabajo de posicionamiento. Un sitio con mayor referencias externas tiene mejor ubicación en las páginas para los motores de búsqueda.

**Retorno de inversión (ROI)**

Las redes sociales son herramientas de gran alcance y hacer marketing en ellas representa un menor costo si se compara con otros medios digitales y tradicionales. Además de ser más económicos, la segmentación que ofrece es específica y atinada, lo que permite llegar a mercado objetivo de manera más rápida haciendo que la marca sea más relevante y la intención de compra sea mayor.



Marketing en redes sociales

Rescatado de: <http://proweb.marketing/marketing-en-redes-sociales-que-es-y-por-que-es-importante/>



5.1

**SUJETOS  
DE ESTUDIO**

EXPERTOS EN EL ÁREA DE DISEÑO

## RESULTADO DE LA CONSULTA CON EXPERTOS EN DISEÑO

ENTREVISTA 1 PATRICIA SALINAS Y ANDREA  
ZAMBRANO - FEX MAGAZINE - MÉXICO  
(ANEXO 4.1)



Fex Magazine y empaque

Recuperado de: <https://www.behance.net/gallery/59785949/FEX-Magazine>

Salinas y Zambrano comentan que la fuente de inspiración depende del proyecto las fuentes que se utilicen, ya que cada quien tiene un estilo al diseñar. Ellas personalmente utilizan mucho Pinterest y Behance para referencias gráficas. Para ellas el bocetaje ayuda a visualizar la idea antes de llevarlo a la computadora, para Fex Magazine ellas bocetaron mucho a mano como las ilustraciones y tipografías que fueron hechas a mano; y que un sketch rápido para plasmar la idea es recomendable. La cantidad de bocetos dependen no solo del proyecto sino también de que también se haya definido el concepto del mismo, porque cuando aún no se tiene establecido se necesita bocetar mucho más que cuando la idea llega rápido.

En los aspectos técnicos que toman en cuenta al momento de diseñar para la revista, establecieron su mercado meta, como jóvenes de ciertas edades y ya que querían que la revista fuera barata ver también un determinado número de páginas, tanta cantidad de tintas, etc.

Para su proceso creativo de la revista vieron muchas referencias e investigaron bastante junto con recomendaciones de su profesora sobre qué es lo que les gusta a su mercado, que es lo que está de moda, que ven, qué leen y así poder llegar a la idea central.



Portadas propuestas otras ediciones Fex Magazine

Recuperado de: <https://www.behance.net/gallery/59785949/FEX-Magazine>

La ilustración desempeña un papel importante ya que fueron utilizadas en la portadas y querían que fueran amigables por ser una revista para niñas y que ellas al verla pudieran sentirse identificadas, entonces fue un papel de primera impresión para el lector. Para el nivel de abstracción se basaron en las caricaturas ya que su mercado es lo que suele consumir. En el proceso de las ilustraciones comenzaron bocetando a mano, luego lo pasaron a la computadora y vectorizaron en Illustrator.

La mayor parte de las tipografías y títulos de la revista fueron hechos a mano con un pincel de acuarela, las cuales luego escanearon y vectorizaron, ya que se dieron cuenta que ese tipo de intervenciones era comúnmente usado en las revistas consumidos por su mercado meta. La tipografía tenía como función reflejar esa etapa de rebeldía y querer ser más libre de las chicas y que ellas pudieran sentirse identificadas con lo que están viendo.



Diagramación y textos internos

Recuperado de: <https://www.behance.net/gallery/59785949/FEX-Magazine>

Las elecciones de color se vieron influenciadas por el mes en que cada edición iba a ser lanzada como para la primera que sería en septiembre - octubre y al ser este último el mes del cáncer de mama se decidió usar el rosado como color principal acompañado del negro ya que este refleja misterio, oscuridad y al ser el tema de sexualidad en México un tabú, ellas tenían como objetivo que así pudiera dejar de serlo.

En la diagramación de la revista según el resultado de sus investigaciones es que las revistas para este tipo de mercado utilizan muchas variaciones de colores, tamaños de textos, ilustraciones, imágenes, etc. Y es algo que quisieron aplicar a su propuesta. Las jerarquías las lograron gracias a la elección de tipografías que fueran geométricas, de trazo redondo y que connotara formalidad pero de una manera sutil, esto también dependía de la cantidad de texto que debían colocar para que fuera fácil de leer.

Salinas y Zambrano también comentan que el grupo objetivo influyó totalmente el diseño de la revista, ya que ellas se daban cuenta que inclusive al exponer la temática en clase muchas de sus compañeras se cohibían al escuchar palabras como "sexo" entonces se debían usar las palabras tal y como son pero de manera sutil. La cultura y contexto en el que se diseñó también influyó grandemente ya que en México se le suele encontrar doble sentido y se le hace burla a todo; también que es una sociedad machista y el tema de la sexualidad se considera un tabú especialmente para las niñas, ya que la mayoría no recibe educación sexual y esto se ve reflejado inclusive cuando ya son mayores.

La recepción del material fue bastante buena, ellas lo probaron con compañeras de su propio curso las cuales quedaban muy picadas con la revista e inclusive comentaban que habian cosas que no sabían o conocían. De igual manera cada mes recibían retroalimentación por parte de su maestra, por lo que el resultado final a comparación de las primeras propuestas fue totalmente diferente.

En la estrategia de distribución del material ellas consideraron posibles puntos de venta, pensaron mucho en universidades y prepas para que los estudiantes tengan más acceso a la misma y al igual que a la típica revistería.



Diagramación y textos internos

Recuperado de: <https://www.behance.net/gallery/59785949/FEX-Magazine>



5.2

**OBJETOS  
DE ESTUDIO**  
ANÁLISIS DE CASOS ANÁLOGOS

# ANÁLISIS CASO ANÁLOGO /1

## PRIMERO CONMIGO, EDUCACIÓN SEXUAL CONSCIENTE PARA JÓVENES (ANEXO 5.1)



El siguiente análisis se realizó de acuerdo con las guías de observación realizadas (ver anexos 5.1 y 5.2) donde se evaluó lo siguiente:

### Tipo de material

Mixto que se compone de página web e infografías impresas las cuales se destacan por enriquecer el tema, hacer comprensible el texto, establecer un ritmo, dar sorpresas, manejar rupturas y de igual manera manejar variedad en la unidad, gracias tanto al uso del color, retículas y jerarquía visual a lo largo del material.

### Ilustración

La ilustración maneja distintos papeles como el de atraer al estudiante, comunicar un mensaje, reforzar y representar un texto como el de narrar una historia. Se muestran los tipos de ilustración narrativa, científica y educativa de la cuál son del tipo información inventaria y descriptiva por ser ilustraciones de objetos reales y mostrar detalles dentro de los mismo.

De técnica digital vectorial, pero con algunas implementaciones manuales como la tipografía del título principal de la página web.



### Y SI CONOCIENDO MI CUERPO

Durante la pubertad comienzan a ocurrir grandes cambios físicos y emocionales debido a las **hormonas sexuales** producidas por los **testículos** y los **ovarios**. Estos cambios empiezan en la mujer entre los 11 y 13 años mientras que en el hombre entre los 12 y 14 años.

#### CAMBIOS EMOCIONALES

- Preocupación por el aspecto corporal.
- Comportamientos arriscados.
- Búsqueda por la independencia.
- Humor variable.
- Interés por el sexo opuesto.
- Búsqueda pertenecer a un grupo.

#### ÓRGANO SEXUAL FEMENINO

Órgano muscular hueco de la mujer. Los espermios pueden ser ovulados, que se implantan a través de las trompas de Falopio.

Una vez que el óvulo abandona el ovario puede ser fertilizado y se implanta en las paredes de la matriz. La función de la matriz es alimentar al feto en desarrollo antes del nacimiento.

La piel se vuelve más gruesa y aparecen granos y espinillas en cara, cuello, pecho o espalda.

Alcanzan una estatura muy cercana a la máxima que tendrán.

Aumenta transpiración.

### IDENTIDAD SEXOGENÉRICA

Se refiere a cómo una persona se siente e identifica con su sexo y con su género. ¿A cuál grupo crees que pertenece de corazón?

#### TRANSEXUAL

Persona que no está de acuerdo con las características físicas que posee y trata de cambiarlas por medio de hormonas o intervención quirúrgica.

#### TRANSGÉNERO

#### TRAVESTI

### PREFERENCIA SEXUAL

Capacidad de sentirse atraído, física, intelectual, erótica o emocionalmente por otra persona.

#### Homosexual

Las personas que son homosexuales sienten atracción romántica y física hacia el mismo sexo.

#### Heterosexual

Las personas que son heterosexuales están romántica y físicamente atraídas hacia el sexo opuesto.

#### Bisexual

Las personas bisexuales están romántica y físicamente atraídas hacia personas de ambos sexos.

Otros: Pansexual y demosexual.

Lo IDEAL sería ser capaz de AMAR a una mujer o a un hombre, o cualquier ser humano, sin sentir miedo, inhibición u obligación.  
Simone De Beauvoir



### Personajes

Se muestran personajes tanto humanos como la personificación de objetos (ETS y métodos anticonceptivos) los cuales manejan una relación de exhibición con el lector al estar en una realidad autosuficiente y estos están compuestos geoméricamente por círculos y óvalos para la cabeza y rectángulos para tórax y extremidades. Los personajes cuentan con ejes de gravedad pero sus poses en general son estáticas y no muestran mayor personalidad o carácter.

### Tipografía y legibilidad

El material maneja tipografías sin serifa tanto en títulos como en cuerpos de texto y la legibilidad de los mismos se representa por tanto el uso de mayúsculas y minúsculas, el color y tamaño de las letras para transmitir un mensaje.

### Jerarquía visual

Esta se destaca por el uso de tamaños, contraste y color en distintas partes del material al diferenciar los distintos tipos de información y cuál es su relevancia.

## De la tierra a la fertilidad

El ciclo menstrual de una mujer es fuente de creatividad, espiritualidad y conocimiento interior, y la luna es parte de él, ya que influye en nuestras secreciones, fluidos y actividad hormonal.

**LUNA**  
Sus movimientos alteran el crecimiento de las plantas, las cosechas e influye en nuestra energía y emociones. Su fuerza de atracción afecta todos los cuerpos que tienen agua.  
Somos **75%** agua

**CICLO LUNAR**  
Duración: 28 días  
Nueva, Creciente, Llena, Menguante

**Sincronario Lunar y Ciclo de fertilidad**

**Luna Nueva/ Menstruación:** El útero en la menstruación baja, se afloja y se inclina hacia adelante.

**Luna Llena/ ovulación:** El útero sube, está contracto y con una ligera inclinación hacia atrás.

**Flujo Vaginal**  
Tiene la función de limpiar y humedecer la vagina, ayuda a prevenir y combatir infecciones. A lo largo del ciclo menstrual el color, la textura y la cantidad de flujo vaginal varía.

**Genitales externos femeninos**

**Citiris**  
Es el único órgano dedicado únicamente al placer. Tiene aprox. **8000** terminaciones nerviosas. El 90% se sitúa en el inferior del cuerpo. Mide entre 8-12cm de largo y 6cm de ancho.

“La mujer semilla aprendió el canto que hace florecer las semillas, comprendió la esencia de su fertilidad y así fue creando su mundo.”  
Rocio Lizaso López



### Color

La paleta de color es amplia pero dentro de la misma los colores que destacan son el naranja, azul, violeta y rosado lo que muestra una predominancia en colores cálidos con detalles de colores fríos tanto para los fondos, ilustraciones, personajes o color del texto. La semiótica de color manejada es de color fantasioso - imaginario, arbitrario al buscar efectos irreales, pero manteniendo una iconocidad con lo real.

### Reticula

Se utilizan distintos tipos de retículas a lo largo del material las que más destacan en la página web son la modular y de varias columnas para el texto, mientras que en las infografías se maneja un retícula jerárquica tanto para los textos como las ilustraciones.

## ANÁLISIS CASO ANÁLOGO /2

### FEX MAGAZINE (ANEXO 5.2)



#### *Tipo de material*

Es de tipo impreso la revista y su propósito es más informativo que educativo pero la manera de presentar los textos y el tono de transmitirlos bien podría ser educativo. La revista tiene las características de enriquecer el tema, establecer un ritmo y dar sorpresas y rupturas.

#### *Ilustración*

Esta tiene el papel de adornar, reforzar, destacar y representar el texto presentado; de tipo decorativa y editorial, y es de información inventaria al incluir ilustraciones de objetos reales, estos siendo de poco detalle pero de igual manera entendibles para el lector; son muy iconográficas y solo presentan la esencia del objeto. Y el uso de técnica digital - vectorial para realizar las ilustraciones.

#### *Personajes*

Se hizo uso de personajes exclusivamente en la portada de cada edición y no se retomaron dentro de la revista, estas fueron hechas a nivel del busto y muestran principalmente el rostro de la mujer con una línea de flotación cóncava mostrando así una personalidad valiente y confiada por



parte del personaje. Al ser al nivel del busto no presentan línea de acción visible al igual que una pose estática y predominantemente de frente o 3/4 de perfil. Las formas básicas que destacan son la de círculos y óvalos para la construcción de la cabeza y el cabello.

### Tipografía y legibilidad

La revista maneja tipografías mixtas, tanto con serifa, como sin e inclusive títulos realizados a mano que luego fueron digitalizados en Illustrator y la legibilidad de la lectura se define por el uso de mayúsculas y minúsculas, color, tamaño y alineación de textos durante el transcurso de la revista.

### Jerarquía visual

Esta se destaca por el tamaño, contraste y color que se maneja en la revista y dentro de la composición de textos con imágenes. Lo cual se muestra bastante en las infografías o secciones de tips y consejos.





### Color

La paleta de color utilizada en cada edición de la revista fue reducida por cuestiones de costo, con un color predominante en cada una (rosa, celeste o amarillo) y el negro como acompañamiento en textos e ilustraciones. La semiótica de color manejada es signíca de tipo emblemática al no presentar las ilustraciones u fotografías en su color real y que cada edición tiene una fundamentación detrás de la elección del color (la edición octubre-noviembre utiliza el rosa por ser octubre el mes del cáncer de mama).

### Reticula

Destaca la reticula modular como principal en las secciones que contienen más texto para darle una sensación de movimiento a la composición y en las secciones de infografía o donde la ilustración tomaba un papel más protagonista destaca la reticula jerárquica.



5.3

**EXPERIENCIA  
DESDE EL DISEÑO**

# EXPERIENCIA DESDE EL DISEÑO

## RUTINAS DE SATISFACCIÓN - JULIANA ACERO

### PROYECTO DE GRADO (TESIS) Y FUENTE DE IMÁGENES

Rescatado de: <https://issuu.com/juliana.acero.c/docs/rsissu>

- **¿QUÉ ES ESTO?**

Es una guía para la autoexploración del cuerpo femenino que expone la sexualidad en sus tres dimensiones, pero haciendo énfasis sobre todo en el Goce para conocerse, entenderse y construir la propia sexualidad. Busca que cada mujer se sienta segura a la hora de generar diferentes vínculos consigo misma o/y con una pareja.

Parte de una información básica de conceptos que se vuelven valiosos al ser comprobados mediante ejercicios prácticos. Y al confrontar la información con la experiencia se busca generar una reflexión general sobre lo aprendido.

A partir de la investigación se encuentra el tema que necesita ser explorado por las mujeres y es la MASTURBACIÓN FEMENINA. Pero antes de saltar a la práctica se hace un recorrido descubriendo los elementos que hacen de esta práctica satisfactoria e invita a conocerse no solo desde lo físico sino también de los sentimientos e ilusiones que tiene cada mujer.



- **SU PROPÓSITO**

El propósito de este proyecto es revelar y ampliar las diferentes nociones / dimensiones que se tienen de la educación sexual femenina contemplando los componentes de la Sexualidad y las Conductas Sexuales con el fin de resolver las inquietudes de las jóvenes mujeres que inician su vida sexual, la exploración de sus gustos y fortalecimiento de su personalidad sexual.

Para esto la propuesta busca actuar en tres niveles diferentes mediante la proposición de dinámicas y herramientas que ayuden a la autoexploración. Empieza por dar información general pero que toma relevancia al interactuar con cada mujer que la recibe y la apropie con el fin de tener su propia experiencia. Finalmente inducir a la reflexión, al cuestionamiento de lo que realmente le agrada y como puede cambiar con el tiempo e incluso complementar el conocimiento de otras mujeres.

- **LAS INQUIETUDES COMO PUNTO DE PARTIDA**

Acero plantea una serie de preguntas según su experiencia personal en cuanto a la sexualidad y a partir de estas inquietudes iniciales se despliegan los marcos teóricos con los que trabajó para el desarrollo del proyecto, buscando profundizar en estos temas pero sobre todo entendiendo como se relacionan unos con otros.

- ¿Qué es la historia y para que sirve?
- ¿Qué es la sexualidad?
- ¿Cuál ha sido el papel de la mujer en la historia de la sexualidad?
- ¿Cómo nos educamos en sexualidad?
- ¿Cuáles han sido los medios para transmitir las historias y los roles de género?



De cada tema del marco teórico Juliana realiza una serie de conclusiones que ayudan a dar un contexto más amplio y a entender cuales han sido los antecedentes de la sexualidad femenina, y de como el papel de la mujer en la historia ha sido secundario o casi nulo en la mayor parte y aunque han existido momentos de liberación femenina éstos se han visto frustrados por la creación de discursos masculinos que buscan sobre todo su satisfacción. Ahora no como un objeto de reproducción sino como un objeto de placer. Dando lugar entonces al feminismo, como es la educación sexual en el contexto colombiano y el papel de los medios para contar historias.

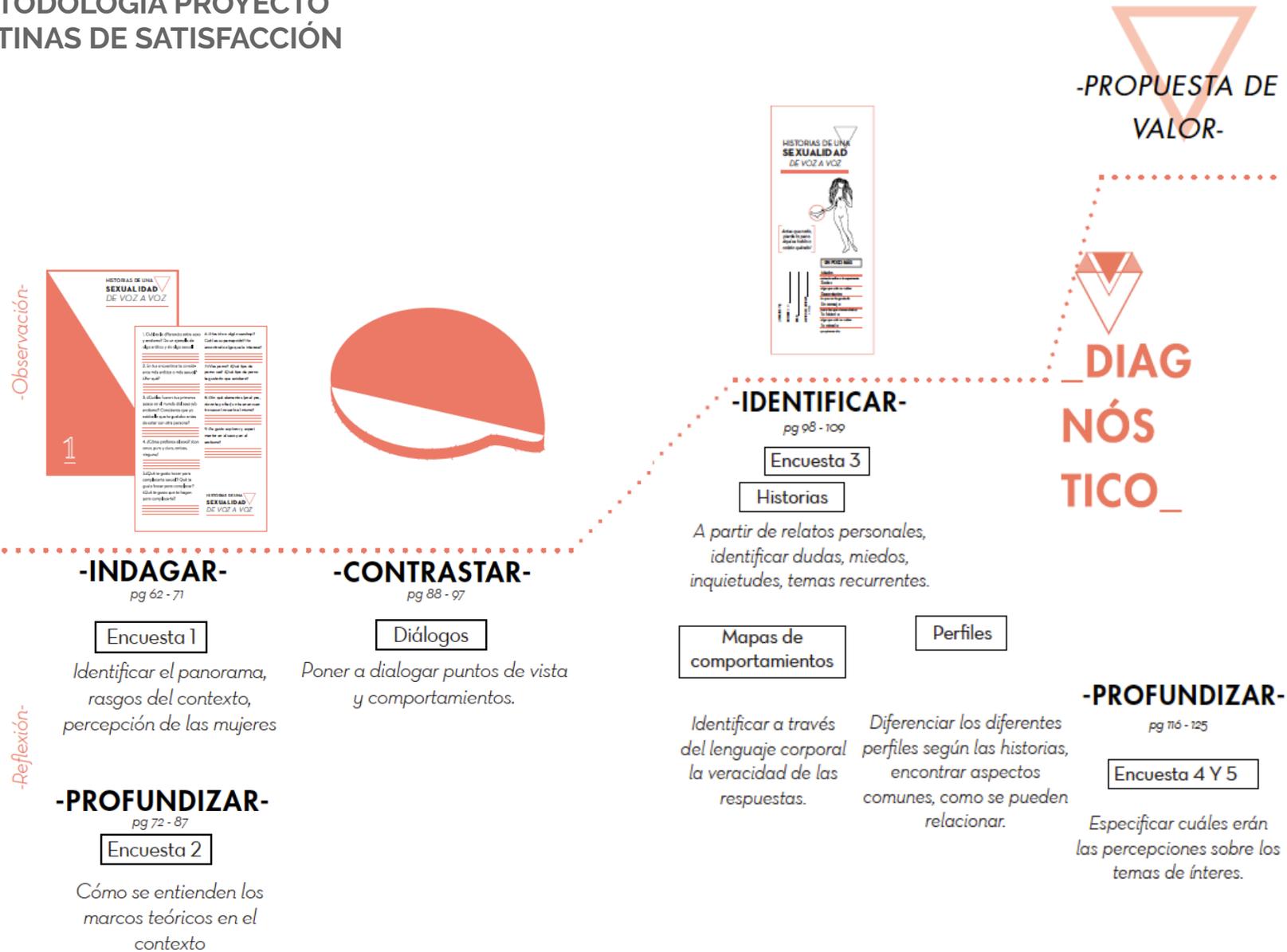
- **METODOLOGÍA**

Antes de reformular el concepto de educación sexual femenina, era necesario identificar el terreno no solo físico, sino perceptivo de las mujeres frente al tema. La investigación se divide en cuatro momentos, en donde la investigación primaria da la información base para explorar los temas más relevantes dentro del grupo de trabajo, así como poder encontrar respuesta a las 3 preguntas que dan inicio al proyecto.

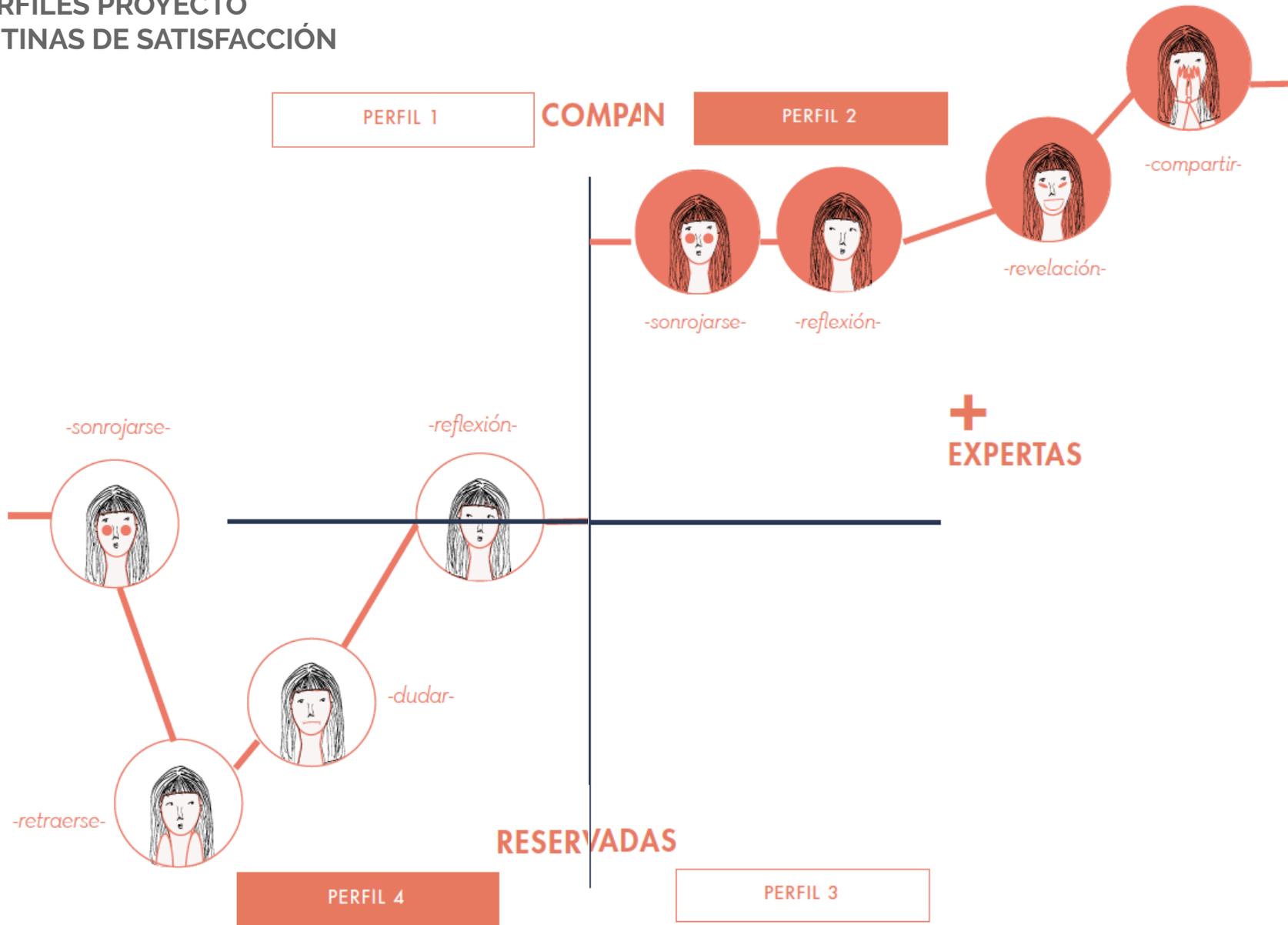
La primera parte indaga sobre la percepción del tema general, además de un diagnóstico frente a conceptos generales, que se asume conocemos. Más allá de las palabras, se hacen pequeños momentos de observación en diferentes contextos para identificar comportamientos y así poderlos contrastar con las respuestas de las encuestas. Finalmente para identificar los temas que realmente debían ser investigados y compartidos por el proyecto, se hace un acercamiento más personal a partir de las historias individuales, la forma en que se cuentan, los sentimientos que se evidencian y las razones por las cuales eligen los temas.



# METODOLOGÍA PROYECTO RUTINAS DE SATISFACCIÓN



# PERFILES PROYECTO RUTINAS DE SATISFACCIÓN



• **PERFILES**

Después de la investigación con diferentes grupos de mujeres que realizó Juliana, identificó 4 perfiles que destacan en las mujeres cuando se habla de temas de sexualidad:

**PERFIL 1**

Aún no tiene experiencia pero le parece interesante saber del tema. En algunos momentos se siente cohibida al no tener que aportar a la conversación.

**PERFIL 2**

Tienen varias experiencias pero siguen aprendiendo y les parece divertido compartir sus historias para que otras mujeres tengan otras perspectivas.

**PERFIL 3**

Tienen varias experiencias pero pero no les gusta hablar del tema, consideran que la sexualidad es un tema privado por los que sus reflexiones son concretas pero sin estar cargadas de comentarios.

**PERFIL 4**

Tienen pocas experiencias y aún no encuentran el valor de ellas, hace falta una reflexión personal antes de hablar de ello.  
Consideran los vínculos a partir de la sexualidad solo con la pareja pero con la construcción del conocimiento en general.



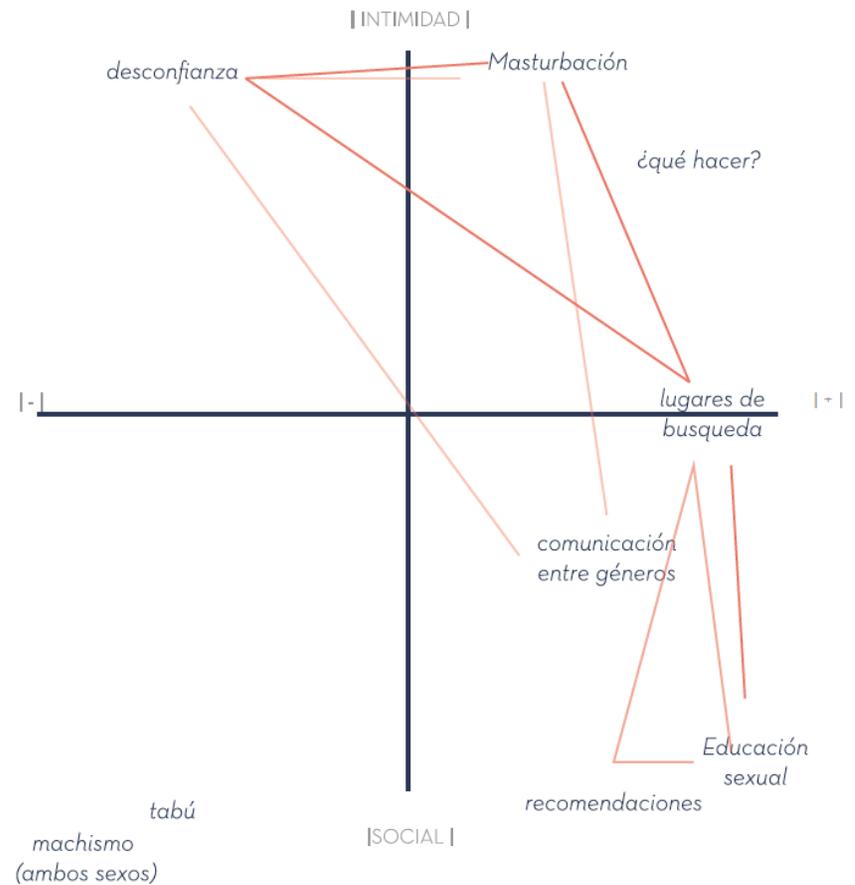
• TEMAS RECURRENTES

Al mirar las respuestas de las 3 encuestas se dibujan dos caminos principales por los cuales las jóvenes mujeres están interesadas en explorar.

Es evidente el deseo por aprender más de sexualidad en general pero sobre todo de su sexualidad, de la forma como la construyen y las identifica.

Se habla de exploración, de conocimiento y de reconocimiento propio antes de salir a compartirla con una pareja, que aunque no es el último fin, si es importante en la idea de sexualidad y la posibilidad de crear vínculos a través de la comunicación y el conocimiento de todos los factores que interactúan en una relación.

*Las mujeres quieren aprender a conocerse, antes de empezar a conocer a otro. Estar seguras de ellas mismas, de su físico y de su forma de actuar.*



• **LA PROPUESTA**

Rutinas de satisfacción es una guía para la autoexploración del cuerpo femenino que expone la sexualidad en sus tres dimensiones, pero haciendo énfasis sobre todo en el Goce para conocerse, entenderse y construir la propia sexualidad. Busca que cada mujer se sienta segura a la hora de generar diferentes vínculos consigo misma o/y con una pareja.

Parte de una información básica de conceptos que se vuelven valiosos al ser comprobados mediante ejercicios prácticos. Y al confrontar la información con la experiencia se busca generar una reflexión general sobre lo aprendido.

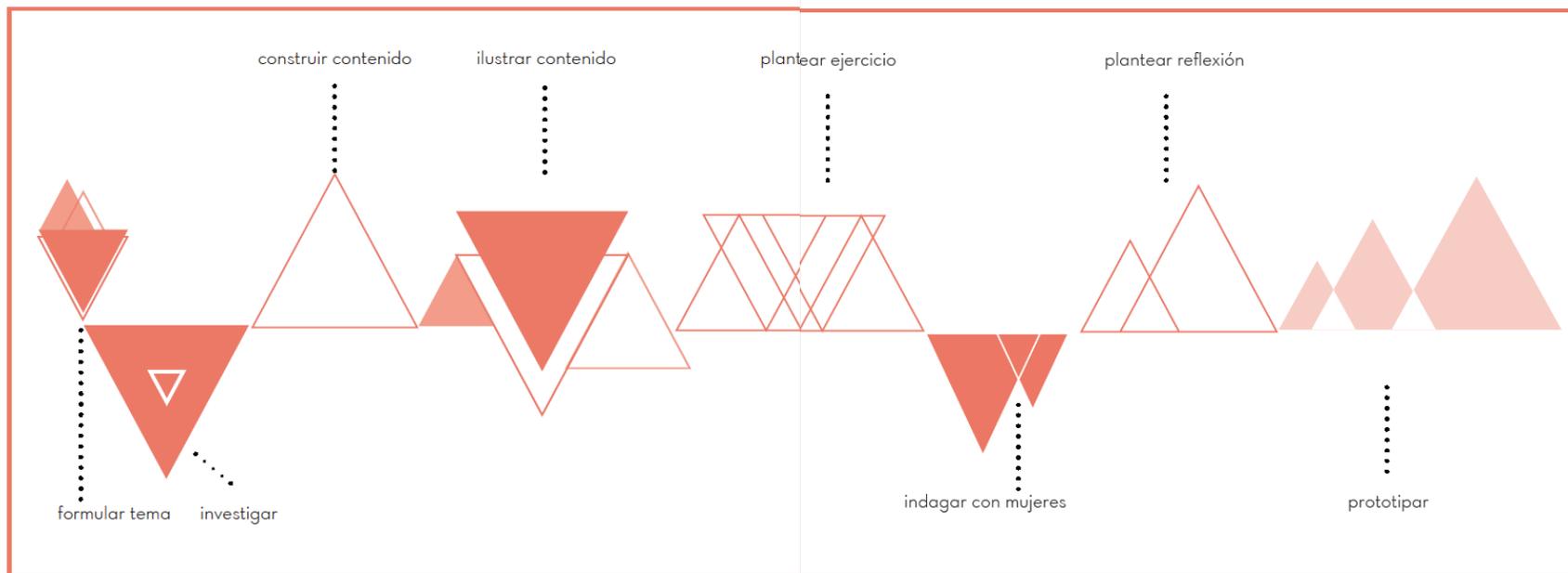
A partir de la investigación se encuentra el tema que necesita ser explorado por las mujeres y es la MASTURBACIÓN FEMENINA. Pero antes de saltar a la prácticas se hace un recorrido descubriendo los elementos que hacen de esta práctica satisfactorios e invita a conocerse no solo desde lo físico sino también de los sentimientos e ilusiones que tiene cada mujer.



• LA RUTA

Para construir los diferentes capítulos fue necesario desde el principio trazar una ruta que articulara los diferentes conceptos encontrados en los marcos teóricos pero que además respondieran a la inquietud que las jóvenes mujeres habían expresado en las encuestas.

Finalmente el marco se puede utilizar para abordar diferentes temas de la sexualidad. En este caso el concepto más importante es la educación sexual frente a la masturbación y la autosatisfacción.



- **EL CONTENIDO**

La guía se divide en tres capítulos: El cuerpo, La cabeza y La experiencia, los cuales a su vez se dividen en tres momentos. Estos son dar información, incitar a la comprobación a partir de unos ejercicios y finalmente hacer una reflexión sobre el tema, como un tipo de evaluación para comprobar el conocimiento nuevo adquirido.

En el momento de los ejercicios prácticos se abandona por un momento la guía para usar una serie de tarjetas que dan la información necesaria de lo que se debe hacer. Los ejercicios salen de la guía para facilitar la interacción entre la instrucción y la relación con el cuerpo, permitiendo llevarlos a ambientes más íntimos.

La guía inicia con una serie de preguntas que por un lado cuestionan las condiciones de nuestro contexto actual en donde hablar de sexualidad no es tan fácil y por el otro buscan el propio cuestionamiento de la sexualidad de cada mujer.

No hay respuestas explícitas dentro de la guía porque lo ideal es que cada lector haga la reflexión y les de respuesta según su percepción. Es probable que estas ideas cambien a medida que avanza en la experiencia.

Con estas preguntas también se busca explicar las dimensiones de la sexualidad y educar dentro de un concepto más completo no solo abordando algunos como actualmente sucede. En este proceso es muy importante resaltar la importancia de disfrutar cada lectura, cada ejercicio y cada reflexión.



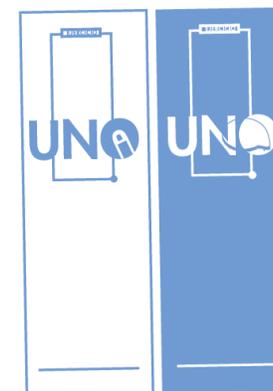
• LA GRÁFICA

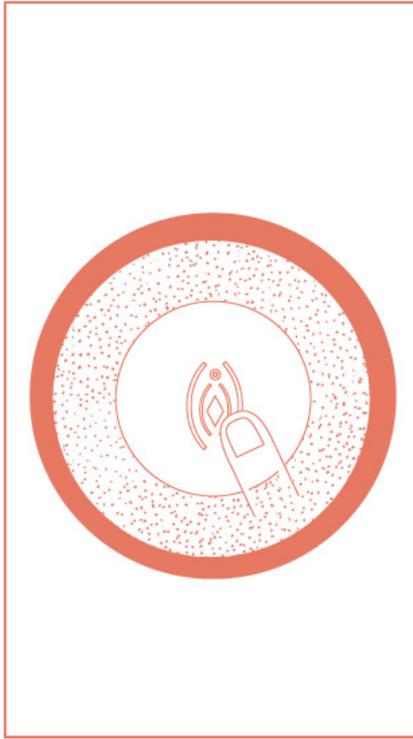
Con el fin de darle al lector un orden dentro de la guía el uso del color es muy importante para determinar en que momentos termina la parte de información e inicia la exploración y posteriormente la reflexión. Este código de color es utilizado en los tres capítulos de la misma manera.

La intención de los colores es también darle movimiento a la lectura y evitar que se vuelva monótona. Solo con el color el lector ya entiende a que se afronta en cada momento.

Durante la investigación se realizan una serie de experimentos para determinar que tipo de imagenes funcionan dependiendo del contexto y lo que se quiera expresar.

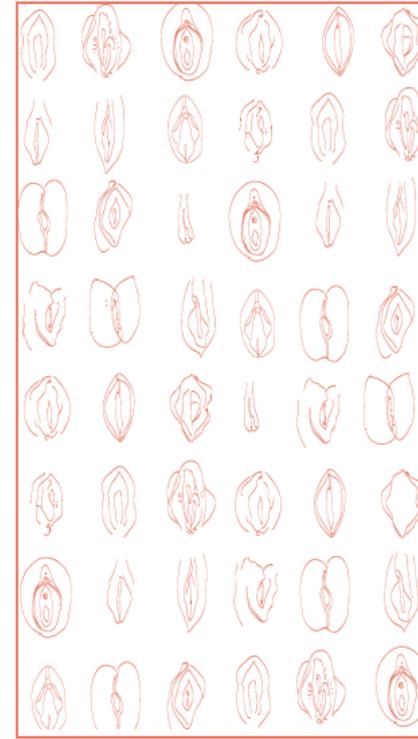
Por eso para la guía se plantean tres tipos de expresiones gráficas con el fin de cumplir con las necesidades dentro de la lectura.





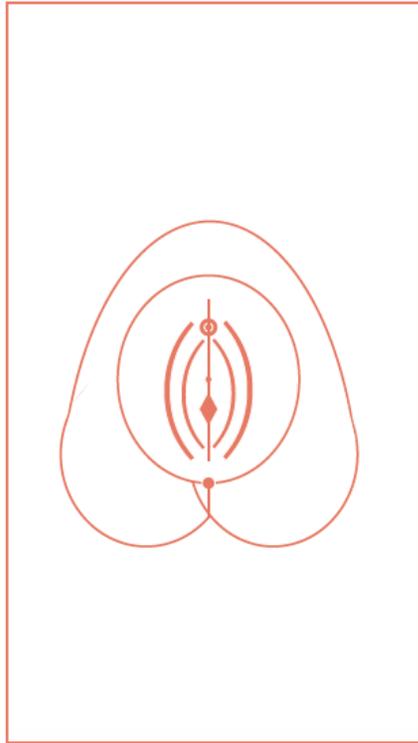
- Gráfica puente entre el tema y el lector:

Las ilustraciones planteadas acá buscan ser un anclaje entre lo que está escrito y una idea que no es explícita. Busca generar juegos que complementen el mensaje. Busca que cada lector encuentre en ella un detonante para explorar en sus recuerdos y experiencias previas.



- Gráfica explícita:

En muy pocas ocasiones se utiliza este tipo de ilustración ya que no quiere cerrarse la forma en que cada mujer va a percibir un tema. Cuando se usa es para dar ejemplos y reforzar ideas que consideramos una verdad. En este caso la única verdad que utilizamos es hablar de la diversidad y cómo cambia de persona a persona.



- Gráfica explicativa:

Este tipo de ilustraciones buscan esbozar una idea de manera simple a partir de gráficos que ayuden a ubicar al lector en momentos que se explican partes específicas del cuerpo. Sin embargo no se utiliza una imagen realista al no querer mostrar estereotipos, sino que mediante la abstracción de las formas puedan entender la idea para posteriormente ubicarla en su cuerpo.

- **PROTOTIPADO RÁPIDO**

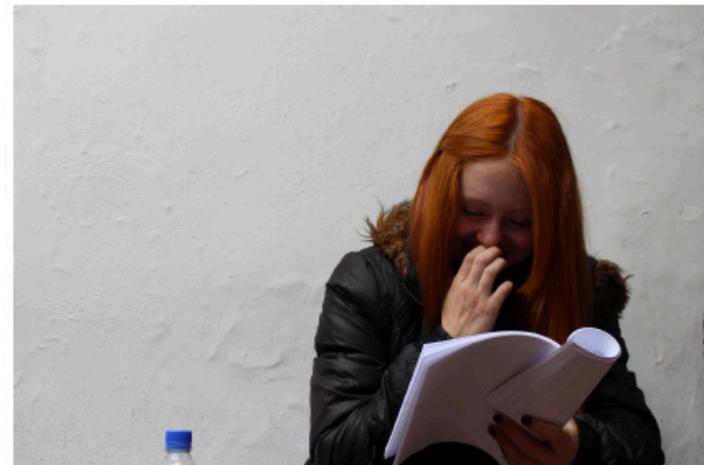
Este ejercicio permitió evaluar las diferentes secciones del contenido y la recepción que tenían las mujeres ante él.

Fue interesante ver como a medida que avanza la guía cambian las expresiones y las reacciones. En el momento comentan el contenido con personas cercanas y es evidente cómo se vuelve un detonante para hablar de sexualidad, sobre todo haciendo una reflexión sobre el tema.

Al ser un prototipo de baja resolución en blanco y negro se evidencía la necesidad del color para dar ritmo a lectura.

Al ser un prototipo "público", no hay oportunidad de probar los ejercicios, sin embargo, leer las diferentes dinámicas genera inquietud entre los lectores.

Finalmente, es evidente cómo se siembra una idea que posiblemente van a explorar más adelante.



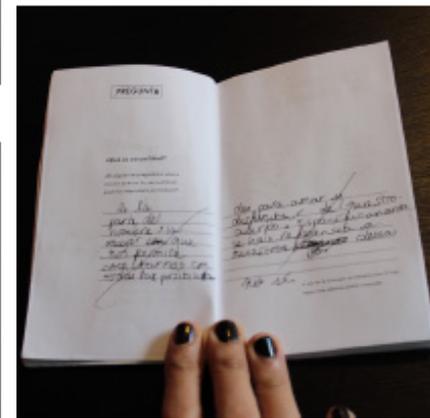
• **PROTOTIPADO EXTENDIDO**

Este ejercicio se desarrolló a lo largo de 10 días para darle tiempo a cada lector de seguir el orden y el ritmo que la guía propone.

Cómo no era posible registrar sus reacciones, una de las instrucciones era hacer comentarios a lo largo de la lectura para poder entender su percepción.

Para realizar este prototipo se plantean diferentes formatos de la guía que se acoplan a cada perfil. Es en este momento que se decide el tamaño final en función de la aceptación de la audiencia y las necesidades que expresan.

Aquí se evidencia la necesidad de articular la guía como un objeto que permita contener las tarjetas de ejercicios de forma segura y por otro lado evitar quedar expuesta ante los datos que cada una pone allí. A partir de las dinámicas propuestas resultan también comentarios para reflexionar sobre el uso de materiales tanto para la guía como para las tarjetas.



- **DECIDIR EL FORMATO**

A partir del prototipado se elige el formato no solo en función de las sensaciones de los lectores sino incluso en función de la facilidad de lectura, y la relación entre la guía y las tarjetas de ejercicios.

En principio se planteaban tres tamaños.

- A) 9.5 cm x 14 cm
- B) 12 cm x 17 cm
- C) 15 cm x 21.5 cm

La finalidad era explorar cuál era el mejor medio y tamaño del objeto así como la relación con los usuarios. Desde el principio la guía C, fue rechazada en parte por que su formato era tradicional pero además por que sentían quedaban expuestas a la hora de leerlo en público.

El formato A fue muy bien recibido en principio ya que se sentía como un libro de bolsillo, para llevar por muchos lugares, pero al entender la dinámica y el contenido se evidencia la necesidad de leerlo en momentos más íntimos. Además este formato

incomodaba y cansaba a la hora de la lectura. También fue determinante entender que este objeto existe para salir del tabú que se vive en la actualidad del tema y este formato hacía pensar que era un objeto para ocultar cuando en realidad es todo lo contrario.

El formato escogido finalmente es el B, este reunía diferentes características que funcionaban para los usuarios, desde ser un tamaño manipulable con una sola mano en momentos específicos, se puede llevar a otros contextos sin ser difícil, y además la relación con los ejercicios es más sencilla por que se puede dentro del mismo empaque guardar sin que sean evidentes como podría ocurrir con el formato A.



- **DECIDIR LOS MATERIALES**

El prototipado permitió entender la necesidad de usar un material para las tarjetas de ejercicios con características específicas.

Por un lado tenían que ser resistentes al tener contacto con el cuerpo y lo más importante la posibilidad de limpiarlos. Es por esta razón que se descarta rápidamente cualquier uso de papel convencional, ya que con el tiempo se deteriora y además puede ser antihigiénico.

Se hace una exploración con dos materiales posibles que cumplan con la función de limpieza. Por un lado el Acetato transparente y por otro el uso de Papel Plastcolor Blanco.

Se toma la decisión de usar el segundo material no solo por que es más resistente y sólido, sino también por que permite utilizar ambas caras. En el acetato, por ser transparente se puede ver el contenido de cada tarjeta, dejando de lado la idea de sorpresa al sacar cada tarjeta. Se hace también una exploración

de papel en donde se pueda ver como se comporta el color sobre todo en las ilustraciones.

En este proceso también se busca un gramaje del papel que sea fuerte para contener en ciertos momentos las tarjetas de ejercicios de exploración sin hacer que la guía quede muy rígida e incómoda para manipular.



• **DECIDIR EL EMPAQUE**

A partir de la relación de los usuarios con el prototipo se encuentran dos determinantes para la propuesta del empaque.

Por un lado la necesidad de integrar en un solo objeto la guía y los ejercicios prácticos sin dificultar la manipulación del objeto.

En segundo lugar la posibilidad de llevar la guía a otros lugares si la intención es solo de lectura, sin tener que cargar las tarjetas y así evitar perderlas.

Es por esta razón que se plantea una chaqueta que reúne ambos elementos. Esta chaqueta tiene un bolsillo para meter la guía y otro dividido en dos para las tarjetas que ayudan a crear las Rutinas de satisfacción.

En principio la lectura de la guía se permite desde el empaque sin tener que retirarla, pero si es necesario puede sacarse para dejar de lado el otro elemento.

Por otra parte el bolsillo de las tarjetas permite la dinámica para combinar los consejos de cada tarjeta de manera aleatoria al sacar la tarjeta al azar o llevar el orden en principio establecido.



• **CONCLUSIONES DEL PROYECTO**

Después de todo el proceso de investigación tanto primaria como secundaria se evidencia la necesidad de intervenir en el tema de la Sexualidad femenina a partir de la educación.

La finalidad no es solo producir información sino generar un diálogo entre las personas y su contexto. Reflexionar en cuanto la situación de su cotidianidad así como la forma en que cada uno vive su sexualidad.

Es importante resaltar que parte del conocimiento que se expone en la propuesta de Rutinas de Satisfacción, es el resultado de la recopilación de la Historia experiencia, de la sexualidad aprendida de voz a voz, es decir de la percepción de otras mujeres que quieren compartir sus conocimientos y apoyar, en principio desde el anonimato a otras mujeres que enfrentan temas que no suelen hablarse con libertad.

Aún cuando no es la única fuente de información es muy valiosa porque en ella se tiene en cuenta la celebración de la diversidad de la sexualidad y sobre

todo los sentimientos como una forma de acercarnos desde el diseño para que las personas se identifiquen con los contenidos y los sientan más cercanos a su cotidianidad y sus propias experiencias.

Al comenzar el proyecto era un tanto difusa la idea de cómo el diseño puede aportar a un tema que las personas consideran de otras áreas. Pero al encontrar la necesidad de comunicar la información desde otra perspectiva respondiendo a los verdaderos deseos de conocimiento por parte de las mujeres.

Así como el planteamiento de nuevas dinámicas de aprendizaje del tema, integrando la parte formal con la experiencia individual. De esta manera el diseño logra acercarse a la intimidad de las personas para educar a partir de otros valores más allá de los datos.

Igualmente en la investigación se ve cómo históricamente la imagen ha funcionado para educar a diferentes culturas, en esta oportunidad también es así, pero con el objetivo no de cerrar los puntos de

vista sino multiplicarlos al hacer reflexionar e indagar en la práctica y resaltar la importante de la diversidad.

Finalmente el proyecto permite comprobar la importancia de construir nuevos contenidos que respondan al contexto y a las expectativas mediante el diálogo con las personas y entender sus preocupaciones, motivaciones, etcétera.

También cabe resaltar que este proyecto es el inicio de una idea más grande que busca integrar la educación sexual con el diseño y abre la puerta para indagar en otros temas referentes a la sexualidad no solo femenina sino masculina y la creciente necesidad de construir estos conceptos en duplicidad.



6

COMPRESIÓN DEL  
**GRUPO OBJETIVO**

## GRUPO OBJETIVO

(ANEXO NO. 6)

### MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN

ENCUESTA DE PREGUNTAS CERRADAS  
ENTREVISTA A EXPERTO

### DEFINICIÓN Y ANÁLISIS

GRUPO OBJETIVO - MUJERES JÓVENES

Según el análisis al colectivo Guatemala Menstruante (2018) su labor va dirigida principalmente a mujeres desde un enfoque feminista y del empoderamiento de la mujer en la sociedad actual gracias a las Carpas Rojas y reuniones con otros colectivos. Para este proyecto Guatemala Menstruante busca reforzar las charlas y talleres con material educativo propio y así dar las herramientas necesarias a las mujeres guatemaltecas para vivir una sexualidad sana e integral.

Por lo que para tener más claro el panorama del grupo objetivo del colectivo, se realizaron los perfiles a través de los datos arrojados por instrumentos específicos para definir e identificar los distintos rasgos sobre su calidad y estilo de vida, comportamientos, intereses, etc.

## ENCUESTA DE PREGUNTAS CERRADAS

(ANEXO NO. 6.1)

Este instrumento presenta los datos cuantitativos en cuanto los distintos ámbitos de vida de las mujeres guatemaltecas. La encuesta se desarrolló en línea a través de la herramienta Google Forms para facilitar su realización, difusión y transferencias de datos. Al ser también una muestra amplia tomando en base el 30% del número de miembros del grupo de Facebook del colectivo (487 en marzo 2018) siendo entonces 146 encuestados como mínimo y mujeres dentro de la ciudad capital que no son miembros del grupo se realizó de manera anónima la encuesta.

En total se encuestaron 196 personas, las cuales respondieron una serie de 21 preguntas que se estructuraron de la siguiente manera:

- Calidad y estilo de vida
- Familiarización (Preguntas en relación a la organización)
- Temático (Preguntas en relación a la temática)
- Percepción gráfica (Preguntas sobre elementos de diseño)



**Copas menstruales Guatemala:  
menstruación conciente**

487 miembros

Grupo en Facebook de Guatemala Menstruante

*Recuperado de: [www.facebook.com](http://www.facebook.com)*

## ENTREVISTA A EXPERTO

(ANEXO NO. 7)

La entrevista presenta una plática abierta sobre los lineamientos que orientan el desarrollo del material; presenta también la experiencia y perspectiva del experto en el tema de sexualidad femenina en Guatemala. Esta fue realizada cara a cara el 5 de marzo de 2018 en el centro comercial Miraflores a Glenda Martínez; Doctora, Consultora, Sectorista de Salud y Desarrollo Local, Formulación y Ejecución de Proyectos en el interior del país.

Se realizaron preguntas en cuanto a su experiencia y biografía al igual que de la temática, desarrollo de materiales educativos, limitantes y la percepción gráfica del experto.



Glenda Martínez



## DEFINICIÓN GRUPO OBJETIVO

A través de ambos instrumentos se puede concluir que el grupo objetivo del colectivo Guateamala Menstruante cuenta con los siguientes perfiles característicos:

### 6.1 PERFIL GEOGRÁFICO

Mujeres jóvenes guatemaltecas del departamento de Guatemala, la mayoría residen en la ciudad de capital como las zonas 5, 10, 14, 15 y 16 así como en áreas de Carretera a El Salvador, Mixco y Villa Nueva.



Ciudad de Guatemala

Recuperado de: <https://es.dreamstime.com/stock-de-ilustraci%C3%B3n-mapa-pol%C3%ADtico-administrativo-de-la-capital-guatemalteca-ciudad-de-guatemala-image87012681>

## 6.2 PERFIL DEMOGRÁFICO

El 65.5% son mujeres jóvenes adultas con las edades comprendidas entre 20 a 30 años, ladinas, el 49% no profesa ninguna religión, mientras el 33.7% es católica y el 11.7% evangélica; el 73.5% es soltera, el 82.1% es heterosexual, con un nivel de escolaridad en un 57.1% a nivel de licenciatura y un 26% a nivel diversificado.

La mayoría de las mujeres son estudiantes universitarias o se desempeñan en profesiones del área humanística, de salud, leyes y diseño, mientras un menor porcentaje en el área tecnológica o de ingeniería, muy pocas expresan ser amas de casa o no trabajar.



Usuaris del colectivo

Recuperado de: <https://www.facebook.com/guatemalamenstruante/>



El nivel socio-económico oscila entre medio bajo - C3, medio - C2 y medio alto - C1; parte de la recopilación de datos para determinar su estrato fue su medio de transporte, el 63,3% cuenta con automóvil propio, un 22,4% utiliza el transporte público y un 9,2% depende de alguien más para moverse.

Según Prodatos (2016) los ingresos familiares de los niveles socio-económicos C3 al C1 oscilan entre los Q11,900 a los Q25,600 mensualmente, la mayoría vive en residenciales o en viviendas en serie, casas las cuales cuentan usualmente con agua caliente en cocina, desayunador, lavadora y secador de ropa, un promedio de 3,4 televisores con cable en el hogar, refrigeradora, microondas, lavadora y un promedio de 2,1 autos. Estos hogares se componen de 4 a 5 integrantes. Todos poseen celular, tablet (58%), computadora (72%) y consola de videojuegos (32%).



Usuaris del colectivo

Recuperado de: <https://www.facebook.com/guatemalamenstruante/>

### 6.3 PERFIL PSICOGRÁFICO

Parte de sus hobbies o actividades para pasar el tiempo libre son escuchar música, ver televisión, leer, cocinar y distintas actividades recreativas con la familia o amigos cercanos.

Según Papalia (2012) la adultez temprana es llamada también emergente, y esta se inicia a partir de los 20 a los 40 años. Es un período de posibilidades, una oportunidad para probar diferentes formas de vida, una etapa de aceptar responsabilidades propias, tomar decisiones independientes y obtener independencia financiera.

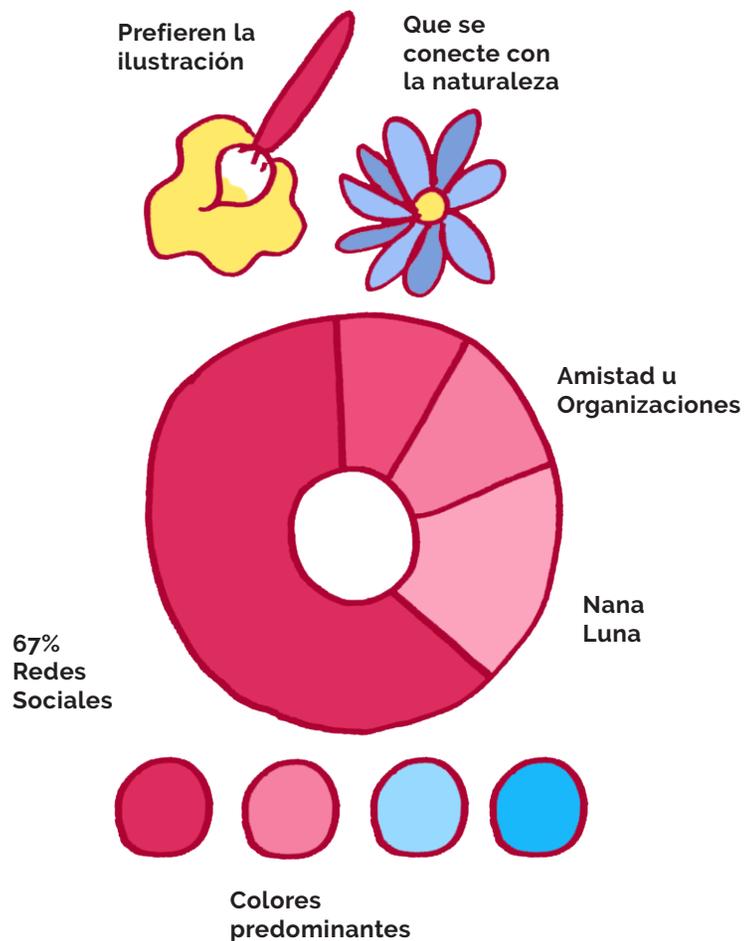
Se encuentran en el pináculo de su salud; las actividades sexuales y reproductivas suelen ser una preocupación fundamental; estas implican también preocupaciones físicas, como son los trastornos relacionados con la menstruación, las infecciones de transmisión sexual (ITS) y la infertilidad. Suelen tener más parejas sexuales que los que componen los grupos de mayor edad, pero tienen sexo con menos frecuencia.

En cuanto al trabajo muchos adultos emergentes no tienen una trayectoria profesional clara. Suelen alternar entre la educación y el trabajo; otros persiguen ambos objetivos al mismo tiempo.



Adultez emergente

Recuperado de: <https://www.pinterest.se/pin/108930884714721665/>



Un 73.5% de las encuestadas dicen conocer al colectivo Guatemala Menstruante, de las cuales el 67% lo conoce gracias a redes sociales y en menor cantidad por un amiga o la tienda Nana Luna en mercaditos y ferias.

Un 71% de las encuestadas dicen conocer arriba del promedio sobre sexualidad femenina, 54.6% tuvieron su primer acercamiento de educación sexual entre los 11 a 15 años de edad y un 36.7% dice haber sido orientada por un maestro, un 28.6% por la madre, 16.8% por amistades y el resto por medio del internet, por un doctor, charlas en la escuela o ellas mismas buscaban información al respecto.

Al preguntar a las encuestadas qué dudas suelen tener relacionadas a la sexualidad femenina el 56.6% respondieron ginecología natural, un 40.8% sororidad y el cuerpo como territorio de lucha, un 36.5% sobre la importancia de una sexualidad sana, consciente y libre y la masturbación y el autoconocimiento y en un 30% o menos sobre los métodos de protección, ETS, el sexo en pareja y menstruación.

Entre sus percepciones gráficas para el estilo de ilustración el 48% eligió la opción que integra tanto la belleza de la mujer como la naturaleza en la composición, el personaje de la ilustración muestra un atuendo moderno y casual con un estilo entre rocker y hipster, muestra una pose relajada y de meditación en sintonía con la naturaleza,

se manejan colores contrastantes entre elementos y una paleta de máximo 4 colores. El otro estilo de ilustración predominante elegido por el 29.6% de las encuestadas que es más sobrio, las proporciones del personaje son más grandes a comparación del canon tradicional en la mujer, vestida únicamente con ropa interior que no combina y de igual manera se relaciona con la naturaleza pero de manera más reducida y más como un elemento que acompaña al personaje, la paleta de color es reducida y maneja colores análogos que no contrastan mucho entre sí.

Para la paleta de color que relacionan más con un material educativo sobre sexualidad educativa predominaron los colores cálidos y sus análogos como lo es el rojo, corinto, rojo, rosa, color salmón y complementando con turquesa, aqua o azul marino los cuales se pueden asociar con la feminidad, distintos tonos de piel y la sangre menstrual de la mujer; pero sin dejar de lado la paz y tranquilidad que el color azul aporta.

En el uso de la tipografía para títulos y cuerpos de texto predominaron los títulos con tipos curvos como la itálica y que connota elegancia y sobriedad combinada con

cuerpos de texto con tipos sin serifa de palo largo. Se muestra que las encuestadas prefieren que las tipografías tengan una personalidad romántica y puede que hasta erótica, sutil y contemplativa.

Para la textura visual que relacionan más con la mujer se eligieron las que presentaban de alguna manera la silueta de la mujer o lo hacían de manera explícita; un 31.1% prefirió donde se mostraba únicamente la silueta de la mujer con curvas bien definidas y un trazo tipo pincel con distinto grosor de línea; mientras el 27.6% prefirió la textura que mostraba a distintas personalidades de mujer realizando distintas actividades y se diferencia varios tipos es cuerpos; con lo que se puede concluir que este grupo de encuestadas toma muy en cuenta la inclusión de diversidad en la mujer.

Por último un 73% de las encuestadas considera que para representar visualmente el empoderamiento de la mujer debe realizarse a través de la ilustración, también se comentó que la diversidad de etnias, razas y personalidades en las ilustraciones mostrarán una inclusión de la mujer que va de la mano con la definición de sororidad y hermandad entre las mujeres.



## 6.4 PERFIL PSICOPEDAGÓGICO

Según la entrevista a la doctora Martínez (**Anexo 7**) los materiales educativos deben diseñarse de abajo hacia arriba, es decir tomando en cuenta el perfil, estilo de vida y costumbres del grupo meta, para no asumir hechos que pueden o no ser acertados y perjudiquen tanto al estudiante como al facilitador.

Martínez considera que la educación sexual debe darse desde los primeros años de vida y el tipo de información que se proporciona va variando según la edad y madurez de la persona. Desde la higiene personal de sus partes íntimas hasta las relaciones sexuales en pareja.

Ella menciona que los materiales educativos deben ser dinámicos, participativos y de doble vía, que el estudiante no solo reciba información sino que haga preguntas y resuelva sus dudas. Se debe comenzar por un diagnóstico para determinar qué es lo que la persona conoce respecto al tema y a partir de ahí determinar y diseñar los temas a tratar en el material. Primero debe conocerse los conceptos básicos para ir escalando en temáticas más complejas.

Según la opinión de Martínez el uso de fotografías con

sentido erótico es una buena opción para utilizar en el material, mostrar que el sexo y la sexualidad en sí es algo bonito, no vulgar como se presenta en la pornografía, la fotonovela puede dar posturas y posiciones que se vean acogedoras para que así la persona se sienta cómoda con la imagen.

Opina también que es suficiente que las figuras expresen el tema y no hacer uso de mucho texto ya que en la cultura guatemalteca no se acostumbra a leer, no hay hábito de lectura. En las actividades que podrían implementarse las más recomendables son las de autonocimiento y exploración del cuerpo, donde la mujer puede hacer uso de un espejo y hacer un ensayo frente a él desnuda para que se conozca y aprender qué es lo que le gusta o no, hacer simulaciones, el objetivo es que se conozcan.

Por último para evaluar los talleres o charlas Martínez sugiere que al final de las mismas se pase un panfleto de evaluación donde se hagan preguntas como: ¿Qué tema le gustó? ¿Quedó algún tema inconcluso? ¿Hubo algo que no le gustó? y que den su respuesta de manera anónima para de esta manera tener retroalimentación de qué es lo que está y no funcionando en el material y talleres.



Se realizó de igual manera una breve investigación sobre la andragogía para determinar distintos posibles acercamientos al grupo objetivo por medio del material educativo a realizar.

Villarini (2006) menciona que la andragogía es el conjunto de técnicas de enseñanza orientadas a educar personas adultas.

Complementa también con lo que él refiere son las claves del aprendizaje de los adultos:

- El adulto se motiva a aprender cuando tiene necesidades.
- La orientación para aprender se centra en la vida.
- Tiene necesidad de autodirigirse profundamente.
- Las diferencias individuales se incrementan con la edad.

Teniendo en cuenta que la andragogía se basa en 3 principios:

### **Participación**

Es requerida ya que el estudiante no es un mero receptor, sino que es capaz de interactuar con sus compañeros, intercambiando experiencias que ayuden a la mejor asimilación del conocimiento.

### **Horizontalidad**

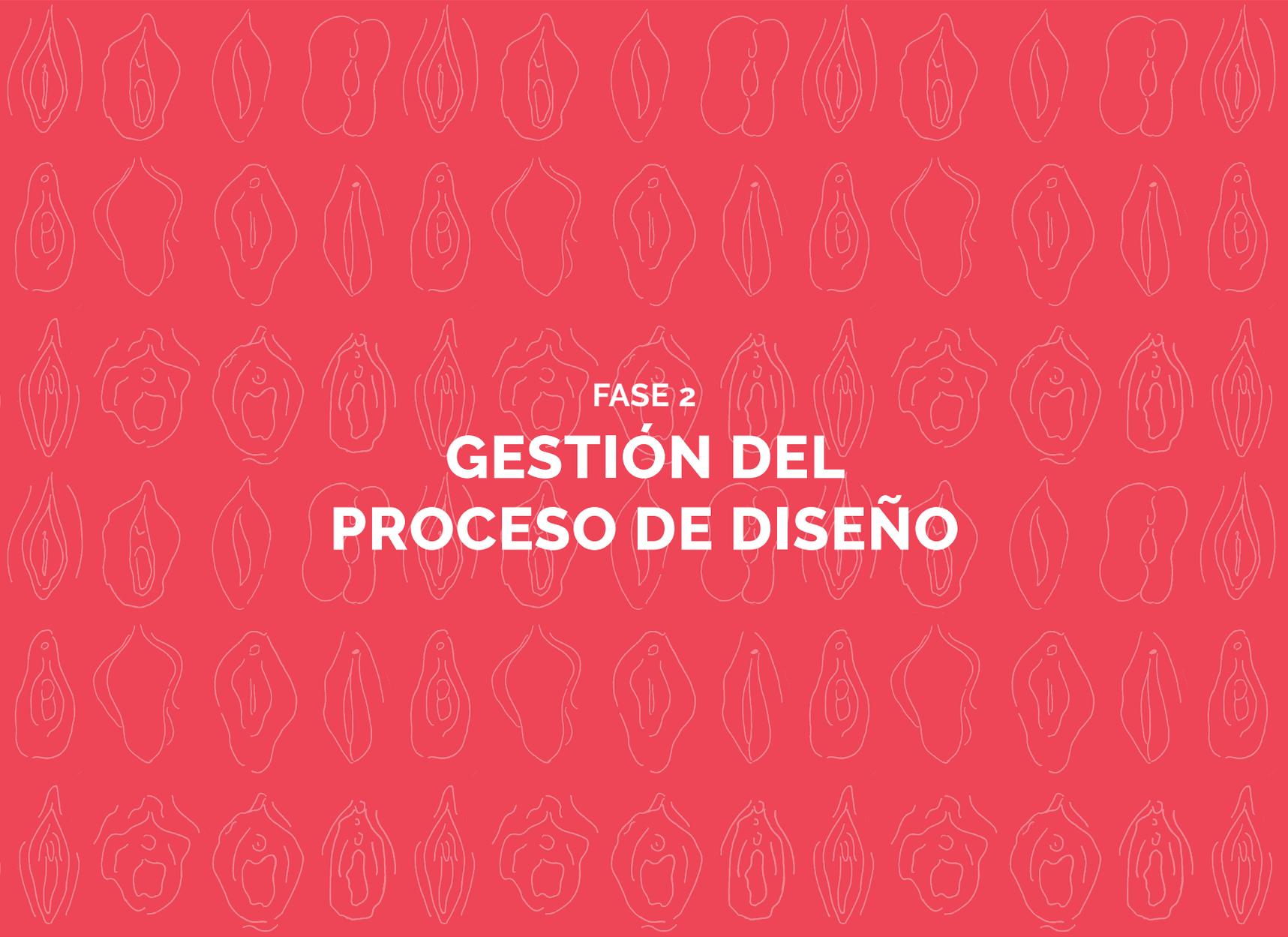
Se manifiesta cuando el facilitador y el estudiante tienen características cualitativas similares (adulthood y experiencia). La diferencia la ponen las características cuantitativas (diferente desarrollo de la conducta observable).

### **Flexibilidad**

Es de entender que los adultos, al poseer una carga educativa - formativa, llena de experiencias previas y cargas familiares o económicas, necesiten lapsos de aprendizaje acordes con sus aptitudes y destrezas.

Para complementar, la teoría de Knowles según Villarini establece seis supuestos relacionados con la motivación en el aprendizaje de adultos:

- **Necesidad de saber.** Los adultos necesitan conocer la razón por la que se aprende algo.
- **Autoconcepto del individuo.** Los adultos necesitan ser responsables por sus decisiones en términos de educación, e involucrarse en la planeación y evaluación de su instrucción.
- **Experiencia previa.** (incluyendo el error) provee la base para las actividades de aprendizaje.
- **Prontitud en aprender.** Los adultos están más interesados en temas de aprendizaje que tienen relevancia inmediata con sus trabajos o con su vida personal.
- **Orientación para el aprendizaje.** El aprendizaje de adultos está centrado en la problemática de la situación, más que en los contenidos.
- **Motivación para aprender.** Los adultos responden mejor a motivadores internos que a motivadores externos.



FASE 2  
**GESTIÓN DEL  
PROCESO DE DISEÑO**



7

CONTENIDO DEL  
**MATERIAL GRÁFICO**

# CONTENIDO MATERIAL GRÁFICO

## POR PIEZA DE ACUERDO CON LOS OBJETIVOS

### FASCÍCULOS

1. Importancia de una sexualidad sana, consciente y libre
2. Conociendo tu cuerpo
  - 2.1 Genitales externos
  - 2.2 Genitales internos
3. Menstruación
  - 3.1 Ciclo menstrual y sus fases
  - 3.2 Alteraciones menstruales
  - 3.3 Sobre los químicos y toxinas en tampones y toallas
  - 3.4 Alternativas para la menstruación
4. Ginecología natural
  - 4.1 La alimentación
  - 4.2 Plantas medicinales

### STICKERS

*(INCLUIDOS EN LOS FASCÍCULOS)*

1. Ilustración de personajes en portadas de los fascículos
2. Ilustraciones del fascículo

### INFOGRAFÍAS

1. Resumen información fascículo 2
2. Resumen información fascículo 3
3. Resumen información fascículo 4

### MATERIAL REDES SOCIALES

1. Publicaciones con cuestionantes
2. Publicaciones con afirmaciones
3. Publicaciones de conteo
4. Publicaciones con frases





8

DISEÑO DEL  
**CONCEPTO**

## DISEÑO DEL CONCEPTO

Para el proceso de búsqueda del concepto se realizaron una serie de técnicas de conceptualización creativas (1 técnica tradicional y 2 técnicas innovadoras) por cada técnica una se realizaron entre 20 a 30 frases para luego seleccionar 5 de cada proceso, pre-fundamentarlas y seleccionar el concepto final.

Este proceso contribuyó a dar un enfoque distinto a la realización del material e idea principal del proyecto. Se seleccionaron dichas técnicas ya que gracias a ellas se pueden apreciar varios puntos de vista esenciales en el proyecto.

Previo a comenzar dicho proceso se tuvo en cuenta en cada uno de los métodos elegidos lo que el colectivo Guatemala Menstruante quería lograr con dicho material, que fuera una herramienta de autoconocimiento de la sexualidad femenina, romper tabúes y estigmas en la sociedad guatemalteca. Se procedió entonces a realizar cada una de las técnicas creativas de las cuales a continuación se muestra un resumen de lo que se realizó por cada una:

### *Técnica tradicional*

**Lluvia de ideas:** Se escribieron alrededor de 100 palabras de las cuales se realizaron frases conceptuales para elegir la que mejor responde a los objetivos del proyecto.

### *Técnicas innovadoras*

**Identificación o empatía:** Se planteó el proyecto desde distintas perspectivas; es decir, ponerse en el lugar del otro para detectar cuáles son sus necesidades, para desarrollar 20 frases y elegir la más gráficable.

**Inspiración desde los colores:** Se buscó que de acuerdo con los colores institucionales del colectivo se desarrollaran conceptos que transmitieran la identidad del mismo de una manera más gráficable y así pudieran identificarse con la misión del mismo; se realizaron 30 frases y luego se eligió 1.



Se desarrolló la siguiente iconografía para identificar fácilmente los elementos funcionales, con potencial o que no eran graficables, a continuación se presentará la iconografía utilizada para representar varios puntos dentro de los proceso de conceptualización:

-  **Frase / palabra elegida**
-  **Frase no graficable**
-  **Frase elegida por técnica final**
-  **Frase con potencial / necesita seguir trabajandose**
-  **Frase / palabra descartada**

### *Lluvia de ideas*

Es la técnica para generar ideas más conocida, la cual fue desarrollada por Alex Osborn (especialista en creatividad y publicidad) en los años 30 y publicada en 1963 en el libro "Applied Imagination". Es la base sobre la que se sostiene la mayoría del resto de las técnicas.

Para esta técnica se hizo uso de una libreta de notas para apuntar todas las ideas. Se realizaron amplios listados de palabras por los siguientes énfasis: mujer, sexualidad y el colectivo G.M. para generar diferentes frases conceptuales que puedan ser funcionales con el proyecto, tomando en cuenta el grupo objetivo, la temática y la organización y así formar conceptos posibles como base del proyecto.

*Mujer*

Fuerza  
 Aguante  
 Perdurar  
 Poderosa  
 Valiente  
 Tímida  
 Luchadora  
 Hermosa  
 Emociones  
 Inteligencia  
 Decisiones  
 Dadora de vida  
 Sociedad  
 Pueblo  
 Equilibrio  
 Necesaria  
 Indispensable  
 Convincente  
 Estudiada  
 Pensadora  
 Solidaria  
 Platicadora  
 Respeto

*Sexualidad*

Trabajadora  
 Compasiva  
 Seducción  
 Íntimo  
 Privacidad  
 Pareja  
 Compartir  
 Disfrutar  
 Excitación  
 Ritmo  
 Poses  
 Juguetes  
 Conocimiento  
 Medicina  
 Relaciones  
 Otras mujeres  
 Amor  
 Pasión  
 Sudor  
 Ejercicio  
 Familia  
 Autoestima  
 Explícito

*Guatemala Menstruante*

Educación  
 Conocer  
 Pelear  
 Ayuda  
 Espacio  
 Compartir  
 Apoyo  
 Voz  
 Grupo  
 Comunicación  
 Lucha  
 Igualdad  
 Sociedad  
 Leyes  
 Derechos  
 Amistad  
 Gratuito  
 Trabajo  
 Feminismo  
 Círculos  
 Reuniones  
 Viajes  
 Tecnología

Redes  
 Organizaciones  
 Amigas  
 Compañeras  
 Identidad  
 Fortaleza  
 Movimiento  
 Equidad  
 Comunidad  
 Lazos  
 Confianza  
 Libertad



# PRE-FUNDAMENTACIÓN

## DE 5 CONCEPTOS

### TÉCNICA DE LLUVIA DE IDEAS

## 20 Frases conceptuales

- Espacio de luchadoras decisivas
- Sociedad de poses compartidas
- Trabajo de círculos emocionantes
- Pueblo de amor de conocimientos
- Relaciones de tactos iguales
- Fuerza de conocimientos espaciales
- Independencia de sentidos amistosos
- Diversidad de comunicaciones valientes
- Necesidad de compartir círculos
- ✓ Pensamientos de exploración de ritmos
- Poses de ejercicios grupales
- ✓ Equilibrio de ritmos conectados
- Conocimiento de voces valientes
- Trabajo de grupos feministas
- 👁️ Autoestima de emociones compañeras
- ✓ Exploración de relaciones privadas
- Intimidad de grupos independientes
- ✓ Tacto decisivo exploratorio
- ✓ Conocimiento explícito de lo íntimo
- 👁️ Incomodidad de la fuerza apasionada

### 👁️ *Pensamientos de exploración de ritmos*

Por medio de este concepto se busca representar los pensamientos al momento de explorar patrones o ritmos en la sexualidad de la mujer para descubrir cuales son sus preferencias.

### *Equilibrio de ritmos conectados*

Este concepto busca conectar los patrones en la sexualidad de la mujer pero manteniendo un equilibrio en los distintos aspectos de su vida: físicos, emocionales, relaciones, psicológicos, etc.

### 👁️ *Exploración de relaciones privadas*

Busca representar la travesía de la exploración de la sexualidad de la mujer que es un tema íntimo y diferente para cada una.

### *Tacto decisivo exploratorio*

Busca hacer uso de los sentidos para explorar su propio cuerpo y conocer más de si misma, con decisión y dejando atrás los prejuicios de la mujer, es que ella tome la decisión de conocerse más a profundidad.

### ★ *Conocimiento explícito de lo íntimo*

Mostrar los conocimiento en sexualidad de manera explícita pero realizar la práctica en lo íntimo.

### *Identificación o empatía*

Se buscó ponerse en el lugar del grupo objetivo y del cliente para tener una visión de cuáles son sus verdaderas necesidades en cuanto al diseño de un material educativo en sexualidad femenina.

La Fundación Neuronilla (2018) explica que esta técnica ayuda a obtener otra percepción y punto de vista sobre una situación y lograr así generar caminos distintos a lo que usualmente crearíamos como soluciones desde una perspectiva profesional.

### *Grupo objetivo: mujeres jóvenes*

- **¿Qué es?**

Personas	Madres
Individuos	Amigas
Mujeres	Hijas
Adultos	Familia
Guatemaltecas	Pareja
Estudiantes	Maestras
Profesionales	Pueblo

- **¿Para qué sirve?**

Para conocerse a sí mismas	Dejar de ser ignorantes
Conocer a las demás	No tener vergüenza
Aprender	Hablar
Enseñar	Preguntar
Compartir	Dar respuestas
Explorar	Curarse
Identificar	No dejarse dominar
Decidir	Tener poder

• **¿Cómo es?**

- Crear una comunidad
- Crear uniones
- Crear lazos
- Cambiar pensamientos
- Equidad de género
- No ser oprimidas
- No tener miedo
- Conocer sus derechos
- Exigir sus derechos
- Crear caminos

*Organización: Guatemala Menstruante*

• **¿Qué es?**

- |                |                    |
|----------------|--------------------|
| Mujeres        | Amigas             |
| Profesionales  | Seres menstruantes |
| Conocedoras    | Apoyo              |
| Investigadoras | Movimiento         |
| Decididas      | Voz                |
| Madres         | Aliadas            |

• **¿Para qué sirve?**

- Influir positivamente
- Cambiar una realidad
- Dar herramientas

- Invitar a la reflexión
- Unirse como mujeres
- Aportar soluciones
- Plantear preguntas
- Organizarse
- Crear planes estratégicos
- Concientizar
- Cuidar el medio ambiente

• **¿Cómo es?**

- Cambiar estereotipos
- Hacer cuestionantes
- Que no haya censura
- No violencia contra la mujer
- No femicidios
- No amenazas
- Trabajos dignos
- Involucrarse políticamente
- Reducir las muertes materno-infantil
- Control de natalidad
- Uso de anticonceptivos
- Sexo seguro
- Sexo concensuado
- Mujeres empoderadas
- Tomar la decisión sobre su cuerpo
- Relaciones con amor

# PRE-FUNDAMENTACIÓN

## DE 5 CONCEPTOS

### TÉCNICA IDENTIFICACIÓN O EMPATÍA

#### 20 Frases conceptuales

- Identificación de mujeres unidas
- ✓ Decisiones de creación de lazos
- Preguntas sin vergüenza ni miedo
- ✓ Organización de caminos poderosos
- Amigas de planes realistas
- Mujeres de comunidades aliadas
- ✓ Relaciones de herramientas sanas
- Miedos que aportan soluciones
- Equidad de herramientas seguras
- Sin censura al conocimiento
- 👁️ Cambiar estereotipos de género
- Comunidades guatemaltecas de enseñanza
- ✓ Reflexiones de educación ambiental
- Pensamientos que cuestinan la sociedad
- Parejas dignas de pensamientos
- 👁️ Apoyo positivo exploratorio
- Dominar caminos cambiantes
- 👁️ Involucración de preguntas aliadas
- 👁️ Seguridad sexual con amor
- ✓ Poder de exploración a las preguntas

#### *Decisiones de creación de lazos*

Este concepto busca presentar la unión de lazos que unen a las mujeres y dar a entender que aunque seamos diferentes también tenemos características que nos unen.

#### 👁️ *Organización de caminos poderosos*

Busca mostrar que las mujeres juntas pueden crear caminos a futuro que las beneficien y que mejoren su calidad de vida.

#### 👁️ *Relaciones de herramientas sanas*

Busca explicar que con las herramientas necesarias y usandolas de manera consciente podemos crear o fortalecer relaciones ya sea con ellas mismas o con otras personas. Enfocado en la autoestima.

#### *Reflexiones de educación ambiental*

Busca concientizar que la mujer tiene un gran papel en medio ambiente, por ser un ser menstruante y de como a partir de ahí podemos crear soluciones para mejorar el planeta en el que vivimos.

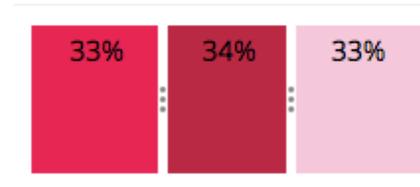
#### ★ *Poder de exploración a las preguntas / cuestionantes*

El ser capaz de cuestionarse, sentarse a reflexionar es una herramienta poderosa para dejar de ser ignorantes respecto a nuestro cuerpo y conocernos a nosotras mismas.

### Inspiración desde los colores

La Fundación Neuronilla (2018) explica que esta técnica hace uso del recurso a través de fotos organizadas por colores que se pueden utilizar como inspiración a la hora de generar ideas.

Se hizo uso de la página TinEye Labs y se eligieron los colores institucionales del colectivo para realizar analogías entre estos colores, la misión del colectivo, el objetivo del material y el grupo objetivo para desarrollar ideas encaminadas más en el aspecto gráfico.



- |             |              |             |              |
|-------------|--------------|-------------|--------------|
| Amor        | Neon         | Bebida      | Preparado    |
| Traslúcido  | Movimiento   | Enojo       | Insectos     |
| Flor        | Gelatina     | Confianza   | Polinización |
| Abierto     | Carne        | Hogar       | Unión        |
| Suave       | Manos        | Baño        | Conexión     |
| Florecer    | Piel         | Luz         | Hilos        |
| Cariñoso    | Adorno       | Cansancio   | Atuendo      |
| Dulce       | Decoración   | Atractivo   | Reflexivo    |
| Ácido       | Atención     | Seductor    | Alucinante   |
| Tela        | Vista        | Atrayente   |              |
| Pasión      | Cuadros      | Redondo     |              |
| Celebración | Tunel        | Acolchonado |              |
| Bondad      | Vista        | Reluciente  |              |
| Vejez       | Foco         | Estirar     |              |
| Regalo      | Patrón       | Geometría   |              |
| Filtro      | Comida       | Radio       |              |
| Peluche     | Explicación  | Mandala     |              |
| Destello    | Felicitación | Plantas     |              |
| Sangre      | Felicidad    | Pétalos     |              |
| Mancha      | Emoción      | Ambulancia  |              |
| Luz         | Fuerza       | Problema    |              |
| Sombra      | Poder        | Alerta      |              |
| Baile       | Deseo        | Listo       |              |



- |            |             |                |            |
|------------|-------------|----------------|------------|
| Elegante   | Visión      | Mujer          | Vida       |
| Misterioso | Cuadro      | Centro         | Repetición |
| Mágico     | Pintura     | Religión       | Textura    |
| Traje      | Peinado     | Espiritualidad | Patrón     |
| Estilizado | Vueltas     | Mezclas        | Textil     |
| Movimiento | Fotografía  | Postres        | Exposición |
| Forma      | Joven       | Pasteles       | Saludo     |
| Fluido     | Fiesta      | Drogas         | Desorden   |
| Luz        | Combinación | Estrellas      | Conductor  |
| Atardecer  | Análogo     | Luces          | Pose       |
| Teatro     | Piel        | Grito          | Ángulo     |
| Poesía     | Fantasia    | Fuerza         | Doblez     |
| Flores     | Mago        | Manchas        |            |
| Pétalos    | Bruja       | Imperfección   |            |
| Naturaleza | Pocima      | Hermoso        |            |
| Canto      | Hechizos    | Jardines       |            |
| Conciertos | Noche       | Botánica       |            |
| Aplausos   | Campo       | Remedios       |            |
| Luz        | Orificios   | Ancestral      |            |
| Espectro   | Túnel       | Células        |            |
| Brillo     | Calzado     | Creación       |            |
| Calor      | Comodidad   | Multiplicación |            |





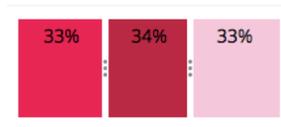
- |              |              |              |           |
|--------------|--------------|--------------|-----------|
| Ola          | Cama         | Círculos     | Líneas    |
| Onda         | Suavidad     | Splash       | Cruces    |
| Claridad     | Infinito     | Flor         | Siluetas  |
| Traslúcido   | Mecer        | Redondo      | Maniobras |
| Limpio       | Humo         | Bandera      | Curva     |
| Paz          | Aventura     | Claridad     | Flotar    |
| Tranquilidad | Frío         | Verano       | Aire      |
| Vacio        | Hielo        | Soledad      | Congelado |
| Silencio     | Congelado    | Salto        | Detenido  |
| Panorama     | Nieve        | Imperfección | Tiempo    |
| Horizonte    | Ampliación   | Hermoso      | Solo      |
| Mar          | Aves         | Naturaleza   | Aviso     |
| Agua         | Deporte      | Expansión    |           |
| Cielo        | Fluidos      | Oculto       |           |
| Vuelo        | Líquidos     | Desconocido  |           |
| Alas         | Transparente | Luz          |           |
| Cristal      | Puntos       | Diferencia   |           |
| Aqua         | Mesetas      | Lejanía      |           |
| Peces        | Abarcaciones | Ejercicio    |           |
| Marina       | Pesca        | Inmenso      |           |
| Nubes        | Alimento     | Grande       |           |
| Almohadas    | Luna         | Unión        |           |

# PRE-FUNDAMENTACIÓN DE 5 CONCEPTOS

## TÉCNICA INSPIRACIÓN DESDE LOS COLORES

### 30 Frases conceptuales

Celebración del amor traslúcido  
Geometría de patrones poderosos  
Deseo de bondad en movimiento  
Alerta de flores apasionadas  
Seducción de pétalos de amor  
Polinización de pasiones atrayentes  
Manos felices dulces



- ✓ Tunel de conexiones florales  
Baile de confianza reluciente  
Cariños suaves alucinantes
- ✓ Estrellas de vueltas mágicas  
Fluidos de la noche espectral  
Gritos de fuerza naturales  
Multiplicación de formas ancestrales
- ✓ Textiles naturales de luz  
Repetición de fiestas espirituales
- Hechizos de la tarde brillantes  
Remedios de manchas conductoras  
Campo de luces calientes
- ✓ Brillo de texturas estelares



Ondas frías de la luz  
Saltos de líquidos florecientes  
Expansión de paz traslúcida  
✓ Lejanía de puntos lunares  
Soledad de diferencias imperfectas  
Curvas flotantes del tiempo  
Horizonte limpio de uniones  
Siluetas de líneas circulares  
Limpieza de aventuras inmensas  
Cristales de ondas naturales



★ *Túnel de conexiones lunares*

Este concepto busca reflejar que la sexualidad es un camino que se va conectado con muchas etapas de la vida, tanto con la naturaleza, el espacio (luna) y las demás personas

*Estrellas de vueltas mágicas*

Este concepto busca retratar lo mágico de ser mujer y de como a pesar de dar tantas vueltas en la vida siempre se esta rodeada de luz y momentos especiales

🦋 *Textiles naturales de luz*

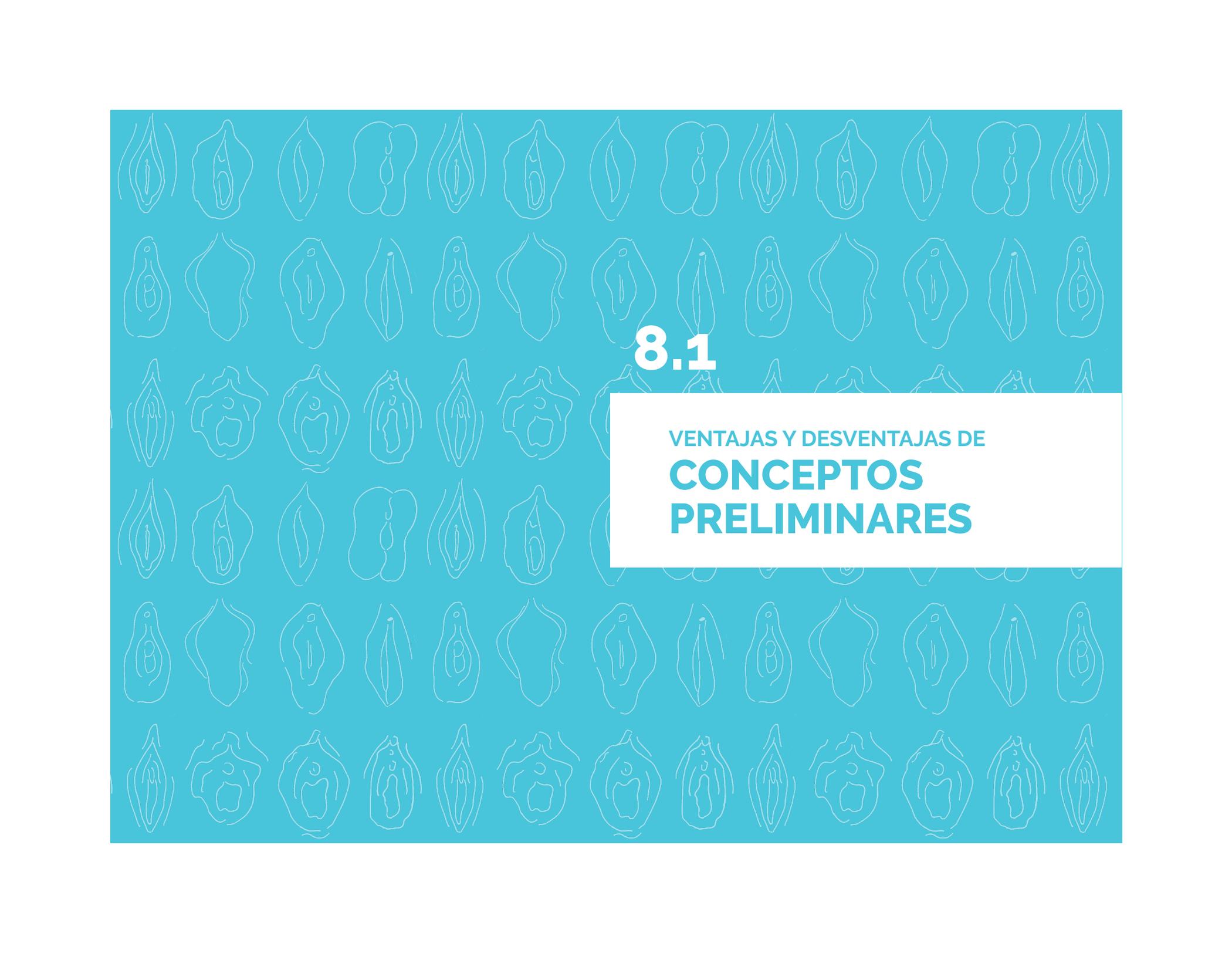
Este concepto busca unir las costumbres ancestrales de la mujer, específicamente en Guatemala por medio de textiles, la madre tierra y el espacio (cosmología maya).

*Brillo de texturas estelares*

Este concepto busca unir los distintos puntos brillantes de la vida sexual de la mujer (su primera menstruación, relación, embarazo, etc.) y crear una imagen más grande.

*Lejanía de puntos lunares*

Este concepto busca mostrar que las diferentes decisiones que se tomen en la vida en cuanto a la sexualidad de la mujer tienen una repercusión y que estos se conectan entre sí.



# 8.1

## VENTAJAS Y DESVENTAJAS DE **CONCEPTOS PRELIMINARES**

## VENTAJAS Y DESVENTAJAS DE CONCEPTOS PRELIMINARES

### CONOCIMIENTO EXPLÍCITO DE LO ÍNTIMO

-  "Conocimiento" puede graficarse con arquetipos y la personalidad de personajes, al igual que el uso de colores o elementos como libros, animales, etc.
-  "Íntimo" da a entender que es algo personal y puede representarse por medio de escenarios.
-  "Explícito" puede llegar a malinterpretarse y relacionarse con algo pornográfico y morboso.
-  Aunque se busca asociar la palabra íntimo con una exploración personal puede asociarse con que es algo que nadie debe saber o hablarse.

### PODER DE EXPLORACIÓN A LAS PREGUNTAS / CUESTIONANTES

-  "Exploración" puede graficarse como un viaje a través de los distintos capítulos y pueden crearse distintos mundos en cada uno, cambiando escenarios, colores o personajes.
-  Las "preguntas o cuestionantes" pueden tomarse como retos a enfrentar y derrotar siendo la lectora la protagonista de la historia y así enfrentar sus prejuicios y miedos en cuando a su sexualidad.
-  Puede llegar a verse/interpretarse infantil la dinámica a implementar en el material y asociarse para un público más joven.
-  La palabra "poder" puede llegar a ser difícil de graficar o puede limitarse a el poder físico.



## TÚNEL DE CONEXIONES LUNARES

 La palabra "túnel" puede connotar a ser una exploración privada con un inicio y un final pero sin necesidad de ser algo que deba ocultarse porque al final debe salir a la luz. Puede graficarse con esferas, cilindros o formas circulares.

 "Conexiones" puede ayudar a conectar las distintas secciones del material por medio de redes o las fases/estaciones de la naturaleza.

 "Lunares" hace alusión al espacio y de como todo al final se relaciona con la mujer.

 La palabra "lunares" puede delimitar la gráfica a solo formas circulares o cuestiones cíclicas sin ir más allá.

 Podría haber una palabra similar a lo que se desee transmitir con túnel pues es un poco difícil de graficar además de las respuestas obvias en un principio.

## PRE-CONCEPTO

Las frases "poder de exploración a las preguntas/ cuestionantes" y "túnel de conexiones lunares" tenían palabras altamente graficables y que se vinculaban con el proyecto, su objetivo y la temática al igual con lo que se quiere comunicar con el material. Pero seguían careciendo de algunos aspectos como ligarlas con el grupo objetivo y los adjetivos que las identifican y diferencian del sexo masculino, como la femineidad.

Por lo que se tomaron las palabras que más aportaban siendo estas "Exploración" y "Conexiones". Se agregó entonces la palabra florecer que encierra tanto al grupo objetivo, como a la naturaleza y todas las posibilidades gráficas que pueden surgir. Los conceptos resultantes de esta unión fueron:

- Descubrimiento de las conexiones florecientes
- Conexiones que florecen por el descubrimiento
- Florecimiento de conexiones descubiertas
- Descubriendo el florecimiento de conexiones

El concepto ya iba más encaminado y tenía más sentido con lo que se deseaba transmitir en el material, pero la palabra "Conexiones" se escuchaba extraña y muy "tecnológica" en el concepto. Por lo que se realizó una prueba con sinónimos de las tres palabras centrales del concepto pre-elegido.



# PRUEBA DE SINÓNIMOS

## CONCEPTO PRE-FINAL

### Pre-concepto

Descubrimiento + Conexiones + Florecer

### Sinónimos:

#### *Descubrimiento*

hallazgo, invención, invento, encuentro, revelación, reconocimiento, **exploración**, expedición, batida, conquista

#### *Conexiones*

enlace, unión, trabazón, engarce, enchufe, vínculo, ensamble, nexo, enganche, empalme, acoplamiento, **caminos**

#### *Florecer*

brotar, abrirse, desarrollarse, echar, aparecer, prosperar, progresar, medrar, adelantar, brillar

### Frases con sinónimos

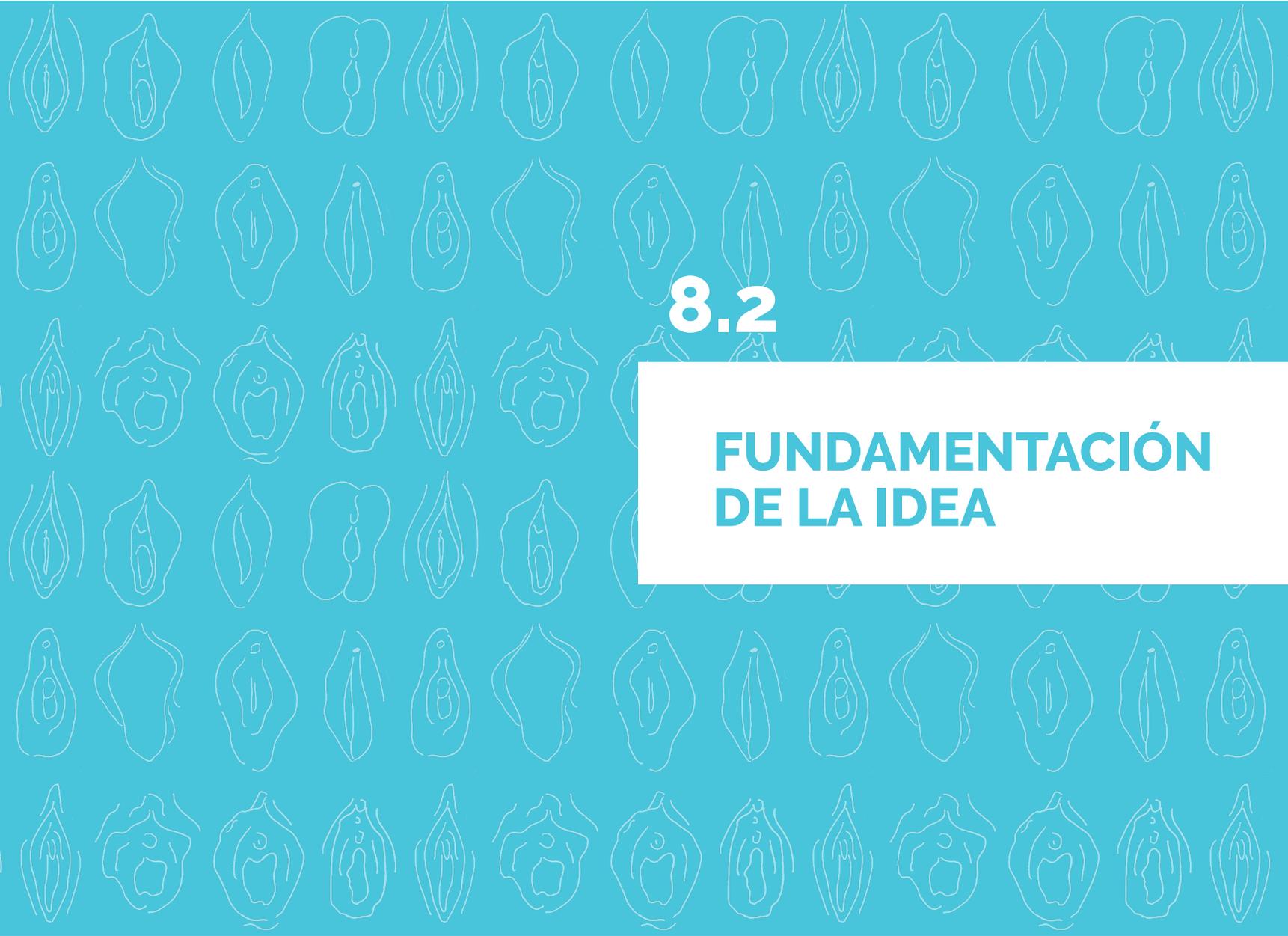
- Encuentro de vínculos prósperos
- Desarrollo de uniones exploradas
- Unión de encuentros progresivos
- Brotes enlazados por revelaciones

- Empalme de progresos explorados
- Hallazgo de uniones abiertas
- Vínculos reconocidos brillantes
- Prosperidad de enlaces inventados
- Abrirse a vínculos conquistados
- Revelación de uniones prosperas
- Conquista de brotes enlazados
- Aparecer nexos de expedición
- Invento de acoplamientos progresivos
- Adelanto de encuentros enlazados
- Exploración al camino del florecimiento
- Expedición al camino del florecimiento
- Búsqueda del florecimiento personal
- Buscando el florecimiento personal

Después de hacer la prueba de sinónimos se cambió las palabras "Conexiones" por "Caminos" que connota emociones, sentimientos y un lado más humano que "Conexiones" no lograba transmitir y "Descubrimiento" por "Exploración" ya que a pesar de ser palabras muy similares presentan un estado de la travesía muy distinta donde "Descubrimiento" es cuando se finaliza el viaje y "Exploración" cuando aún se está en ese proceso de autoconocimiento, el cual se lleva a cabo durante toda la vida de la mujer.

Entonces se presenta el concepto Final con sus aspectos positivos y cómo se relacionan con las distintas áreas del proyecto y cómo puede graficarse.





8.2

## FUNDAMENTACIÓN DE LA IDEA

## CONCEPTO FINAL

### ASPECTOS DE CONNOTACIÓN Y DENOTACIÓN

#### EXPLORACIÓN /

##### Denotación

Esta palabra la define la RAE como *"reconocer, registrar, inquirir o averiguar con diligencia una cosa o un lugar."* Esto quiere decir que es un proceso minucioso que se hace con responsabilidad con el objetivo de hacer un descubrimiento o hallazgo.

##### Connotación

La palabra "Exploración" se refiere al proceso que toma aprender sobre educación sexual, es ir aprendiendo poco a poco nuestro cuerpo como mujeres. También hace alusión al papel que desarrollará el material que será una herramienta para que descubran su cuerpo y lo amen.

##### Graficación

Puede graficarse como un viaje por los distintos capítulos del material, con el uso de personajes como acompañantes en este viaje de auto descubrimiento.

#### CAMINO /

##### Denotación

Esta palabra la define la RAE como *"dirección que ha de seguirse para llegar a algún lugar. Medio o arbitrio para hacer o conseguir algo."* esto se refiere a que debe ser un camino en específico ya determinado para avanzar e ir de un lugar a otro.

##### Connotación

"Caminos" hace alusión a las relaciones personales de la mujer y a la relación que tiene consigo misma de como su sexualidad se conecta con su día a día.

##### Graficación

Puede graficarse por medio de las distintas secciones del material por como se relacionan entre sí, por medio de ambientes/escenarios y enredaderas o extensión de plantas, inclusive por medio de la sangre.

## FLORECIMIENTO /

### Denotación

Esta palabra la define la RAE como "Dicho de una persona o de una cosa, incluso abstracta, como la justicia, las ciencias, etc.: Prosperar, crecer en riqueza o reputación." Que es en resumen mejorar y desarrollarse como persona a nivel personal como beneficio a su vida y relaciones humanas.

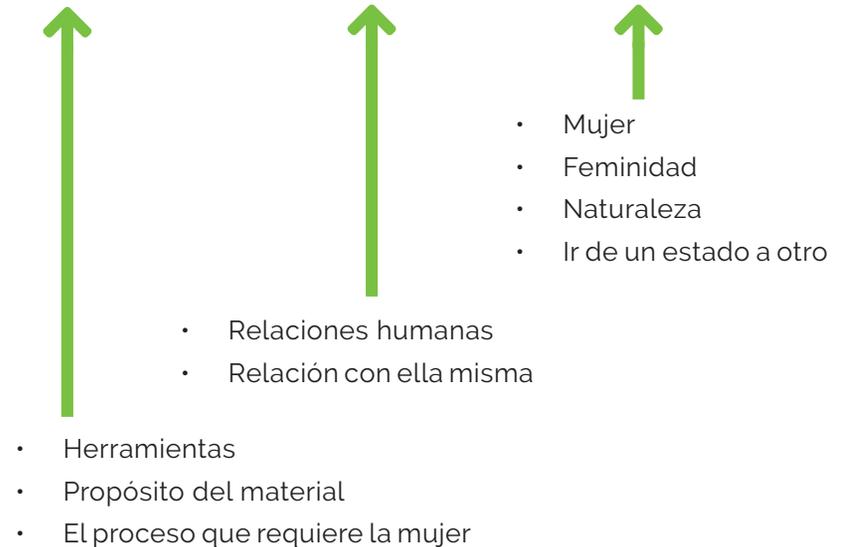
### Connotación

"Florecimiento" viene de la palabra florecer y hace alusión a la mujer, la feminidad, su conexión la naturaleza y de como puede pasar de un estado de "capullo" a una "flor" abierta y que se presenta ante las personas. Pasar de un estado a otro.

### Graficación

Puede graficarse por el uso de flores, plantas, estaciones del año y las fases de la luna. También con el uso de arquetipos y personalidades en los personajes y con cambios en la paleta de color conforme avanza el contenido.

## EXPLORACIÓN AL CAMINO DEL FLORECIMIENTO



## RELACIÓN CON GRUPO OBJETIVO / CLIENTE / TEMA

### Grupo Objetivo

La frase conceptual busca reflejar ese viaje que la mujer debe realizar en favor de descubrir su sexualidad, tener más confianza en sí misma y perderle el miedo a su propio cuerpo quien es el vehículo y herramienta que utilizan día con día. Es un proceso diferente para cada una y nunca se acaba, es ir siempre cambiando de un estado a otro pero siempre en busca de crecer personalmente, un constante descubrimiento de quiénes son como personas.

### Cliente

El colectivo Guatemala Menstruante representa el lugar que ayudará a la mujer en este viaje, no solo gracias al desarrollo del material sino también en las charlas, talleres y capacitaciones que imparten; siendo un apoyo constante y un lugar donde la mujer pueda sentirse bienvenida, pueda discutir y compartir sus experiencias, dudas e inquietudes sin sentirse juzgada y que sienta confianza al ser un espacio de mujeres para mujeres

### Tema / Salud Integral (FMCB) / Sexualidad Femenina

En el tema se refleja el propósito del colectivo ya que por medio del mismo la mujeres pueden obtener una guía enfocada en mantener un estado de salud físico y mental óptimo gracias a la difusión de materiales informativo, educativo, etc. En pro de su salud y desarrollo personal. Ser un cambio positivo en la sociedad guatemalteca y latinoamericana en la actualidad.

### Relación General

Toda la frase en sí busca reflejar ese viaje que debe realizar la mujer para descubrirse y entenderse mejor a sí misma. Por medio de prácticas personales y sanas que la ayuden a reflexionar y poner atención a su propio cuerpo, el cual es la herramienta más importante que tienen para vivir día tras día. Fortaleciendo el autoestima y confianza en sí mismas para ser agentes de cambio en la sociedad en pro de más mujeres.

Así mismo el concepto busca crear un lazo de confianza con las mujeres y el colectivo para crear espacios de reflexión y charla sanos, sin prejuicios e inclusivos para todas. Crear un movimiento que las beneficie a todas ya sea a nivel personal, familiar, político o a nivel país.



9

CODIFICACIÓN DEL  
**MENSAJE**

## CODIFICACIÓN DEL MENSAJE

### Proceso de Codificación

Después de la selección del concepto se procede a responder al preámbulo de "cómo decirlo" (bocetaje) ya que el concepto tiene por el momento una idea abstracta de como se desea representarlo en el proyecto.

Esta fase es clave, ya que es la creación de ideas preestablecidas, imágenes mentales que deben materializarse gráficamente; ya sea por medio de esquemas textuales, el sketching o la recopilación de imágenes. Todo eso vinculado con el cliente y el grupo objetivo. El proceso se divide entonces en 3 características principales:

- La **función** se refiere al papel que se quiere cumpla el elemento de diseño dentro de la propuesta. Saber que sentido tiene.
- La **tecnología** hace referencia a las condiciones técnicas que deben cumplirse para aplicar al elemento de diseño en relación a su función.
- Y la **expresión** se refiere al sentimiento, sensación o emoción que se quiere provocar al espectador.

Se procede entonces a la realización de las tablas de análisis visual según cada elemento y pieza principal a desarrollar previo a la fase de bocetaje.



## CODIFICACIÓN DE ACUERDO CON EJES / RETÍCULAS

“EXPLORACIÓN AL CAMINO DEL FLORECIMIENTO”

### FUNCIÓN

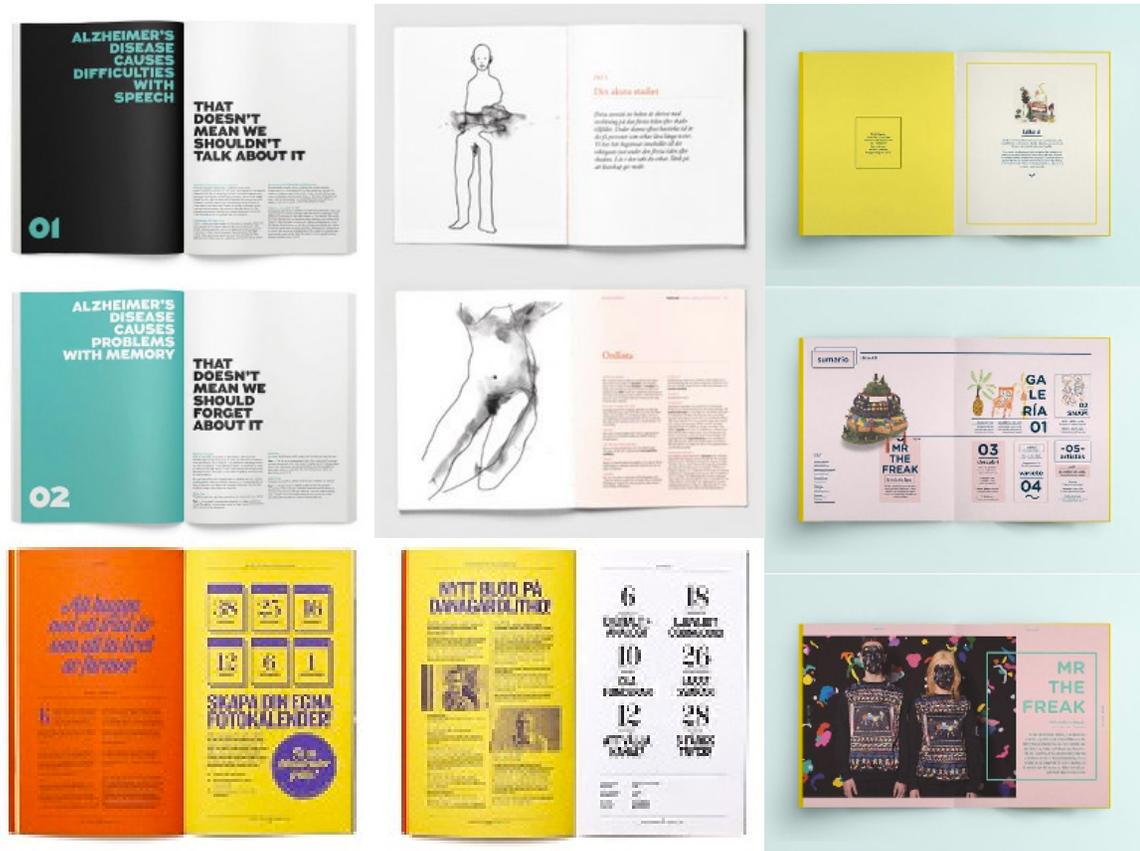
Facilitar la línea de lectura de los usuarios, por medio de la organización de elementos en un orden lógico de las imágenes y cuadros de texto para facilitar la comunicación del mensaje

### TECNOLOGÍA

Uso retículas modulares para textos cortos e imágenes. Uso de retícula manuscrita o de 2 columnas para cuadros de texto extensos. Ejes horizontales de izquierda a derecha siguiendo la línea natural de lectura.

### EXPRESIÓN

Sensación de orden e intimidad. Por medio de de los ejes y retículas reforzar el mensaje de exploración partiendo de un punto a otro.



## CODIFICACIÓN DE ACUERDO CON TIPOGRAFÍAS

### FUNCIÓN

Crear jerarquía visual entre textos para que el usuario identifique con facilidad títulos, cuerpos de texto y datos importantes dentro de la composición y así crear una lectura fluida y dinámica.

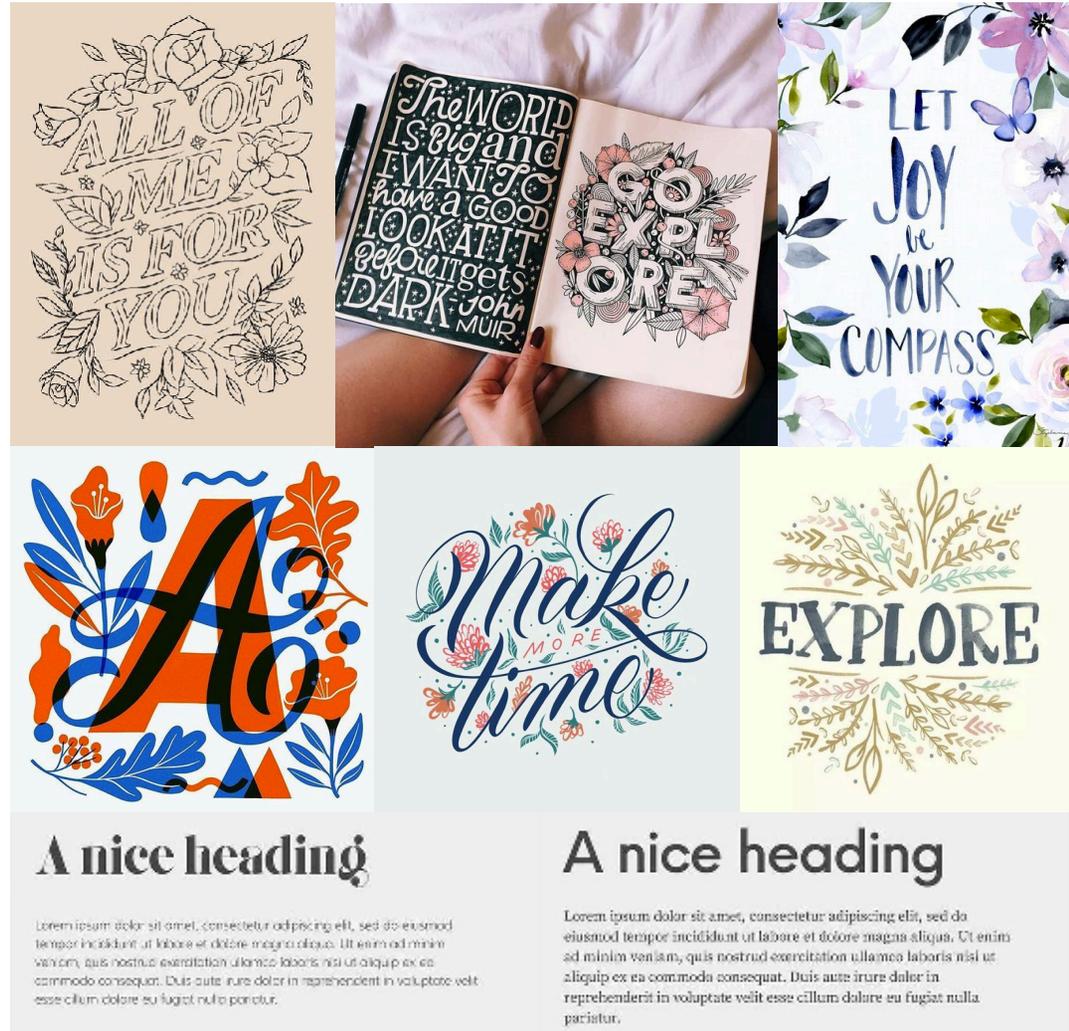
### TECNOLOGÍA

Uso de dos a tres familias tipográficas contrastantes para jerarquizar los contenidos dentro del material. Tipografías curvilíneas, orgánicas para títulos o división de secciones. Palo seco o san serif para cuerpos de texto extensos y podría implementarse algunas frases con tipografías serif de trazo grueso. Uso del color para destacar palabras.

### EXPRESIÓN

Sensación de suavidad, elegancia y sorpresa. Crear una serie de plática o discurso entre el usuario y el material.

## "EXPLORACIÓN AL CAMINO DEL FLORECIMIENTO"



## CODIFICACIÓN DE ACUERDO CON PALETA DE COLOR

### FUNCIÓN

La paleta de color debe identificar las distintas secciones del material, al igual que acercarse a los colores de la naturaleza, específicamente las flores; que puedan relacionarse con los colores institucionales del colectivo.

### TECNOLOGÍA

Combinación de tonalidades rojas, azules y violetas, con detalles verdes o amarillos. Estos por ser los colores que más se presentan en plantas y estar asociados con la magia o la madre tierra. CMYK en medios impresos y RGB para medios digitales.

### EXPRESIÓN

Naturaleza y sensación de intimidad, con toques de sorpresa.

## “EXPLORACIÓN AL CAMINO DEL FLORECIMIENTO”



## CODIFICACIÓN DE ACUERDO CON ILUSTRACIÓN

“EXPLORACIÓN AL CAMINO DEL FLORECIMIENTO”

### FUNCIÓN

La función de la ilustración es representar el texto del material, ya sean esquemas de las distintas partes del cuerpo femenino a mostrar plantas medicinales, productos o poses.

### TECNOLOGÍA

Ilustraciones análogas apegadas a la realidad pero de manera más abstracta y combinando distintos aspectos de la naturaleza. Mostrar diversidad de formas y colores en cuanto a los distintos tipos de cuerpos. Técnica tipo sketch a tinta y acuarela en digital.

### EXPRESIÓN

Sentimiento de pertenencia, erotismo, empoderamiento y confianza.



## CODIFICACIÓN DE ACUERDO CON ICONOGRAFÍA

### FUNCIÓN

Guiar al usuario por medio de símbolos y signos que puedan ser fáciles de relacionar y comprender como identificadores de información y descripciones importantes para su mayor comprensión visual.

### TECNOLOGÍA

Uso de línea estilo "doodle" simples y sin necesidad de estar completamente estilizadas, que se vean orgánicas.

### EXPRESIÓN

Sensación de interés, acompañamiento.

## "EXPLORACIÓN AL CAMINO DEL FLORECIMIENTO"



## CODIFICACIÓN DE ACUERDO CON FASCÍCULOS / MATERIAL

“EXPLORACIÓN AL CAMINO DEL FLORECIMIENTO”

### FUNCIÓN

**Soporte:** Debe ser resistente, manejable e interactivo con el usuario.

**Formato:** Informar, ser cómodo, manejable y versátil para el usuario.

### TECNOLOGÍA

**Soporte:** Para reducir costos se planea utilizar papel bond con un gramaje más alto ya sea blanco o de color. Papel ecológico o reciclado, papel craft también es una opción. Impresión en cera o con tintas ecológicas.

**Formato:** Uso de materiales y tamaños adecuados para su manipulación y comodidad del usuario.

### EXPRESIÓN

**Soporte:** Emoción de Curiosidad

**Formato:** Sensación de Comodidad



## CODIFICACIÓN DE ACUERDO CON INFOGRAFÍAS

### FUNCIÓN

**Soporte:** Presentar de manera resumida y gráfica los contenidos más importantes de cada fascículo, por lo mismo debe ser durable.

**Formato:** Más grande para que la información pueda ser bien apreciada.

### TECNOLOGÍA

**Soporte:** El desarrollo de dípticos, trípticos, brochures o folletos y su manejo de troqueles, dobleces, etc. Impresión láser por ser un material que tendrá dobleces.

**Formato:** A través del uso de papeles delgados como bond, couche, etc.

### EXPRESIÓN

**Soporte:** Sensación de interactividad.

**Formato:** Sensación de identificación.

## “EXPLORACIÓN AL CAMINO DEL FLORECIMIENTO”



## CODIFICACIÓN DE ACUERDO CON STICKERS

### FUNCIÓN

**Formato:** tiene como función identificar a las usuarias con el material, que sean un recuerdo e incentivo sobre explorar su propia sexualidad..

### TECNOLOGÍA

**Formato:** Puede representarse de varias formas geométricas, como círculos, cuadrados sin embargo el uso de troqueles apegandose a la figura de una sensación más orgánica y amigable.

### EXPRESIÓN

**Formato:** Sensación de logro. Sentimiento de pertenencia.

“EXPLORACIÓN AL CAMINO DEL FLORECIMIENTO”





10

PLANEACIÓN ESTRATÉGICA  
**DE MEDIOS**

# 10.1 SELECCIÓN DE LAS PIEZAS

## FASE 1 - EXPECTATIVA EN REDES SOCIALES

### MATERIAL INFORMATIVO / PROMOCIONAL

#### MEDIOS A UTILIZAR

#### FORMAS DE DISTRIBUCIÓN

PIEZAS. MEDIO. SOPORTE	CARÁCTER	PROPÓSITO	LUGAR	TIEMPOS	A TRAVÉS DE QUIÉN O CÓMO
<p><b>1</b></p> <p>Post cuestionantes</p>	<p>Material informativo / promocional</p>	<p>Hacer reflexionar a las usuarias sobre temas de sexualidad</p>	<p>Este será distribuido por medio de la red social del colectivo, que es Guatemala Menstruante en Facebook</p>	<p>Se implementarán en el mes de Julio semanalmente</p>	<p>Fundadoras: Andrea Aguilar y Cecilia Pérez o encargadas de manejar la red social Facebook</p>
<p><b>1</b></p> <p>Post afirmativos</p>	<p>Material informativo / promocional</p>	<p>Mostrar la realidad de lo que significa explorar su sexualidad</p>	<p>Este será distribuido por medio de la red social del colectivo, que es Guatemala Menstruante en Facebook</p>	<p>Se implementarán en el mes de Julio semanalmente</p>	<p>Fundadoras: Andrea Aguilar y Cecilia Pérez o encargadas de manejar la red social Facebook</p>
<p><b>1</b></p> <p>Post conteo</p>	<p>Material informativo / promocional</p>	<p>Anunciar el lanzamiento del material y crear expectativa en las usuarias</p>	<p>Este será distribuido por medio de la red social del colectivo, que es Guatemala Menstruante en Facebook</p>	<p>Se implementarán en la última semana del mes de Julio</p>	<p>Fundadoras: Andrea Aguilar y Cecilia Pérez o encargadas de manejar la red social Facebook</p>

**FASE 2 - REVELACIÓN E IMPLEMENTACIÓN DE FASCÍCULO 1 Y STICKERS EN DIGITAL**  
**FASE 3 - IMPLEMENTACIÓN DE MATERIAL IMPRESO Y/O DIGITAL FASCÍCULOS 1 AL 4**  
**FASE 4 - IMPLEMENTACIÓN DE INFOGRAFÍAS IMPRESAS Y DIGITAL APOYO CHARLAS**

**MATERIAL EDUCATIVO**

**MEDIOS A UTILIZAR**

**FORMAS DE DISTRIBUCIÓN**

PIEZAS. MEDIO. SOPORTE	CARÁCTER	PROPÓSITO	LUGAR	TIEMPOS	A TRAVÉS DE QUIÉN O CÓMO
<p><b>2</b></p> <p>Fasciculo 1 y stickers, versión digital</p>	<p>Material educativo</p>	<p>Su finalidad es ser una herramienta para que la mujer aprenda más sobre su sexualidad</p>	<p>Por internet será en Latinoamérica y países hispano hablantes en sitios de publicaciones gratuitas (issu)</p>	<p>La distribución digital para dar a conocer el material durará 3 meses.</p>	<p>Fundadoras: Andrea Aguilar y Cecilia Pérez</p>
<p><b>3</b></p> <p>Fasciculos 1 al 4 y stickers, versión impresa</p>	<p>Material educativo</p>	<p>Su finalidad es ser una herramienta para que la mujer aprenda más sobre su sexualidad</p>	<p>La distribución impresa será en la tienda nana luna, mercaditos y ferias que el colectivo asista en la ciudad de Guatemala</p>	<p>La distribución impresa tendrá un plazo de 6 meses hasta un año.</p>	<p>Fundadoras: Andrea Aguilar y Cecilia Pérez</p>
<p><b>4</b></p> <p>Infografías, versión impresa y digital</p>	<p>Material educativo</p>	<p>De reforzar los aspectos más importantes de cada fasciculo de una manera más resumida y gráfica</p>	<p>Por internet será en latinoamerica y países hispano hablantes en la red social Facebook e impreso en la ciudad de Guatemala</p>	<p>La distribución digital para dar a conocer el material durará 3 meses, luego para la versión impresa un plazo de 6 meses hasta un año.</p>	<p>Fundadoras: Andrea Aguilar y Cecilia Pérez</p>



**FASE 5 - MANTENIMIENTO EN REDES SOCIALES**

**MATERIAL INFORMATIVO / PROMOCIONAL**

**MEDIOS A UTILIZAR**

**FORMAS DE DISTRIBUCIÓN**

PIEZAS. MEDIO. SOPORTE	CARÁCTER	PROPÓSITO	LUGAR	TIEMPOS	A TRAVÉS DE QUIÉN O CÓMO
<p><b>5</b></p> <p>Post con frases</p>	<p>Material informativo / promocional</p>	<p>Recordatorio sobre el material educativo. Posts inspiracionales previos a charlas o talleres impartidos por el colectivo.</p>	<p>Este será distribuido por medio de la red social del colectivo, que es Guatemala Menstruante en Facebook</p>	<p>Se implementarán trimestralmente a partir del mes de agosto a octubre, enero a marzo y junio a agosto del año siguiente</p>	<p>Fundadoras: Andrea Aguilar y Cecilia Pérez o encargadas de manejar la red social Facebook</p>

## 10.2 FASES ESTRATÉGICAS DE COMUNICACIÓN

### FASE 1 CAMPAÑA DE EXPECTATIVA EN REDES SOCIALES

#### PROPÓSITO

Dar a conocer que próximamente se presentará un nuevo material por parte del colectivo, de modo que tanto la comunidad de Guatemala Menstruante como de otras organizaciones y colectivos gradualmente reconozcan y se familiaricen con el nuevo material a ser revelado. Se llevará a cabo durante el mes de julio previo a la implementación del material.

Serán 3 posts semanales que pueden publicarse dentro de los horarios:

- Lunes en horario de 2 a 4 pm
- Miércoles en horario de 6 a 8 pm y 10 a 12 pm
- Jueves en horario de 2 a 4 pm y 10 a 12 pm
- Sábado en horario de 10 a 12 am
- Domingo en horario de 8 a 10 am y 6 a 8 pm



### FASE 2 REVELACIÓN E IMPLEMENTACIÓN DE FASCÍCULO 1 Y STICKERS EN DIGITAL

#### PROPÓSITO

Se busca dar a conocer el nuevo material educativo por medio de plataformas de publicación gratuitas como Issu, que empiece a conocer y compartirse en redes sociales en Guatemala y diferentes países de Latinoamérica y durante este tiempo el colectivo pueda reunir el capital inicial para realizar reproducciones impresas para vender en la tienda Nana Luna, al igual que crear convenios y estrategias de distribución con otras organizaciones y colectivos en Guatemala y Latinoamérica. Esta fase tendrá una duración de 3 meses entre los meses de agosto a octubre.

En esta etapa solo se distribuirán el primer fascículo (Una sexualidad sana) de manera gratuita. Si la usuaria, organización o tercera persona desea tener una copia digital de los 4 fascículos podrá hacer la compra de los mismos por medio de Facebook contactando con las Fundadoras Andrea Aguilar y Cecilia Pérez, asistiendo a los talleres, charlas o su compra en Nana Luna.



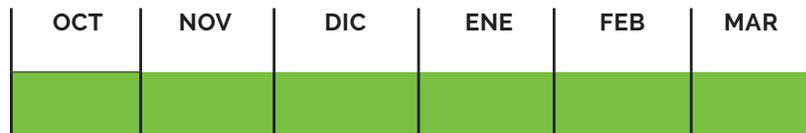
### FASE 3 IMPLEMENTACIÓN MATERIAL IMPRESO Y/O DIGITAL FASCÍCULOS 1 AL 4

#### PROPÓSITO

Empezar a realizar reproducciones impresas para su venta en Nana Luna y tener versiones inéditas de cada fascículo los cuales son coleccionables y pueden obtener también stickers exclusivos relacionados con el material.

Su uso en las charlas y carpas rojas también dará inicio y la cantidad de sesiones en los cuales se hará uso de un fascículo oscila entre 2 a 4 según la cantidad de información en cada uno. Las infografías se utilizan al final de cada sesión para repasar los temas que se hablaron ese día en la sesión.

En esta etapa se distribuirán todos los fascículos, infografías y stickers exclusivos del material, sería un kit, pueden comprarse por separado y llegar a ser coleccionables. Esta fase tendrá una duración de 4 meses comenzando en los meses de octubre - noviembre y se planea finalizar en los meses de febrero - marzo para que haya suficiente tiempo de medir el resultado inicial del material con el grupo objetivo más cercano al colectivo.



### FASE 4 IMPLEMENTACIÓN DE INFOGRAFÍAS IMPRESAS Y DIGITAL COMO APOYO A CHARLAS EN CENTROS EDUCATIVOS

#### PROPÓSITO

Empezar a implementar las infografías digitales como apoyo a charlas en centros educativos de la ciudad, la cual sería la pieza principal en esta fase y si el centro está interesado en obtener el kit de fascículos ellos pueden cubrir el costo de impresión o ser una donación por parte del colectivo. Para que sea utilizado por la psicóloga, orientadora o enfermera del centro educativo en sus sesiones con las alumnas. Al igual que si las alumnas, maestras o padres de familia están interesados en obtener el material pueden comunicarse con las fundadoras o la persona encargada que imparte el taller o capacitación para hacer compra del kit ya sea en el momento o en la tienda de Nana Luna y conocer también el resto de actividades que el colectivo lleva a cabo.



## FASE 5 MANTENIMIENTO EN REDES SOCIALES

### PROPÓSITO

Se busca que durante los meses con mayor cantidad de eventos relacionados con la temática y propósito del colectivo lograr promover y recordar que se ha lanzado un nuevo material educativo propio del colectivo y mostrar las distintas actividades, charlas y talleres donde se ha implementado. Al igual de recordar que pueden adquirirlo en la tienda de Nana Luna. Además de esto también contendrán mensajes inspiracionales o de empoderamiento gracias al uso de frases celebres enlazadas con la temática de los fascículos previo a charlas o talleres impartidos por el colectivo. Se llevará a cabo por trimestres desde la implementación del material comenzando en agosto.

Serán 2 posts semanales que pueden publicarse dentro de los horarios:

- Lunes en horario de 2 a 4 pm
- Miércoles en horario de 6 a 8 pm y 10 a 12 pm
- Jueves en horario de 2 a 4 pm y 10 a 12 pm
- Sábado en horario de 10 a 12 am
- Domingo en horario de 8 a 10 am y 6 a 8 pm

En esta etapa se distribuirán únicamente las infografías en los centros educativos y si el mismo está interesado en obtener el kit puede hacerlo por medio de las fundadoras o encargada que imparta el taller o capacitación ese día. Esta fase durará todo el año escolar, pero las preparaciones se harán desde un año antes en los meses de agosto a octubre para presentar el proyecto a los distintos centros educativos y que lo tomen en cuenta para su planificación del próximo año.

ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT

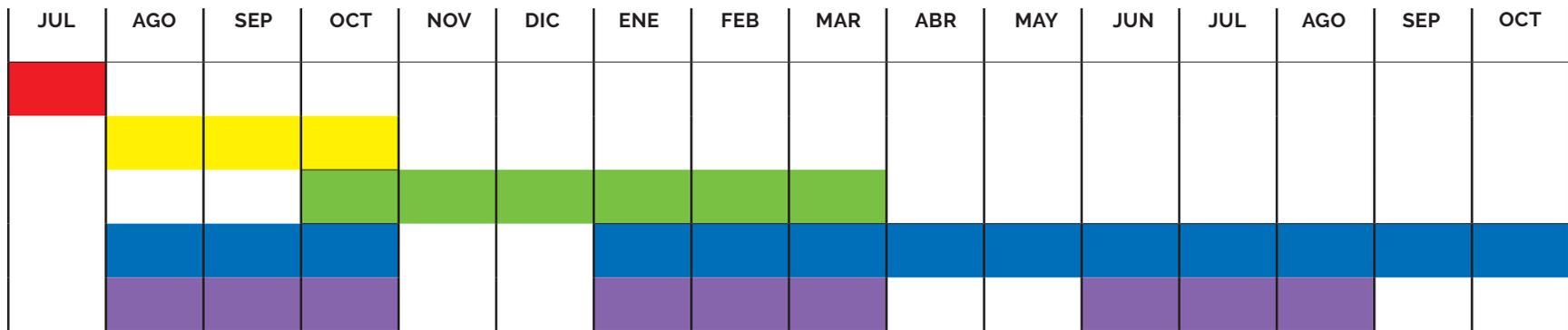
AGO	SEP	OCT

ENE	FEB	MAR

JUN	JUL	AGO



## CRONOGRAMA DE LAS FASES ESTRATÉGICAS DE IMPLEMENTACIÓN



- Campaña de expectativa en redes sociales (3 post semanales)
- Revelación e Implementación de fascículo 1 y stickers digitales gratuitos
- Implementación fascículos 1 al 4 impresos y/o digital
- Implementación de infografías impresas y digital como apoyo a charlas en centros educativos
- Mantenimiento en redes sociales (2 post semanales)

## 10.3 PROYECCIÓN FINANCIERA

A continuación se presenta la proyección financiera del proyecto de acuerdo a sus fases estratégicas de comunicación antes descritas. Con esta propuesta se busca visualizar los costos aproximados del desarrollo, reproducción y distribución de las piezas en sus distintos medios de comunicación. Esta visualización se hace con el objetivo de ayudar en la elección y decisión a mediano y largo plazo de medios y distribución del material.

Ya que el proyecto no cuenta con un presupuesto establecido la proyección financiera se llevó a cabo tomando datos de cotizaciones recopiladas con anterioridad y realizando un promedio (**Anexo 10**) para establecer los costos reales de producción aproximados para cada pieza.

### FASCÍCULOS IMPRESOS

10 Fascículo 1 - media carta - full color	Q507.00
10 Fascículo 2 - media carta - full color	Q1,175.00
10 Fascículo 3 - media carta - full color	Q959.00
10 Fascículo 4 - media carta - full color	Q1,972.00

### STICKERS IMPRESOS

05 Hojas troqueladas - carta - full color	Q78.50
---	--------

### INFOGRAFÍAS IMPRESAS

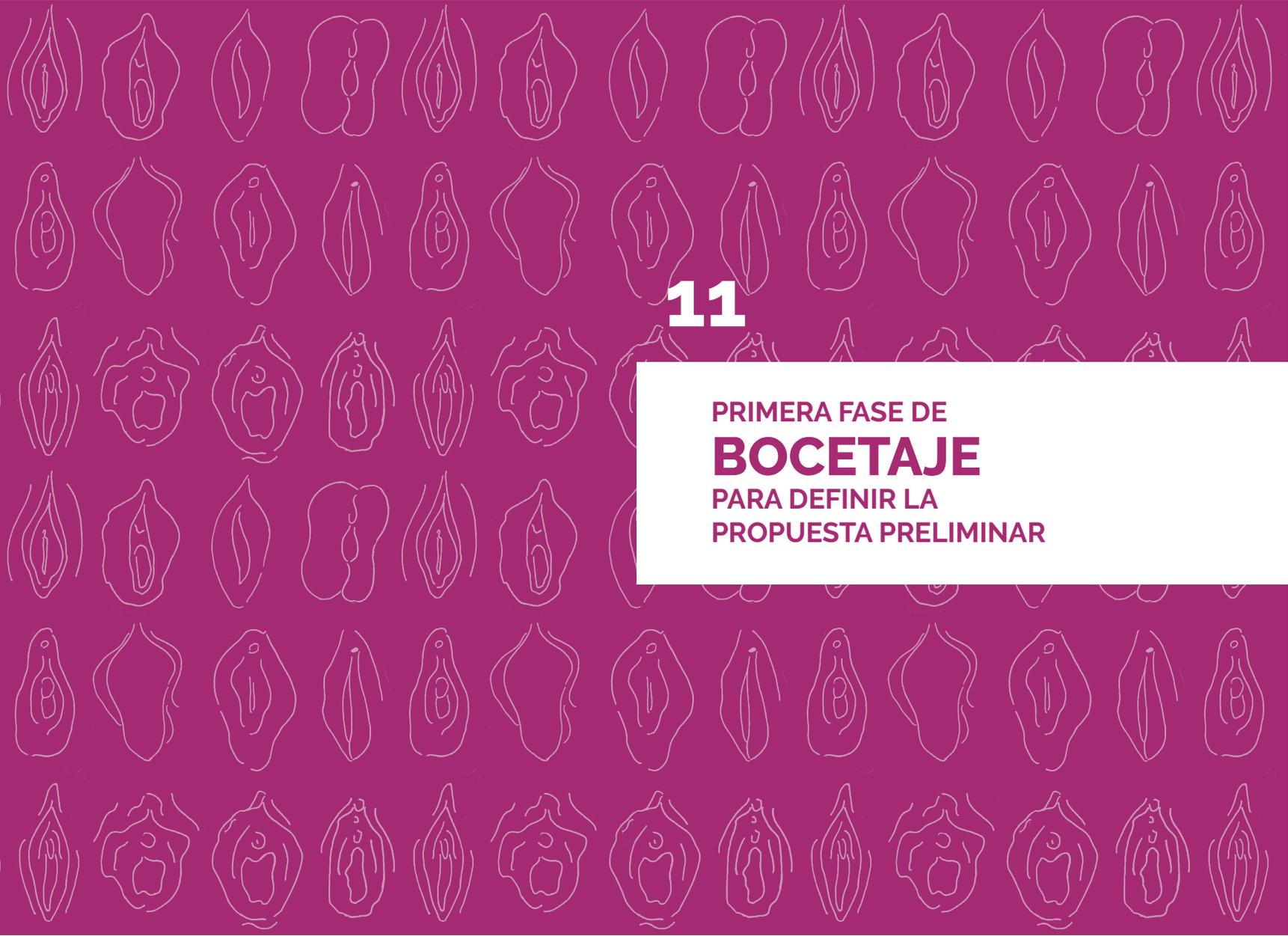
10 Infografías 11 * 21" - full color	Q495.00
10 Infografías 11 * 26.5" - full color	Q630.00
10 Infografías 11 * 32" - full color	Q810.00

### REDES SOCIALES (FACEBOOK)

Campaña expectativa - 1 mes (\$28 * Q7.50)	Q210.00
Mantenimiento - 3 trimestres (\$270 * Q7.50)	Q2,025.00

**PRESUPUESTO APROXIMADO: Q8,861.50**





**11**

PRIMERA FASE DE  
**BOCETAJE**  
PARA DEFINIR LA  
PROPUESTA PRELIMINAR

## PROCESO DE BOCETAJE PARA DEFINIR LA PROPUESTA PRELIMINAR

El proceso de bocetaje se dividió en dos etapas. La primera consiste en el desarrollo de la línea gráfica del proyecto, y la segunda en el desarrollo de las piezas con la línea gráfica definida con anterioridad bajo el concepto **“Exploración al Camino del Florecimiento”**, Y se encuentra dividido en las siguientes etapas:

### Etapa 1: LÍNEA GRÁFICA

- > Ilustraciones
  - Ilustración de apoyo
  - Ilustración de diagramas
  - Ilustración de portadas
- > Tipografía (Titulares y Cuerpo de Texto)
- > Paleta de Color
- > Elemento Gráficos de Apoyo
  - Texturas
  - Íconografía

### Etapa 2: PIEZAS ESPECÍFICAS

- > Fascículos
  - Diagramación
- > Infografías
- >Post de Facebook
- > Stickers

A continuación se muestra el proceso que se llevó a cabo para la realización de la propuesta preliminar del proyecto de Guatemala Menstruante, para comprender fácilmente el proceso se implementaron una serie de íconos que se verán a lo largo de la propuesta, esta se realizó en base los siguientes íconos:

-  **Propuesta Seleccionada**
-  **Propuesta Descartada**
-  **Propuesta Final Elegida**
-  **Bocetaje Manual**
-  **Bocetaje Digital**
-  **Comentarios o Anotaciones**





PROCESO DE BOCETAJE PARA  
**ILUSTRACIONES**

## ETAPA 1 - LÍNEA GRÁFICA FASCÍCULOS 1 Y 2

# REFERENCIAS GRÁFICAS

### ESTILO ILUSTRACIÓN DE APOYO

Se tomaron estas referencias para el estilo de ilustración de las flores como apoyo gráfico para el desarrollo del material, esta tendencia esta basada en tipo sketch usualmente realizado con tinta negra y rapidógrafos.

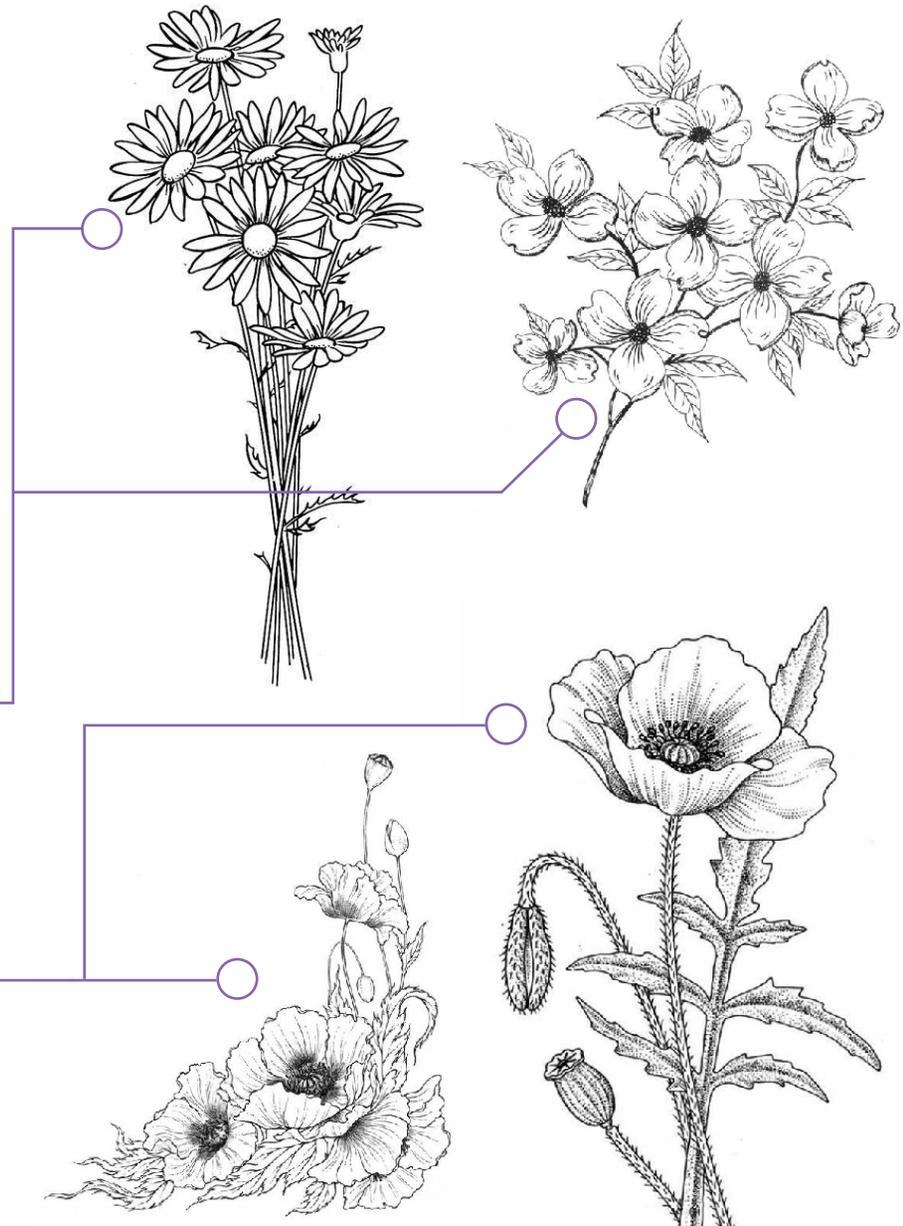
Este estilo se eligió según los antecedentes gráficos del colectivo y tendencias de ilustración para temas feministas, de naturaleza o sobre cómo se interrelacionan las mujeres con la madre tierra, así como la conexión con el concepto.



Se retomó de la referencia el trazo limpio y fluido que da una sensación de movimiento a las flores, con el uso de varias poses y perspectivas que diferenciaran y favorecieran la forma de las flores.



Se eligió retomar la manera en que se aplican sombras y volúmenes a las flores por medio de líneas, espacios en negro o puntillismo. Al igual que queda a nivel de línea sin colorear ninguna sección de las flores.

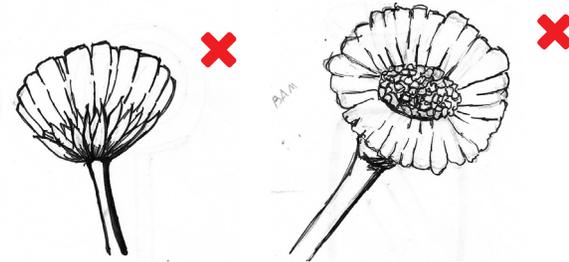


## BOCETAJE MANUAL

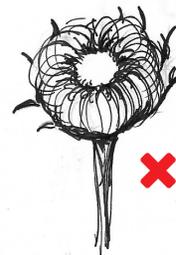
### ESTILO ILUSTRACIÓN DE APOYO



Al principio se realizaron pruebas con un marcador estilo pincel pero el trazo era demasiado pesado y grueso, lo que hacía que la forma de la flor se viera tosca y sin cuidado. También las poses se veían forzadas y poco naturales, no había mayor volumen o profundidad.



Se cambió entonces a rapidógrafo de punto más fino como 0.4 y 0.2 pero aún seguía siendo muy pesado y las poses seguían viéndose rígidas y extrañas.



Se bajó a 0.1 y con el uso de líneas y delineados más gruesos en algunas partes de la flor ya ayudaban a darle volumen pero debía afinarse porque se veía sucio.



Se definieron áreas en blanco y se sombrearon delineando más grueso menos partes de la flor, agregando ya sea líneas o puntos para denotar texturas o volúmenes dentro de la misma.

## REFERENCIAS GRÁFICAS

### FLOR DE ACHICORIA - FASCÍCULO 1

Para cada fascículo se bocetó una especie de flor medicinal distinta que según sus beneficios y usos para la salud de la mujer al igual que su forma connotan distintos sentimientos y acciones.

Para el fascículo I (Una Sexualidad Sana) se eligió la flor de achicoria que es una planta laxante, lo cual ayuda a desintoxicar el cuerpo, y se asocia con eliminar todas aquellas relaciones tóxicas de la vida de la mujer, ya sean de pareja o de otro tipo. Dar un nuevo comienzo y empezar el recorrido a una sexualidad sana.



Ya que las flores comparten muchos rasgos generales entre sí se decidió apegarse lo más posible a las referencias de flores reales o ilustraciones botánicas / científicas de las mismas para encontrar esos rasgos que diferencian a una especie de la otra y sean más fácil de identificar.



Chicory



## BOCETAJE MANUAL

### FLOR DE ACHICORIA - FASCÍCULO 1

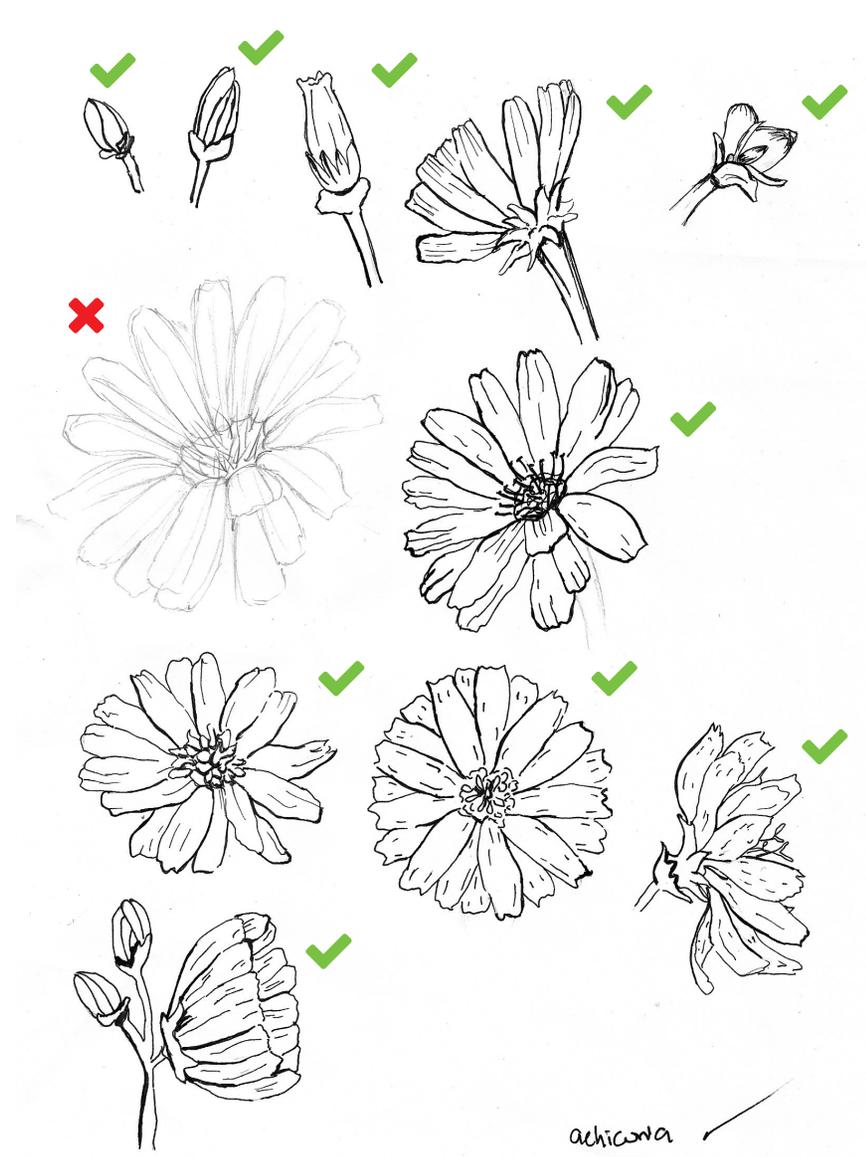
La flor de achicoria se muestra como una flor con pétalos delgados y abundantes de un color azul-lila y es de hierba robusta con numerosas ramificaciones y hojas largas con forma de espátula.



Se buscó destacar la abundancia y particularidad de los pétalos de la flor al igual que la posición en la que se abre similar a la de los girasoles que siguen la trayectoria del sol.



Como parte del concepto se bocetaron las distintas etapas en las que la flor va floreciendo y cambiando de estado; de como se forma el botón de la flor hasta que está completamente abierta.



achicoria

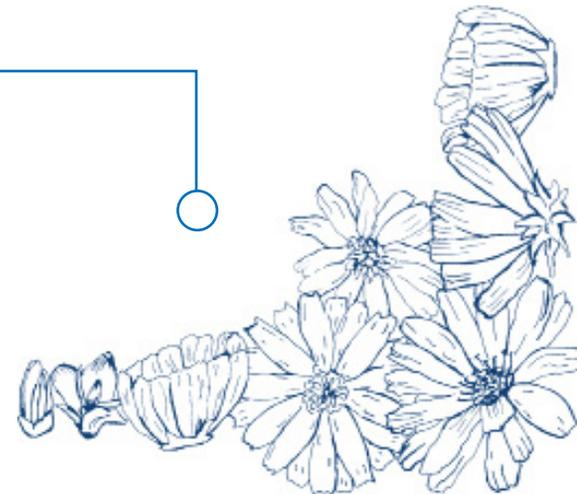
## BOCETAJE DIGITAL

### FLOR DE ACHICORIA - FASCÍCULO 1

Ya en digital se retocó la calidad de línea, quitó la suciedad y ruido de la imagen escaneada, evitando alterar la imagen. Se agregó color a la línea de las ilustraciones y crearon composiciones para utilizar de pie de página en los fascículos alternando las distintas etapas de floración entre sí para mostrar una línea narrativa del proceso que tuvo la flor para cambiar de estado y florecer.



Ya para el acompañamiento en portada se cambió la composición para que se asimilara a un ramo de flores de Achicoria en sus distintas etapas de floración, demostrando que cada mujer florece de manera distinta y a su ritmo. De esta manera también se refleja la diversidad de estilos de vida, personalidades y "tipos" de mujeres en Guatemala.



## REFERENCIAS GRÁFICAS

### FLOR DE MANZANILLA - FASCÍCULO 2

Para el fascículo 2 (Conociendo tu cuerpo) se eligió la flor de manzanilla que es una planta antiespasmódica, la cual ayuda para quitar el cólico o dolor, es relajante y calma la ansiedad; esta flor se asocia con un estado de reflexión interna, de un estado delicado, vulnerable y personal donde la mujer puede tomarse el tiempo para explorar su cuerpo y conocer más allá de lo que le enseñan en la escuela; muestra una inmadurez sexual por el desconocimiento de su cuerpo y el proceso de explorarlo puede desarrollarse en un romance y amor propio.

Ya que las flores comparten muchos rasgos generales entre sí se decidió apegarse lo más posible a las referencias de flores reales o ilustraciones botánicas / científicas de las mismas para encontrar esos rasgos que diferencian a una especie de la otra y sean más fácil de identificar.



## BOCETAJE MANUAL

### FLOR DE MANZANILLA - FASCÍCULO 2

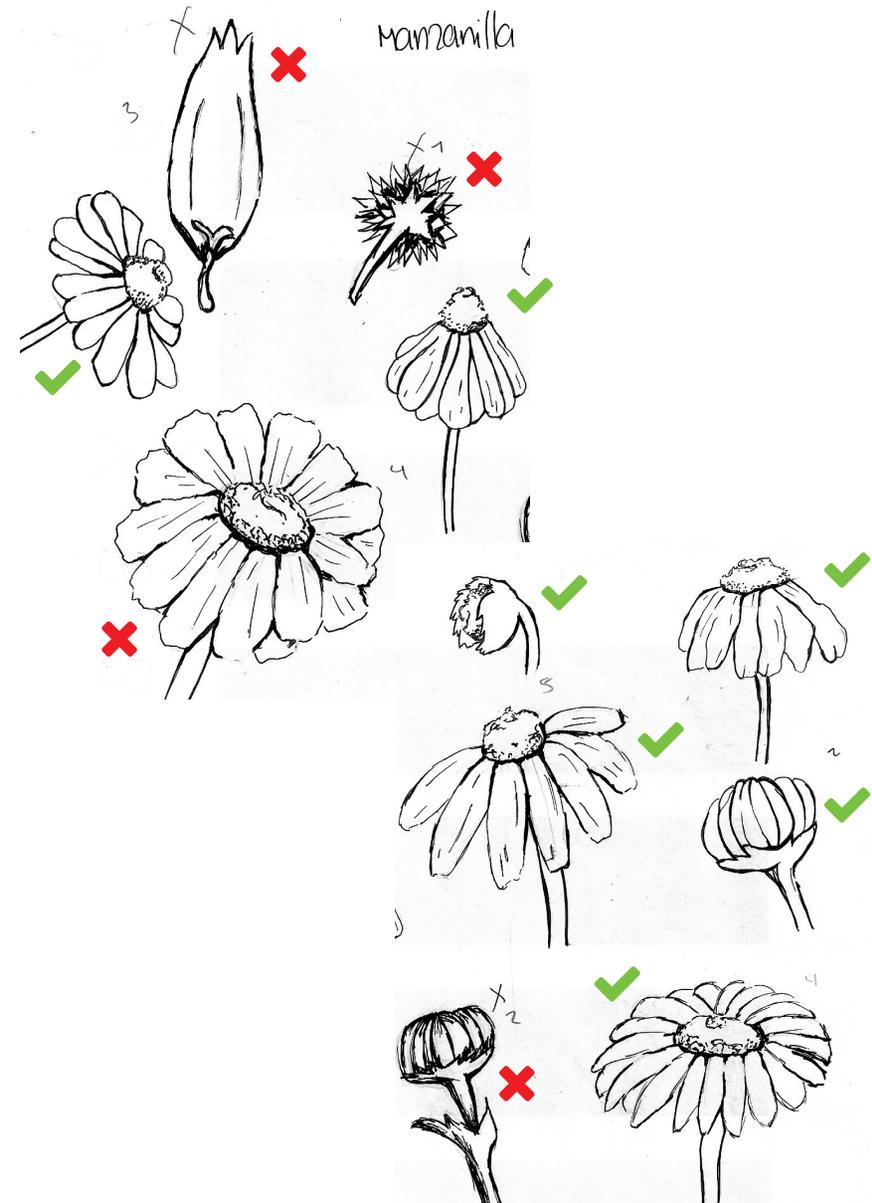
La flor de manzanilla es pequeña y al igual que la achicoria presenta abundantes pétalos pero en menor cantidad y estos se encuentran divididos en la punta. El centro de la manzanilla de color amarillo es ovalado y con el extremo puntiagudo o semi redondo, ya que es capaz de autopolonizarse su centro presenta una gran cantidad de esporas.



Se destacó la división de los pétalos y la posición en la que se abre muestra que posee menor cantidad de pétalos que la achicoria. Esta flor crece viendo hacia el cielo por lo que su pose es erguida y recta.



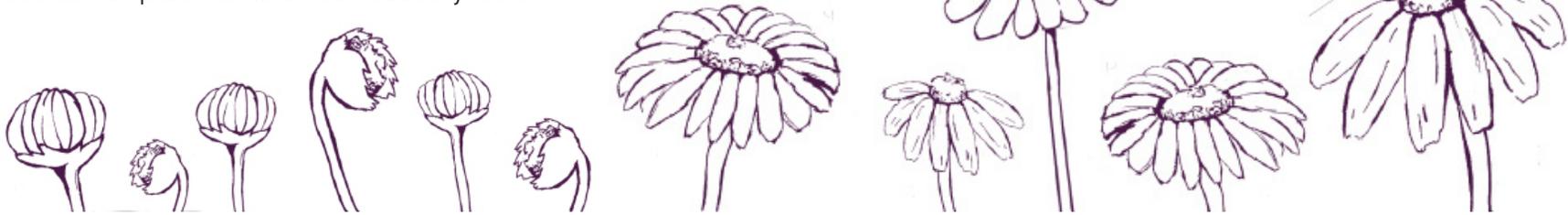
Para el centro de la flor se agregó puntillismo para mostrar la cantidad de polen y textura que posee esta parte en particular. Al igual que agrega volumen y muestra su forma ovalada con final puntiagudo.



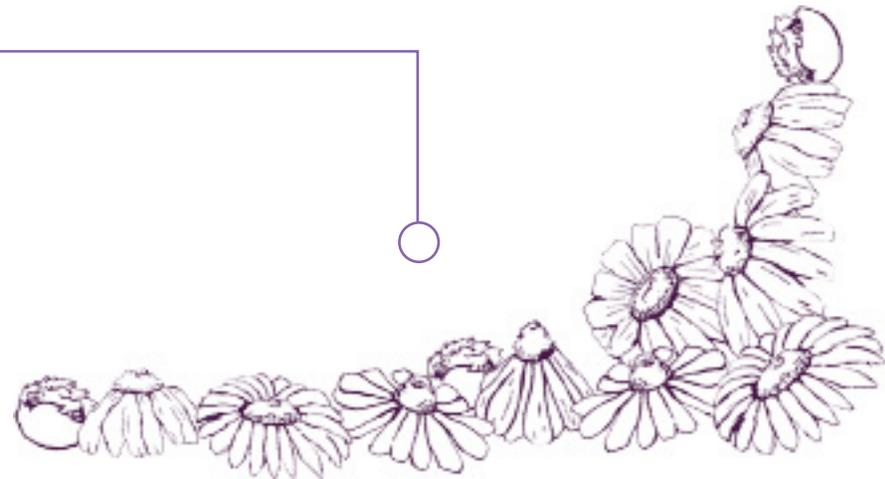
## BOCETAJE DIGITAL

### FLOR DE MANZANILLA - FASCÍCULO 2

Ya en digital se retocó la calidad de línea, quitó la suciedad y ruido de la imagen escaneada, evitando alterar la imagen. Se agregó color a la línea de las ilustraciones y crearon composiciones para utilizar de pie de página en los fascículos alternando las distintas etapas de floración entre sí para mostrar una línea narrativa del proceso que tuvo la flor para cambiar de estado y florecer.



Ya para el acompañamiento en portada se cambió la composición para que se asimilara a un ramo de flores de Manzanilla en sus distintas etapas de floración, demostrando que cada mujer florece de manera distinta y a su ritmo. De esta manera también se refleja la diversidad de estilos de vida, personalidades y "tipos" de mujeres en Guatemala.



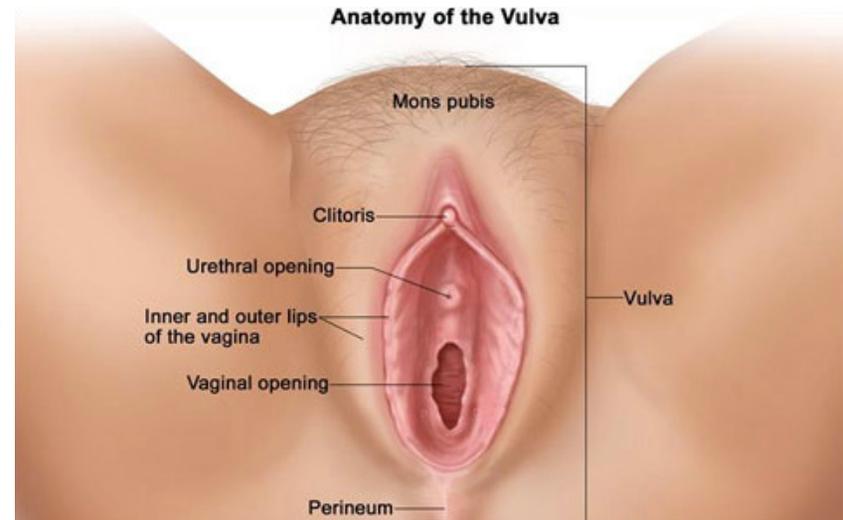
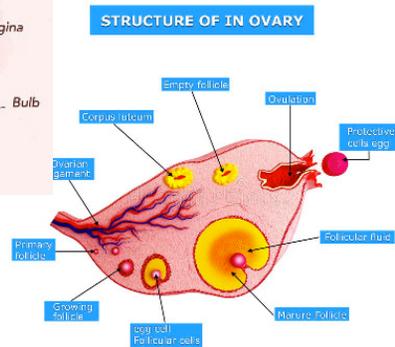
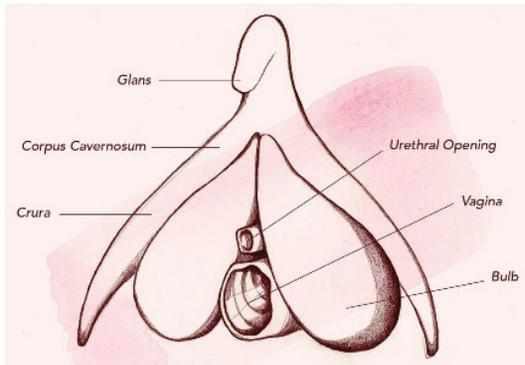
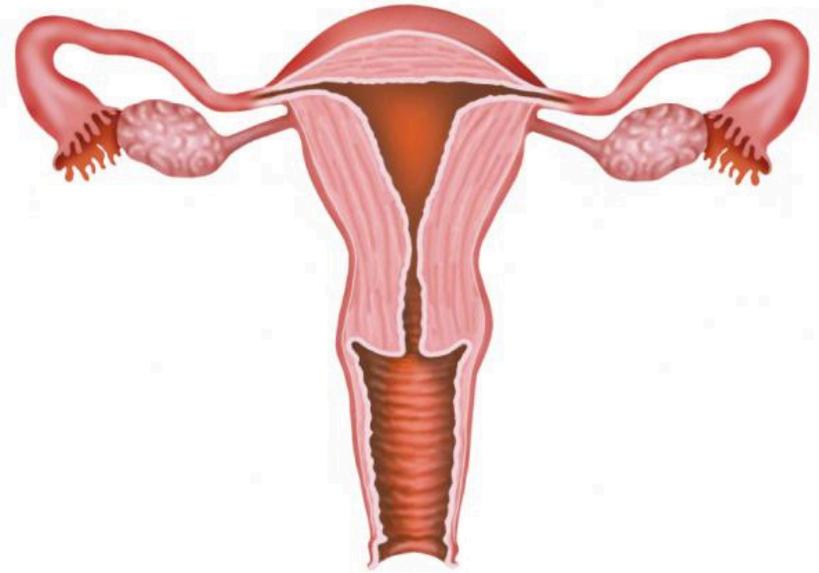
# REFERENCIAS GRÁFICAS

## ESTILO ILUSTRACIÓN DE DIAGRAMAS

### FASCÍCULOS 1 Y 2

Para el estilo de ilustración de los diagramas se tomaron estas referencias de ilustraciones científicas ya que por ser partes del cuerpo deben realizarse lo más apegado a la realidad por ser un material de educación sexual, para presentar a la lectora cómo son las partes del cuerpo en realidad.

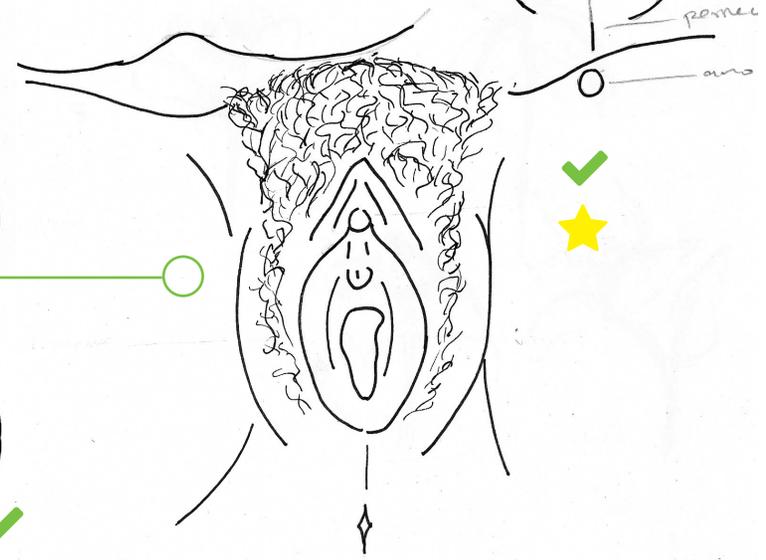
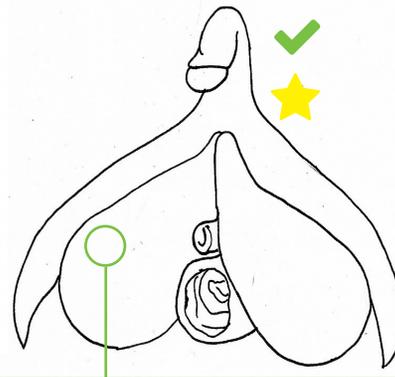
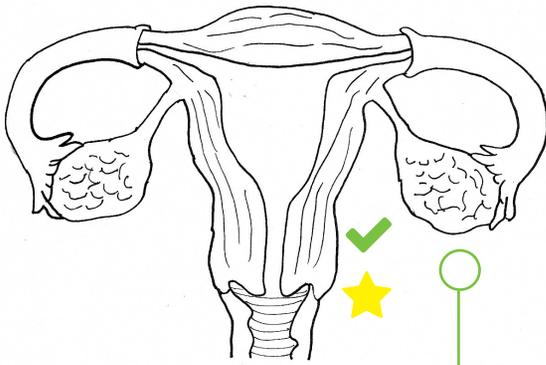
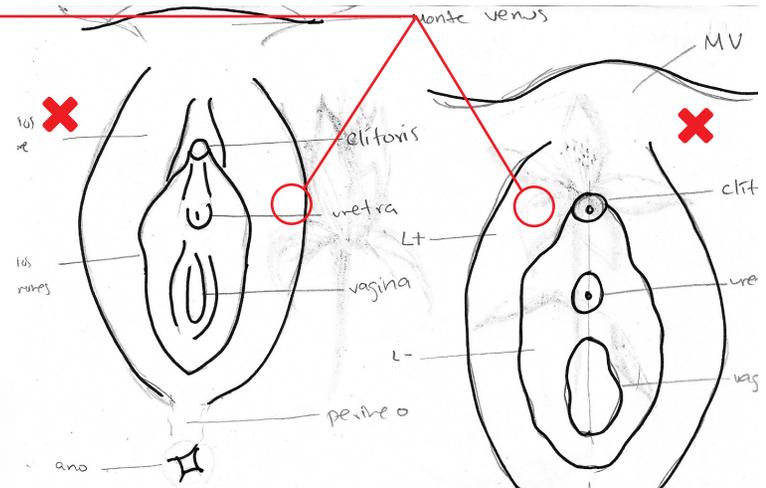
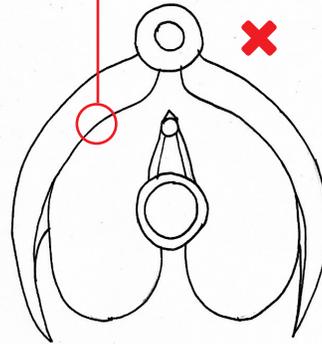
Se resaltaron las formas básicas de los órganos sexuales de la mujer, al igual que las texturas, volúmenes y tamaños de los mismos. Para que fueran fácilmente identificables por las lectoras.



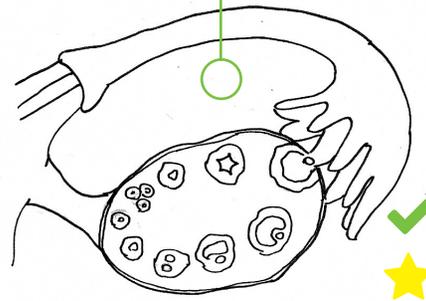
# BOCETAJE MANUAL

## ESTILO ILUSTRACIÓN DIAGRAMAS

✗ Las propuestas descartadas eran más simples y con menos detalles por lo que se veían más ilustrativas que informativas lo cuál no era su objetivo como diagramas de los órganos sexuales femeninos. A pesar de contar con las formas básicas, llegaban a ser algo confusos a comparación de los órganos en la realidad.



✓ Las ilustraciones elegidas contaban con el nivel de abstracción ideal y con las formas básicas necesarias de cada órgano. Al igual que texturas y volúmenes para entender con claridad como son en la realidad; son más fáciles de explicar y relacionar también.



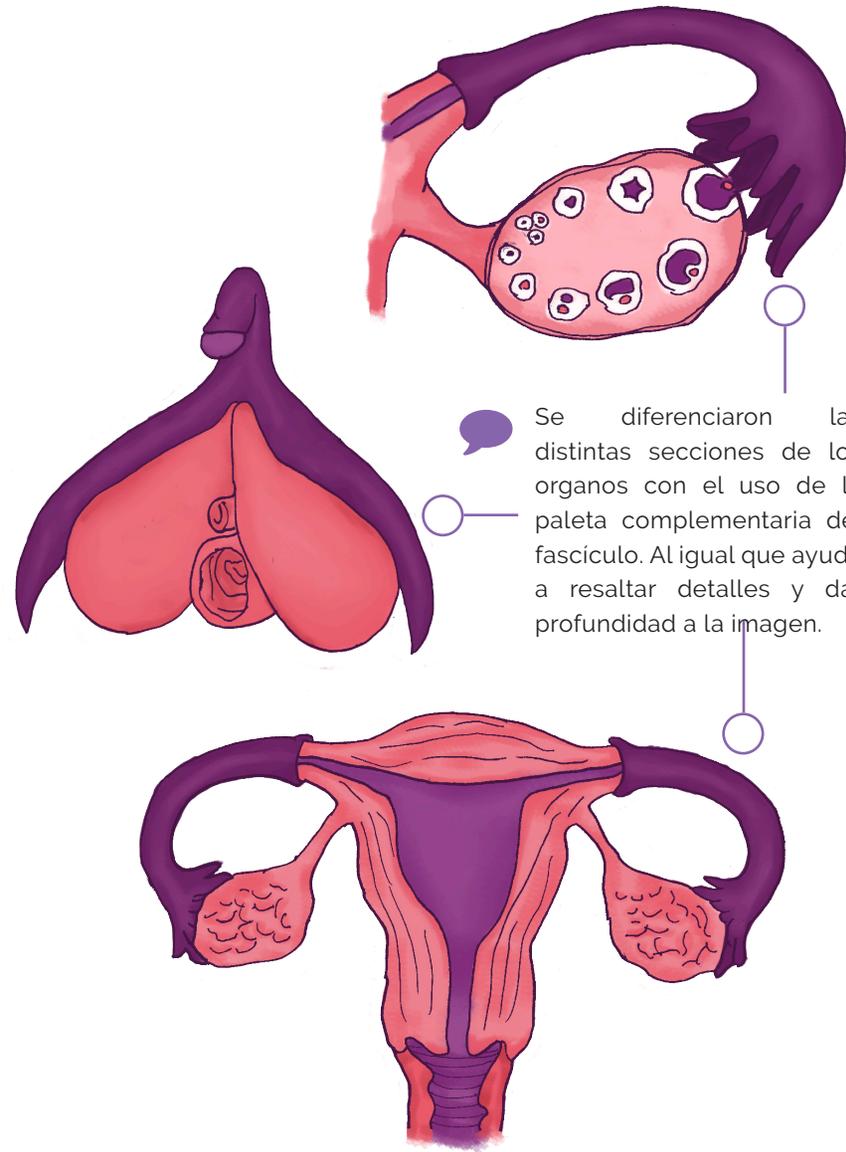
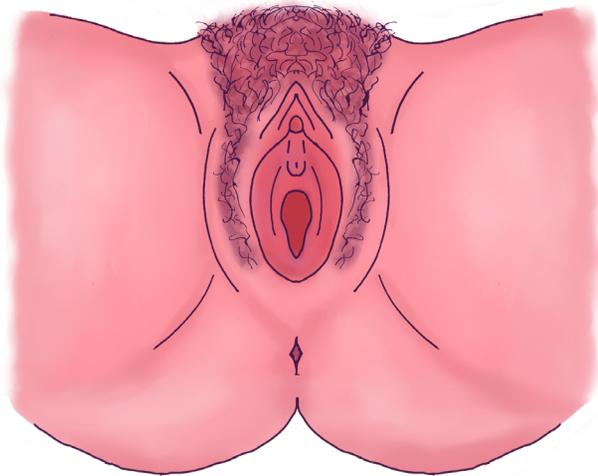
## BOCETAJE DIGITAL

### ESTILO ILUSTRACIÓN DIAGRAMAS

### FASCÍCULOS 1 Y 2

En digital se retocó la calidad de la imagen y línea, se hizo limpieza de la imagen escaneada. Se agregó color a la línea de las ilustraciones y se colorearon según la paleta de color base de cada fascículo (Conociendo tu cuerpo- fascículo 2), junto con los colores complementarios de cada una para resaltar detalles o secciones de las ilustraciones.

Se utilizó un pencil con textura de acuarela en Photoshop por ser una técnica que connota delicadeza y aporta una sensación de ser parte de la naturaleza. Utilizando la paleta de color cromática del fascículo correspondiente se realizaron volúmenes y sombras para que la ilustración no se vea plana y se entienda que son órganos humanos.



Se diferenciaron las distintas secciones de los órganos con el uso de la paleta complementaria del fascículo. Al igual que ayuda a resaltar detalles y dar profundidad a la imagen.

## REFERENCIAS GRÁFICAS

### ESTILO ILUSTRACIÓN DE PORTADAS

#### FASCÍCULOS 1 Y 2

El estilo de ilustración para las portadas se basó en mostrar de manera simplificada los distintos estilos, personalidades y "tipos" de mujeres en Guatemala. Desde mujeres de cabello liso hasta colochas, de pelo corto, largo; mujeres que utilicen lentes o se maquillen hasta aquellas que no lo hacen.

Este estilo busca resaltar esas diferencias, manteniendo los detalles del rostro simplificado y lo que cambia son sus atuendos, cortes de cabello y uso de accesorios.



Las expresiones y gestos faciales de manera simplificada se rescataron de las referencias.



El uso de accesorios como lentes, aretes o maquillaje fueron importantes para representar a los distintos tipos de mujeres.

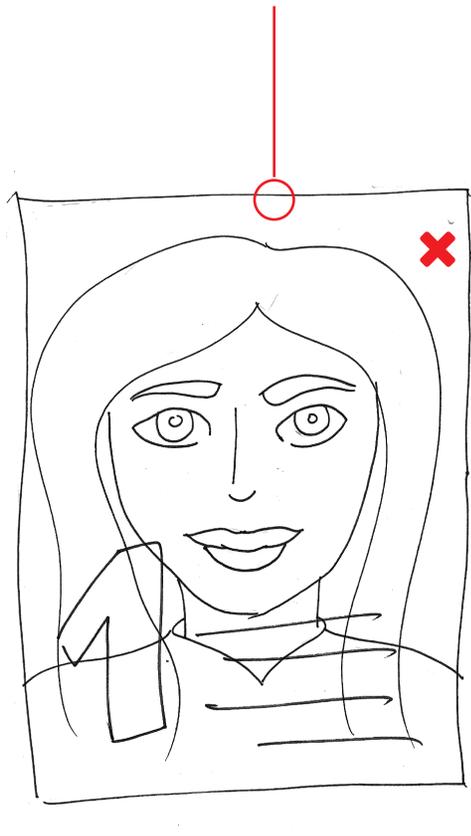


El cabello y estilo en general es plano donde las sombras y volúmenes se presentan de manera mínima con sombras de color o por la pose usada.

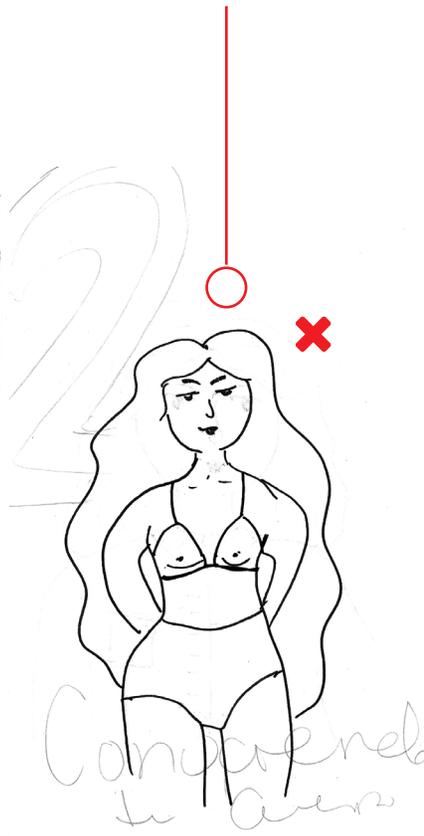


## BOCETAJE MANUAL ILUSTRACIÓN DE PORTADAS

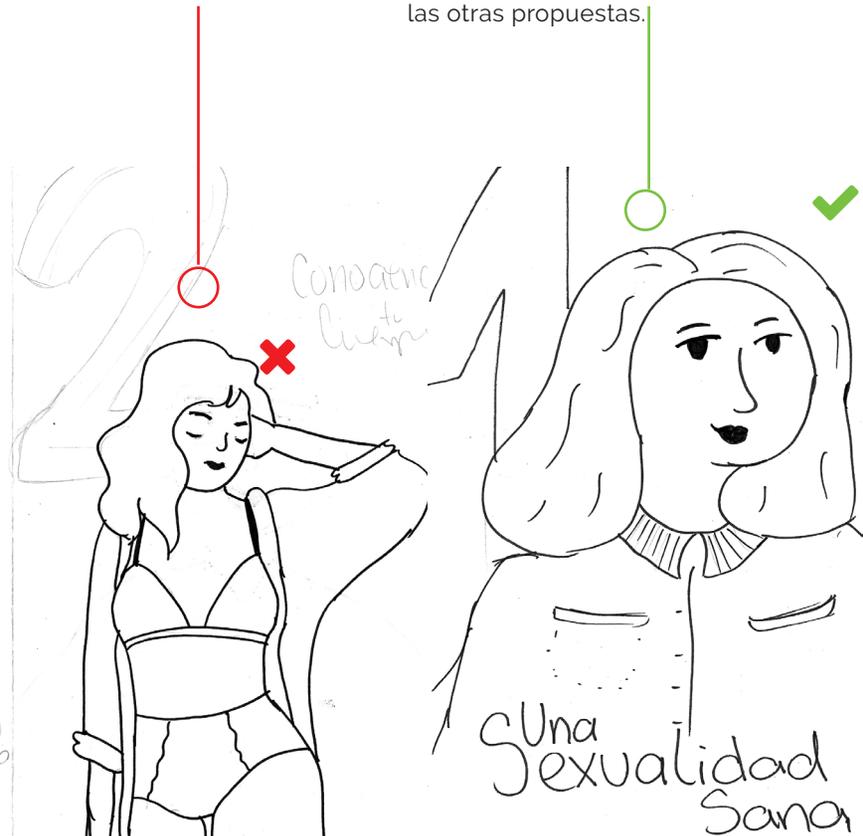
✗ El nivel de abstracción no era el suficiente y la ilustración parecía dirigida a adolescentes en lugar de mujeres jóvenes.



✗ Se hicieron pruebas de medio cuerpo para probar diferentes poses pero de igual manera parecía dirigida a adolescentes y las poses se veían rígidas.



✓ Se abstraigo más las facciones del rostro y se realizó tipo busto. Combinandolo con la diagramación del titular y número del fascículo tenía más presencia que las otras propuestas.



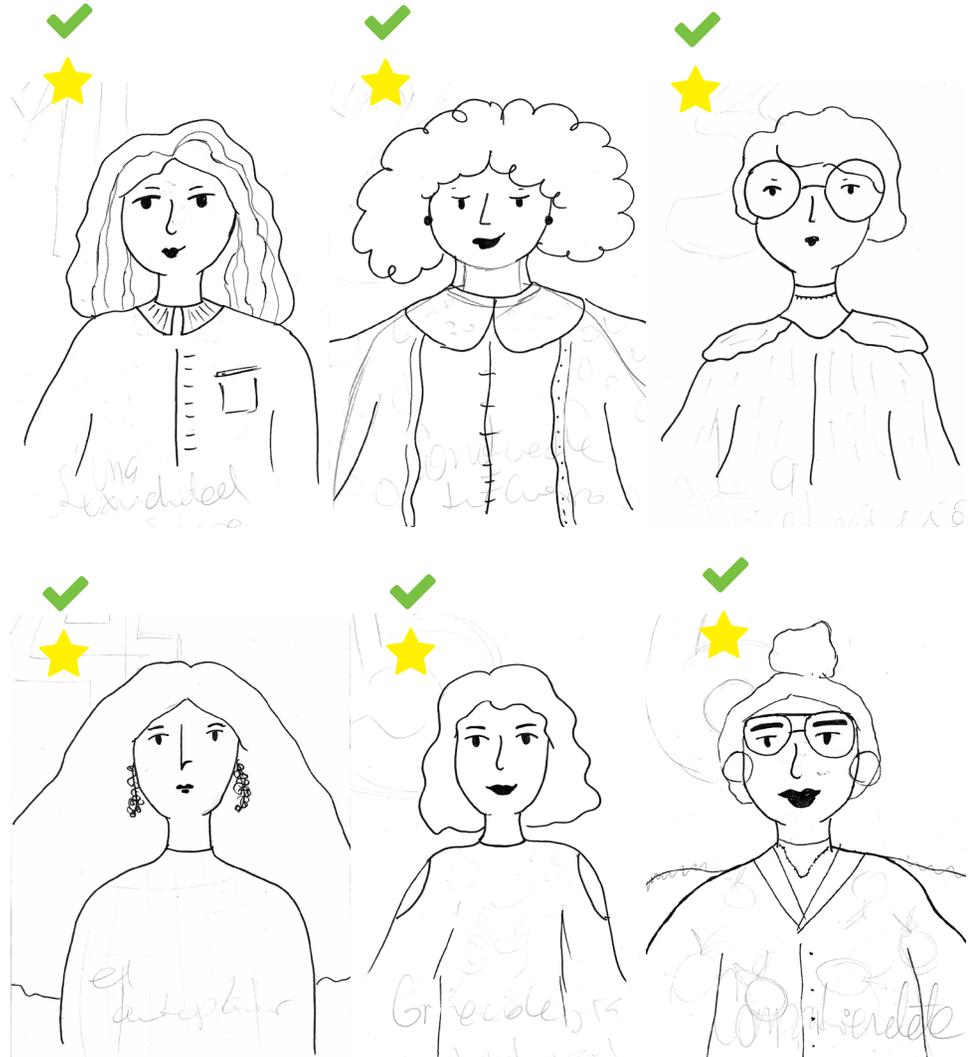


Se cambió la pose de las ilustraciones a una donde estuvieran viendo al frente como si se dirigieran a las lectoras del fascículo.



Las ilustraciones elegidas muestran personalidades y estilos diferentes para representar a las diferentes mujeres en la ciudad de Guatemala.

1. Desde un estilo casual y cabello largo.
2. Alguien que tiene abundante cabello y colicho al igual que su cuerpo es más grande.
3. Otra chica con un estilo más reservado y punk
4. Una chica que es más fashion y utiliza pendientes u otros accesorios.
5. Alguien con un estilo sencillo y cabello corto.
6. Y por último alguien que es más extravagante tanto con su ropa como con su maquillaje.



## BOCETAJE DIGITAL ILUSTRACIÓN DE PORTADAS

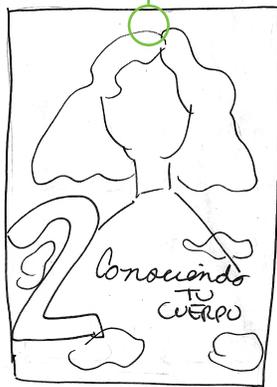
Se hicieron las primeras pruebas de color y diagramación de portadas pero estas se descartaron ya que había problemas con la construcción de la ilustración.

También hacía falta terminar de establecer el estilo con que se iban a colorear y unificarlo para las portadas trabajadas. El fondo de la portada también se veía desordenado y el número del fascículo no se lograba distinguir bien. En la parte inferior donde está el titular también se veía desordenado y sobrecargado.



## BOCETAJE MANUAL DIAGRAMACIÓN DE PORTADAS

- ✓ Se reestructuró nuevamente como diagramar los distintos elementos de la portada. Se buscó que la ilustración fuera lo que más destacar sin dejar de lado el titular del fascículo.



- ✓ Para unir la portada con la línea gráfica del interior del fascículo se agregaron las ilustraciones de flores como apoyo y crear un marco que dirigiera la vista al ver la portada.



- ✓ Para el titular y número del fascículo se agregaron también flores para unificarlo con el interior y resaltar esta parte de la portada.

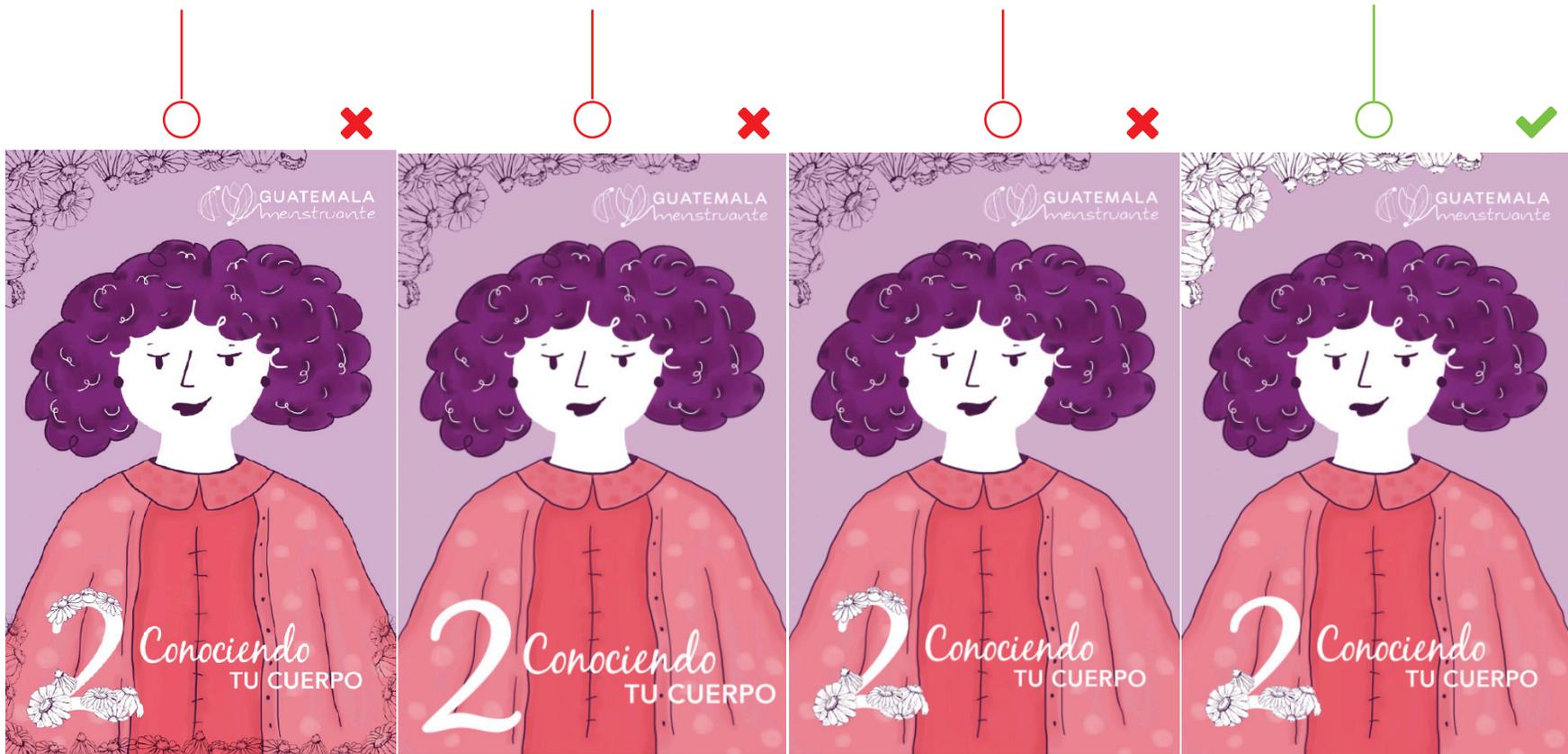


- ✓ Para la contraportada también se dispusieron flores para unirlo con la portada y se pensó en agregar una frase del fascículo como cierre del mismo.

## BOCETAJE DIGITAL DIAGRAMACIÓN DE PORTADAS

❌ Se hicieron pruebas con las flores de apoyo en las esquinas y bordes de la portada. Primero solo a línea y se agregaron también a el número de la portada. Pero se veía demasiado pesado por lo que se descartaron estas propuestas. Luego se decidió dejar el marco de flores solo en la parte superior y agregar el logo para que el titular y número no se vieran sobrecargados.

✅ Las flores se cambiaron unas coloreadas en blanco para contrastar con el resto de los elementos y en la parte inferior solo se colocaron el número y titular en grande.



## ★ PROPUESTA PRELIMINAR ILUSTRACIÓN Y DIAGRAMACIÓN DE PORTADAS Y CONTRAPORTADAS FASCÍCULOS 1 Y 2

Finalmente se eligieron estas propuestas de portada donde unificó el estilo de ilustración y coloreado para las mujeres y se agregaron las flores de apoyo para usarlas de marco y guiar la vista de la lectora en la portada. Ya que las poses transmiten determinación y seguridad porque ven directo y al frente a la usuaria, no de manera amenazadora sino que para dar seguridad y confianza a la lectora.

El color de las portadas se determinó según el contenido del fascículo y de qué es lo que connotan a la temática del mismo. Para las portadas se volvió a utilizar el marco de flores pero volteado horizontalmente y el logotipo se agregó al final de la contraportada junto con las flores correspondientes del mismo.





PROCESO DE BOCETAJE PARA LA  
**PALETA DE COLOR**

## REFERENCIAS GRÁFICAS

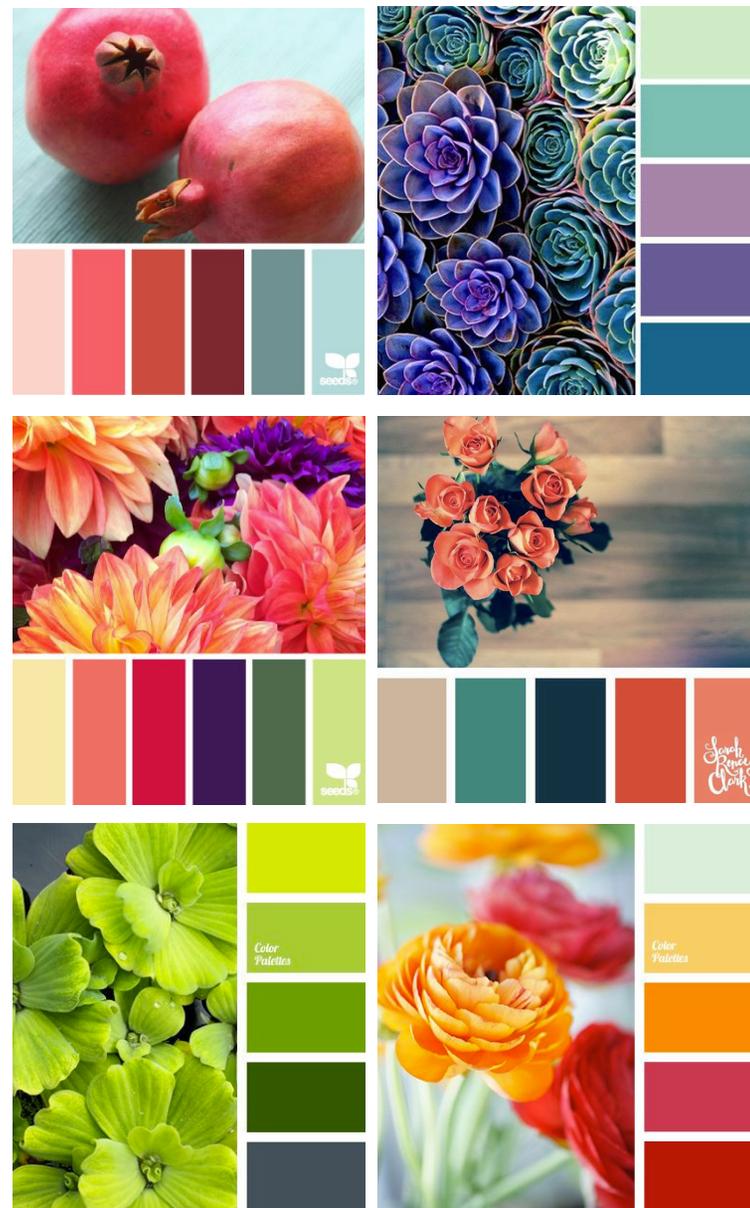
### PALETA DE COLOR

La elección de colores se basó en la investigación realizada, decisión del grupo objetivo y el objetivo y requisito que debía cumplir para con el material.

Según Martínez (2016) y la teoría cromoterapéutica, los colores tienen significados diferentes cuando se ligan con la sexualidad siendo estos:

- Rojo: apetito sexual, fuerza y resistencia.
- Naranja: concentración, emotividad, sensación de calidez.
- Amarillo: autodominio y vitalidad.
- Blanco: limpieza y pureza, confianza y acercamiento.
- Azul: tranquilidad, nivela la ansiedad y reflexión.
- Violeta: erotismo, fantasías y el sexo sofisticado.
- Rosado: romance, sensibilidad e inmadurez sexual.
- Verde: amor compartido, compasión, frescura y relajación.
- Negro: misterio y erotismo.

A partir de esta simbología y el manejo de color institucional del colectivo según su manual de identidad se derivan las diferentes paletas de color.



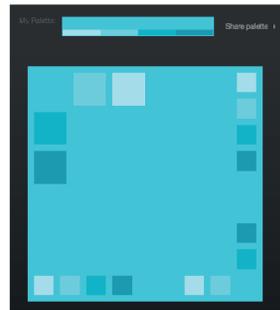
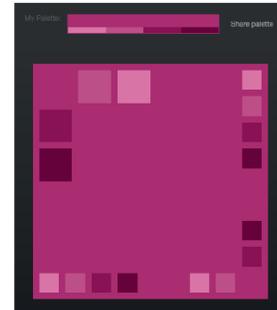


Se tomaron de base la paleta de color establecida en el manual de identidad del colectivo para que fueran rapidamente identificables por las usuarias del mismo ya que se encuentran familiarizadas con ellos. Al igual que cada color tiene un papel importante en la identidad del colectivo según su significado.



Ya que son 4 fascículos y para que existiera variedad en las paletas de color se agregó el verde claro como base para que no desentonara con el resto de colores.. Se procedió entonces a crear una paleta monocromática de cada color base para su respectivo fascículo.

	<b>ROJO</b> R: 237 G: 53 B: 57 C: 0 M: 93 Y: 83 K: 0 #ed3539
	<b>ROJO-VIOLETA</b> R: 165 G: 40 B: 109 C:35 M:98 Y:30 K:4 #a5286d
	<b>VIOLETA</b> R: 123 G: 40 B: 124 C: 62 M: 100 Y: 15 K: 3 #7b287c
	<b>CELESTE</b> R: 89 G: 196 B: 227 C: 58 M: 2 Y: 7 K: 0 #ffffff
	<b>BLANCO</b> C: 0 M: 0 Y: 0 K: 0 R: 255 G: 255 B: 255 #FFFFFF





A cada paleta de color se agregó de dos a tres colores complementarios o que contrastaran con la misma para detalles y evitar la monotonía a lo largo del material. Estos colores se usaron tanto para los textos como para ilustraciones, iconografía y el resto de piezas del proyecto. Esto sin contar el color blanco también como color base.

Cada paleta de color fue asignada a su respectivo fascículo según la temática que este trata y la connotación que tiene el color a la misma. Siendo estos:

1. Conociendo tu cuerpo
2. Una sexualidad sana
3. La menstruación
4. La ginecología natural

**Fascículo 1 - Una sexualidad sana**



**Fascículo 2 - Conociendo tu cuerpo**



**Fascículo 3 - La menstruación**



**Fascículo 4 - La ginecología natural**





PROCESO DE BOCETAJE PARA LA  
**TIPOGRAFÍA**

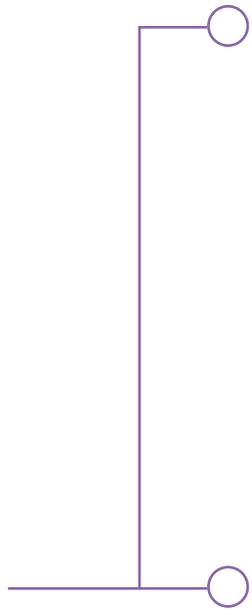
## REFERENCIAS GRÁFICAS TIPOGRAFÍAS

Para la elección de las tipografías se buscó que pudieran asociarse con la naturaleza, que connotaran fluidez y las mujeres se identificaran con las mismas. Según los resultados de las encuestas a Grupo Objetivo, las mujeres se veían más atraídas a las combinaciones tipográficas de fuentes caligráficas y san serif.

A continuación se muestran los juegos tipográficos que se realizaron para la elección de tipografías.

Para las composiciones tipográficas se tomó de las referencias elegidas el tipo de trazo y espaciado entre letras al igual que el uso de jerarquías en los textos.

Se tomaron fuentes con variaciones de grosor y estilo para enriquecer las composiciones.



## BOCETAJE MANUAL

### COMPOSICIONES TIPOGRÁFICAS

Al principio se había tomado la idea de realizar lettering manual para dar un toque más artesanal y personalizado a los textos. Por lo que se hicieron diversas pruebas combinando tamaños, grosores y estilos tipográficos en las composiciones.

Pero se decidió elegir tipografías digitales para realizar las composiciones. De estas pruebas se rescató la manera de disponer el texto para los titulares dentro del material y piezas.



El uso de diferentes tamaños y estilo de línea da jerarquía a los textos.



## **BOCETAJE DIGITAL** ELECCIÓN DE TIPOGRAFÍAS

Ya que las usuarias se veían atraídas por tipografías san serif se realizaron distintas pruebas de cuerpos de texto para medir su legibilidad y carácter.



Las propuestas descartadas al momento de verse impresas daban problemas con la legibilidad y en cuerpos extensos de texto se veían tediosas y pesadas de leer.

 2.1 Conociendo tu cuerpo

Para poder explorar tu cuerpo primero hay que conocerlo. Recuerda que todo tu cuerpo está lleno de terminaciones nerviosas que transmiten las señales de placer y dolor al cerebro.

 2.1 Conociendo tu cuerpo

Para poder explorar tu cuerpo primero hay que conocerlo. Recuerda que todo tu cuerpo está lleno de terminaciones nerviosas que transmiten las señales de placer y dolor al cerebro.

 2.1 Conociendo tu cuerpo

Para poder explorar tu cuerpo primero hay que conocerlo. Recuerda que todo tu cuerpo está lleno de terminaciones nerviosas que transmiten las señales de placer y dolor al cerebro.

 2.1 Conociendo tu cuerpo

Para poder explorar tu cuerpo primero hay que conocerlo. Recuerda que todo tu cuerpo está lleno de terminaciones nerviosas que transmiten las señales de placer y dolor al cerebro.

 2.1 Conociendo tu cuerpo

Para poder explorar tu cuerpo primero hay que conocerlo. Recuerda que todo tu cuerpo está lleno de terminaciones nerviosas que transmiten las señales de placer y dolor al cerebro.

 2.1 Conociendo tu cuerpo

Para poder explorar tu cuerpo primero hay que conocerlo. Recuerda que todo tu cuerpo está lleno de terminaciones nerviosas que transmiten las señales de placer y dolor al cerebro.

## BOCETAJE DIGITAL COMPOSICIONES TIPOGRÁFICAS

- ✓ Para los titulares según los resultados de la encuesta al G.O. se realizaron pruebas con tipografías caligráficas y cursivas variando los tamaños y posiciones para crear dinamismo y destacará sobre el resto de textos.



- ✓ En la combinación para cuerpos de texto se probaron varios colores para las tipografías al igual que distintas justificaciones de texto para ver cual era más legible y manejable dentro del material. Al final se eligieron las justificaciones a lado derecho por ser las más utilizadas y con las que más esta familiarizado el G.O.

*Es momento de  
estar a solas*

Busca un espacio donde puedas estar cómoda, en tu intimidad y sin interrupciones porque la parte práctica requiere de tu privacidad.

Además necesitarás un espejo de cualquier tamaño, con el que te sientas cómoda, para ver con cuidado y sin complicaciones. El más recomendado es uno que pueda sostenerse solo (como un espejo de mesa usualmente los usados para maquillaje) y no necesite de tus manos, porque estas las vas a necesitar tú. Intenta verte con la mente abierta y el corazón dispuesto a aceptarte tal y como eres.

*Es momento de  
estar a solas*

Busca un espacio donde puedas estar cómoda, en tu intimidad y sin interrupciones porque la parte práctica requiere de tu privacidad.

Además necesitarás un espejo de cualquier tamaño, con el que te sientas cómoda, para ver con cuidado y sin complicaciones. El más recomendado es uno que pueda sostenerse solo (como un espejo de mesa usualmente los usados para maquillaje) y no necesite de tus manos, porque estas las vas a necesitar tú. Intenta verte con la mente abierta y el corazón dispuesto a aceptarte tal y como eres.

✓ *Es momento de  
estar a solas*

Busca un espacio donde puedas estar cómoda, en tu intimidad y sin interrupciones porque la parte práctica requiere de tu privacidad.

Además necesitarás un espejo de cualquier tamaño, con el que te sientas cómoda, para ver con cuidado y sin complicaciones. El más recomendado es uno que pueda sostenerse solo (como un espejo de mesa usualmente los usados para maquillaje) y no necesite de tus manos, porque estas las vas a necesitar tú. Intenta verte con la mente abierta y el corazón dispuesto a aceptarte tal y como eres.

✓ *Es momento de  
estar a solas*

Busca un espacio donde puedas estar cómoda, en tu intimidad y sin interrupciones porque la parte práctica requiere de tu privacidad.

Además necesitarás un espejo de cualquier tamaño, con el que te sientas cómoda, para ver con cuidado y sin complicaciones. El más recomendado es uno que pueda sostenerse solo (como un espejo de mesa usualmente los usados para maquillaje) y no necesite de tus manos, porque estas las vas a necesitar tú. Intenta verte con la mente abierta y el corazón dispuesto a aceptarte tal y como eres.





El titular carecía de contraste y dinamismo por lo que fue descartado.

Para los cuerpos de texto se había propuesto resaltar los textos importantes cambiándolos de color y subrayándolos para que destacaran por sobre el resto, pero se eliminó el subrayado por ser demasiado pesado y ya que rompía con cómo se manejaba el texto en el resto del material.



¿Qué es una sexualidad libre?

Esto no quiere decir que te acuestes con un chico diferente todos los días, no es esta clase de libertad, no lo estamos criticando, siempre y cuando eso te haga feliz y contribuya a tu desarrollo y plenitud.

La sexualidad libre es la que te la libertad de ser TÚ, es donde puedes expresar todo tu potencial sin ningún temor de sentirte criticada, juzgada o castigada, ya sea por tu pareja o por ti misma, dejas de escuchar las voces de tu mente condenandote a los más horribles de los castigos.

La sexualidad libre llega cuando trasciendes la mente, las creencias limitantes con las que fuiste educada, los tabúes y todo lo que pueda atar tu creatividad y expresión.



Se cambió la tipografía para cuerpos de texto por la Avenir la cual cuenta con bastantes variaciones dentro de la familia lo que daba más posibilidades de combinaciones tipográficas. Al igual que los textos se cambiaron al color base del fascículo y las partes a resaltar se colocaron con el color complementario del mismo.

Para los titulares se agregó también la tipografía Avenir para crear contrastes dentro de las composiciones.



¿QUÉ ES UNA sexualidad libre?

Esto no quiere decir que te acuestes con un chico diferente todos los días, no es esta clase de libertad, no lo estamos criticando, siempre y cuando eso te haga feliz y contribuya a tu desarrollo y plenitud.

La sexualidad libre es la que te la libertad de ser TÚ, es donde puedes expresar todo tu potencial sin ningún temor de sentirte criticada, juzgada o castigada, ya sea por tu pareja o por ti misma, dejas de escuchar las voces de tu mente condenandote a los más horribles de los castigos.

La sexualidad libre llega cuando trasciendes la mente, las creencias limitantes con las que fuiste educada, los tabúes y todo lo que pueda atar tu creatividad y expresión.



## ★ PROPUESTA FINAL

### COMPOSICIONES TIPOGRÁFICAS Y CUERPOS DE TEXTO

Finalmente se eligieron estas propuestas de combinación tipográfica donde es fácil de identificar y destacar las palabras importantes dentro de las oraciones.

Se hizo uso de la paleta de color base de cada fascículo correspondiente para los textos y se destacaron palabras y oraciones cambiando el color a los textos por el del color complementario de cada fascículo. Se usó la justificación a la derecha por ser de las más utilizadas y reconocidas por el G.O.

## clitoris Y GLÁNDULAS VAGINALES

AUNQUE NUESTROS CUERPOS TENGAN LAS  
*mismas partes*  
Y TENGAMOS MUCHO EN COMÚN,  
*todas somos diferentes.*

Esto no quiere decir que te acuestes con un chico diferente todos los días, no es esta clase de libertad, no lo estamos criticando, siempre y cuando eso te haga feliz y contribuya a tu desarrollo y plenitud.

La sexualidad libre es la que te da la libertad de ser TÚ, es donde puedes expresar todo tu potencial sin ningún temor de sentirte criticada, juzgada o castigada, ya sea por tu pareja o por ti misma, dejas de escuchar las voces de tu mente condenandote a los más horribles de los castigos.



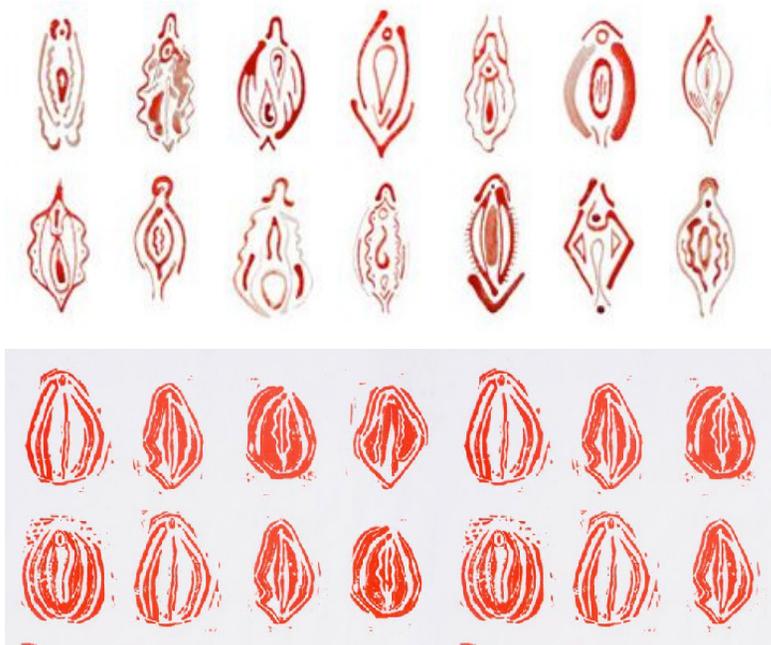


PROCESO DE BOCETAJE PARA LOS  
**ELEMENTOS GRÁFICOS**

## REFERENCIAS GRÁFICAS

### TEXTURAS

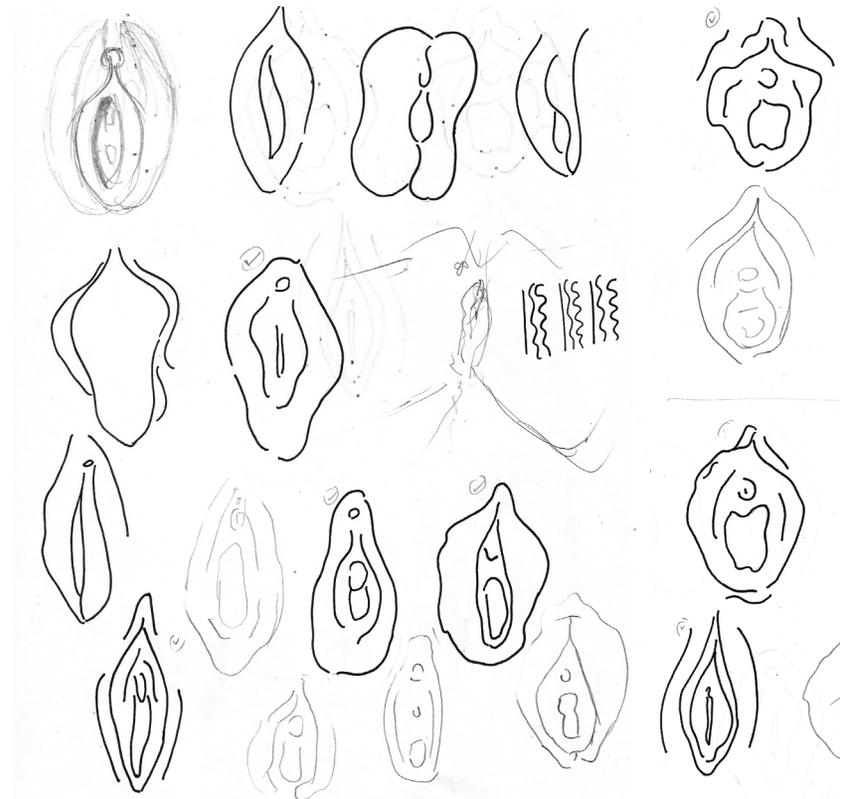
Las texturas sirven como apoyo gráfico para la diagramación del material, para crear rompimientos y dar sorpresas durante la lectura. De las referencias se tomó el hecho de que cada mujer es diferente y eso se representa también por medio de su zona íntima. Se tomaron las formas básicas de la vulva y se realizaron variaciones para diferenciarlas entre sí.



## BOCETAJE MANUAL

### TEXTURAS

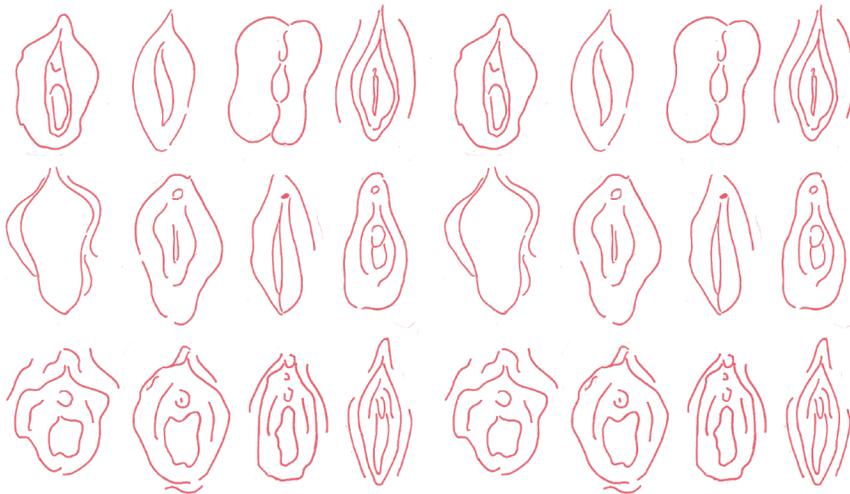
Se bocetaron diferentes formas de vulvas y se eligieron las que más se diferenciaban entre sí. Desde unas más angostas y cortas hasta otras con rasgos más pronunciados y voluminosos.



## BOCETAJE DIGITAL

### TEXTURAS

Luego se pasaron a digital y mejoró la calidad de línea al igual que se le cambió el color al del fascículo correspondiente a utilizar. Se colocaron de manera modular para cubrir toda la página que se necesitaba. Se dejó solo a base de línea ya que por ser un elemento de apoyo no debía resaltar más que el texto o las ilustraciones de los diagramas en el fascículo.



## REFERENCIAS GRÁFICAS ICONOGRAFÍA

Al igual que las texturas la iconografía tiene como objetivo acompañar el texto e identificar distintas secciones dentro del mismo. Por lo que se decidió seguir con la idea de las flores en sus diferentes etapas de florecimiento para representar como la mujer va aprendiendo más y más conforme avanza en el fascículo.

Se continuó con ilustraciones a línea, de trazo simple y fluido, tipo doodles lo cual fue lo que se rescató de las referencias.



## BOCETAJE MANUAL ICONOGRAFÍA

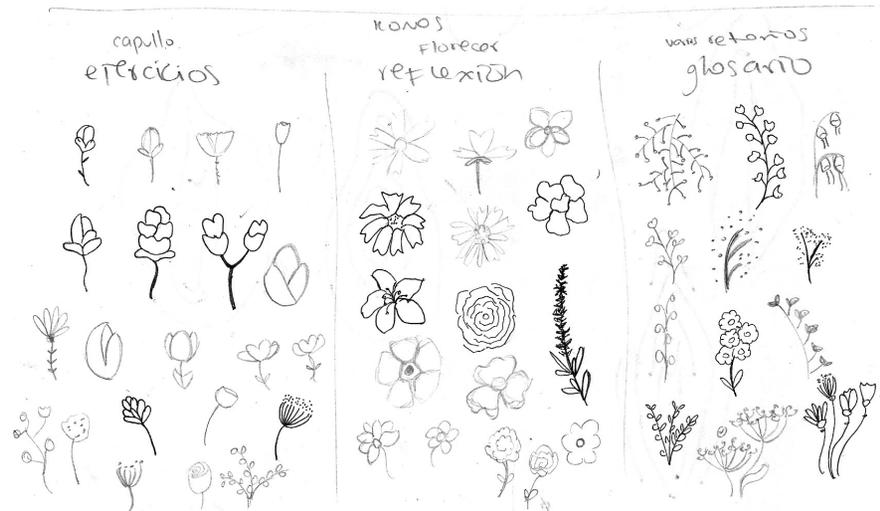
Se dividió la iconografía de la siguiente manera:

Ejercicios - capullo de la flor

Espacio de reflexión - Flor abierta

Glosario - Varias flores del mismo tipo (ramo)

Se buscó que fueran formas simple pero fáciles de entender. Estas flores se escogieron más por su apariencia que por si tienen algún aporte medicinal o es utilitaria para la salud de la mujer.



## BOCETAJE DIGITAL ICONOGRAFÍA

Ya en digital se mejoró la calidad de línea y se colorearon según el fascículo donde iban a ser utilizadas combinando tanto el color base como el complementario.



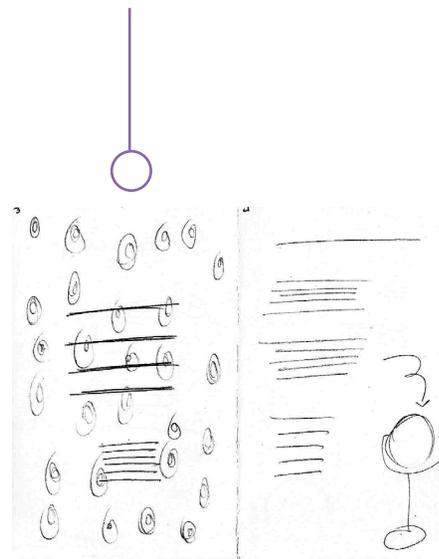
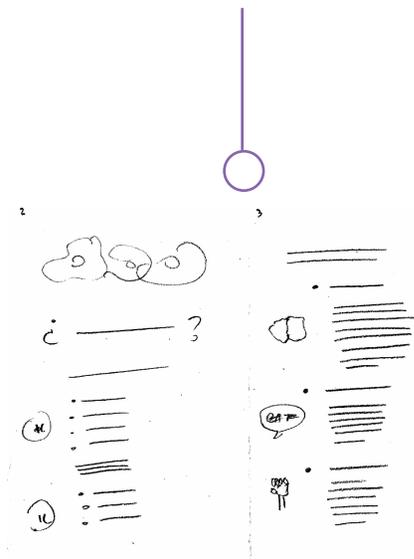


PROCESO DE BOCETAJE DE LAS  
**PIEZAS GRÁFICAS**

## ● FASCÍCULOS

Para la diagramación se eligió una retícula manuscrita por los cuerpos de texto largo y por el tamaño propuesto del material (media carta) para que se viera limpio y ordenado y facilitara la lectura de la usuaria.

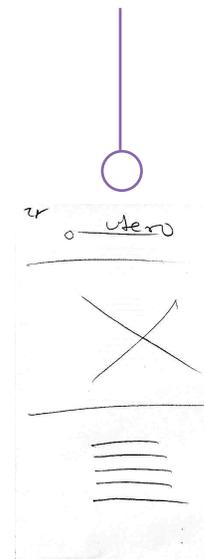
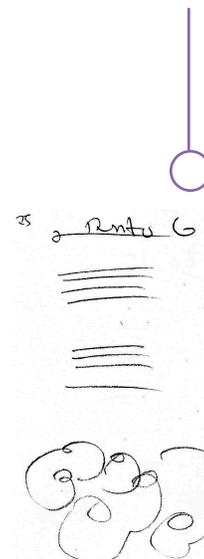
Para las páginas con rompimientos de texturas o fondo de color los textos se dispusieron en el centro de la página para no ser opacados.



## ✏ BOCETAJE MANUAL DIAGRAMACIÓN FASCÍCULOS

En algunas secciones del material donde los cuerpos de texto son cortos se agregaron las ilustraciones de apoyo (flores) en la etapa de floración correspondiente a que tan avanzado esta la lectura del material.

Los diagramas ocupan la mayoría de la página en los casos que aplican por ser representaciones importantes del texto.



# BOCETAJE DIGITAL

## DIAGRAMACIÓN FASCÍCULOS



Estas propuestas se descartaron ya que se estaba sobresaturando tanto de las ilustraciones de apoyo que llegaban al punto de interrumpir el texto. Las mismas eran demasiado sobresalientes y competían con los cuerpos de texto del material.

**3**

¿Qué es una sexualidad...?  
*sana*

Para que podamos reconocer si algo es sano, basta con contestar las siguientes preguntas:

¿Me hace *feliz*?  
¿Me hace *mejor* persona?  
¿Estoy siendo *'yo'* en esta relación?  
¿Me siento *respetada* y *amada*?

Si la respuesta es Sí en todas, estas en una relación sana, y por último,

¿Estoy *lastimando* a alguien?

Si la respuesta es No.

Estás dentro de una relación sana.

*¡Felicidades!*

**8**

Una sexualidad sana, consciente y libre se da cuando *trabajas en ello de manera individual* para luego disfrutarla en pareja. En ella la represión, la crítica, el miedo, la culpa, la vergüenza no tiene cabida. Solo se puede alimentar con risas, juegos de seducción, caricias, admiración, motivación, complicidad, curiosidad mucha curiosidad de conocer el cuerpo del otro y enseñarle el tuyo.

*El deseo sexual es el más fuerte de todos* los deseos humanos porque nos da la vida, nos llena de energía, que sana siempre y cuando sea del buen sexo y no del tóxico, por lo que al igual que cuidas de tu alimentación cuida de la calidad del sexo que practicas.

Julissa Contreras  
Coach y master en PNL  
Arquitecta y A'q'ij Maya  
lissacv@gmail.com



Se bajó la opacidad de las flores a un 40% al igual que solo se colocaron en la parte inferior de la página para no interrumpir el texto, a excepciones de las ocasiones donde el cuerpo de texto es corto y la página se ve demasiado vacía.

**3**

¿QUÉ ES UNA *sexualidad sana*?

Para que podamos reconocer si algo es sano, basta con contestar las siguientes preguntas:

¿Me hace *feliz*?  
¿Me hace *mejor* persona?  
¿Estoy siendo *'yo'* en esta relación?  
¿Me siento *respetada* y *amada*?

Si la respuesta es Sí en todas, estas en una relación sana, y por último,

¿Estoy *lastimando* a alguien?

Si la respuesta es No.

Estás dentro de una relación sana.

*¡Felicidades!*

**8**

Una sexualidad sana, consciente y libre se da cuando *trabajas en ello de manera individual* para luego disfrutarla en pareja. En ella la represión, la crítica, el miedo, la culpa, la vergüenza no tiene cabida. Solo se puede alimentar con risas, juegos de seducción, caricias, admiración, motivación, complicidad, curiosidad mucha curiosidad de conocer el cuerpo del otro y enseñarle el tuyo.

*El deseo sexual es el más fuerte de todos* los deseos humanos porque nos da la vida, nos llena de energía, que sana siempre y cuando sea del buen sexo y no del tóxico, por lo que al igual que cuidas de tu alimentación cuida de la calidad del sexo que practicas.

Julissa Contreras  
Coach y master en PNL  
Arquitecta y A'q'ij Maya  
lissacv@gmail.com

# ★ PROPUESTA FINAL

## DIAGRAMACIÓN FASCÍCULOS

Para la propuesta elegida además de los cambios explicados con anterioridad se decidió también realizar la diagramación de los fascículos tipo espejo y a doble página para facilitar la lectura y ahorrar material en la impresión del mismo. Los colores que se manejan únicamente son los de la paleta correspondiente a cada fascículo y sus respectivos colores complementarios, el negro no fue utilizado por ser un color demasiado pesado y ya que rompía la armonía del material.

4

### ¿QUÉ ES UNA sexualidad sana?

Para que podamos reconocer si algo es sano, basta con contestar las siguientes preguntas:

- ¿Me hace feliz?
- ¿Me hace mejor persona?
- ¿Estoy siendo 'yo' en esta relación?
- ¿Me siento respetada y amada?

Si la respuesta es Sí en todas, estas en una relación sana, y por último,

¿Estoy lastimando a alguien?

Si la respuesta es No.

Estás dentro de una relación sana.

¡Felicidades!



5 30

Al igual que la comida hay sexo tóxico, este es muy fácil de detectar siendo la principal característica la falta de respeto, disfrazada de muchas formas, por ejemplo:

#### Abuso psicológico

Se da con comentarios, muchas veces sutiles, que atentan con el amor propio, críticas a la forma de vestir, hablar, pensar, actuar, con el objetivo de manipular y crear culpa. En la intimidad la agresión psicológica en ocasiones va dirigido a influenciar a la pareja para que haga actos con los que no se siente cómoda ni disfruta.

#### Abuso verbal

Es cuando el comentario deja de ser sutil y pasa a ser un insulto directo y claro, haciendo creer a la pareja que quien agrede tiene razón, mucha mujeres víctimas de esta clase de agresión llegan a creer que su pareja tiene razón en agredirlas.

#### Abuso físico

Esta es la última etapa de los abusos, aquí ya hay maltrato en los tres niveles. En el acto sexual el respeto es nulo, no hay estímulo ni juegos previos, ni risas, ni besos.



El área de reflexión se dividió del de ejercicios con un recuadro de color para distinguir a ambas secciones al igual que su uso correspondiente de iconografías.

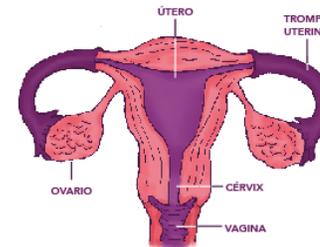


21

### EL útero

El útero es un órgano muscular hueco ubicado entre la vejiga y el recto. Mide entre 7 y 12 centímetros de longitud y su forma se asemeja a la de una pera pequeña invertida.

Está formado por dos partes principales: el cuerpo del útero y la cérvix. Desde la pubertad hasta la menopausia el endometrio se forma todos los meses, para dar ayuda nutritiva al huevo fertilizado. Si este no es fertilizado, es expulsado. Esto se conoce como menstruación.



### ejercicio 1

Conoce tu vagina a través de estos pasos:

Siéntate con tus piernas abiertas al menos a una palma de distancia. Vas a necesitar la ayuda de tu espejo.

Empieza por explorar la parte externa de tu vagina. Toca y explora sus bordes. Seguramente en este momento no es tan fácil de encontrar el canal. Esto es normal, ya que no la estás estimulando.

### reflexiona

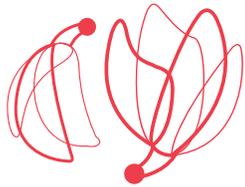
- ¿Cuál es el color que tiene a su alrededor?
- ¿Sabes más o menos cual es su tamaño?



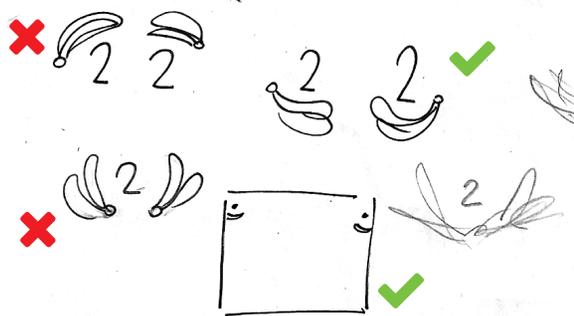
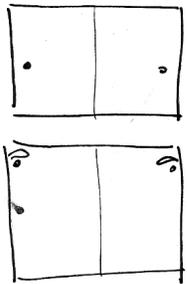
## BOCETAJE MANUAL NUMERACIÓN DE PÁGINAS

Para la numeración de las páginas se tomó como referencia el isotipo de Guatemala Menstruante y se seccionó para probar distintas composiciones con el mismo.

Tomando en cuenta la diagramación de los textos e ilustraciones de los fascículos el mejor lugar para colocar la numeración de página era en la parte superior de la misma por contar con bastante espacio en blanco.



Isotipo de Guatemala Menstruante



## BOCETAJE DIGITAL NUMERACIÓN DE PÁGINAS

Luego de elegir la composición más favorable se estableció el color que tendrían según el fascículo donde estarían colocadas.

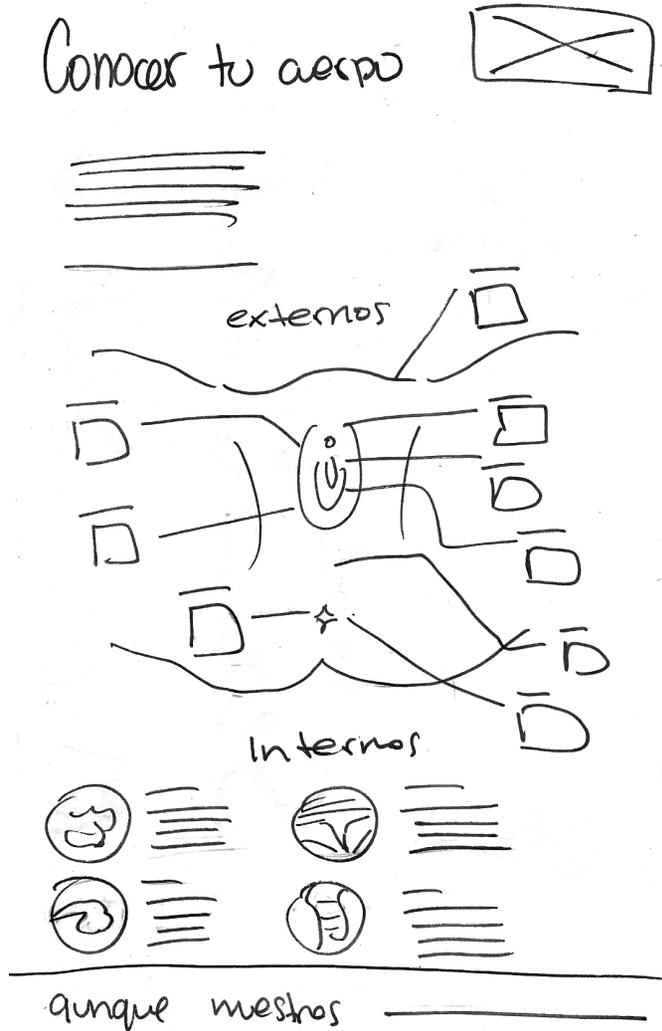
(El tamaño que se muestra es al 100% de la escala.)



# ● INFOGRAFÍA

# ✏ BOCETAJE MANUAL

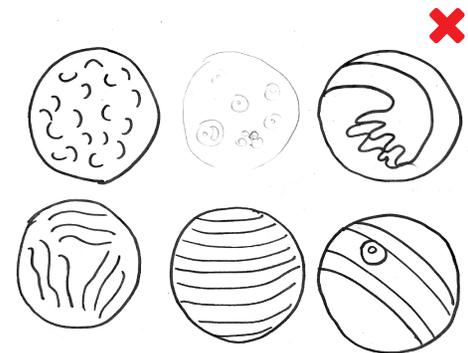
## INFOGRAFÍA FASCÍCULO 2



Lo que se buscó destacar en las infografías son los diagramas correspondientes a cada fascículo. La información correspondiente a cada parte se colocó alrededor de la imagen para evitar lo más posible que no interfiriera con la ilustración.

El título principal también se colocó al principio de la infografía para identificar de que se está hablando con facilidad.

Para las ilustraciones secundarias se realizaron las texturas de los órganos en lugar de mostrar el diagrama en su totalidad. Esto para no robar protagonismo a la ilustración principal de la infografía.



## BOCETAJE DIGITAL INFOGRAFÍA FASCÍCULO 2

Se estableció esta propuesta de infografía con los colores correspondientes de su fascículo. La infografía está dividida en distintas secciones, el título e introducción, la ilustración principal que es la de mayor tamaño y está al centro de la infografía, las ilustraciones secundarias y una frase del fascículo correspondiente como cierre.

También se agregaron las flores de apoyo al principio y al final de la pieza para recalcar la acción de "florecer" por medio de conocerse más así misma.

**GUATEMALA menstruante**

### Conocer TU CUERPO ES crear TU PROPIA revolución

Recuerda que todo tu cuerpo está lleno de terminaciones nerviosas que transmiten las señales de placer y dolor al cerebro.

Los órganos genitales se dividen en externos e internos.

#### Externos

- LABIOS MAYORES**: Son dos pliegues carnosos y su cara externa está cubierta de vello.
- LABIOS MENORES**: Ubicados dentro de los labios mayores son más pequeños y delicados.
- ENTRADA VAGINAL**: Es el canal que conecta la vulva y los órganos internos.
- GLÁNDULAS VAGINALES**: Segregan un líquido que reduce la acidez natural de la vagina.
- MONTE DE VENUS**: Tejido graso blando ubicado sobre la pelvis que protegen los genitales internos.
- CLÍTORIS**: Su único propósito es darte placer y contiene 8,000 terminaciones nerviosas.
- URETRA**: Es el canal conductor de la orina.
- PERINEO**: Es un tejido de músculos, que sostienen los órganos de la cavidad pélvica.
- ANO**: Orificio de abertura hacia el exterior, a través del cual se libera la materia fecal.

#### Internos

- OVARIOS**: Son dos órganos con forma de almendra, ubicados sobre el final de ambas trompas uterinas. Su función es generar óvulos.
- TROMPAS UTERINAS**: Son dos conductos que se extienden desde cada ovario hasta el útero y son el escenario donde se produce la fertilización.
- ÚTERO**: Es un órgano muscular hueco ubicado entre la vejiga y el recto. Su forma se asemeja a la de una pera pequeña invertida. Aquí se deposita el óvulo fecundado y tiene lugar el embarazo.
- VAGINA**: Es un conducto cilíndrico hasta el cuello del útero. Sus paredes están formadas por músculos y cubiertas por mucosa.

AUNQUE NUESTROS CUERPOS TENGAN LAS *mismas partes* Y TENGAMOS MUCHO EN COMÚN, *todas somos diferentes.*

## ● POSTS DE FACEBOOK



## ✏ BOCETAJE MANUAL POSTS DE FACEBOOK

Para los posts de Facebook se buscó que la campaña de expectativa fuera interactiva con las usuarias. Por lo que se realizaron 3 tipos de posts:

1. Posts con cuestionantes
2. Posts con afirmaciones
3. Posts de conteo

Los posts con cuestionantes tienen preguntas de cultura general sobre la salud sexual de la mujer, para que las usuarias se den cuenta de que tanto conocen sobre su propio cuerpo.

Los posts con afirmaciones buscan recordar a la mujer de distintas situaciones o realidades sobre su sexualidad.

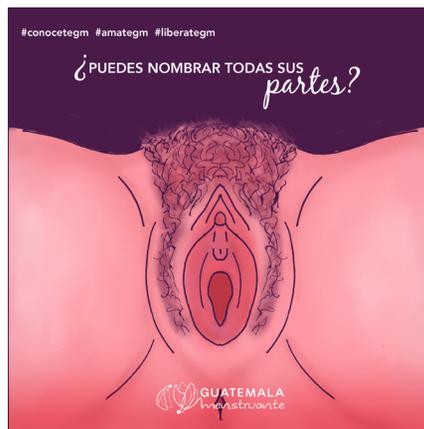
Y los posts de conteo son para anunciar que próximamente se dará a conocer el proyecto en redes sociales según la planificación y estrategia de medios presentada con anterioridad.

## BOCETAJE DIGITAL POSTS DE FACEBOOK

Se realizó uno de cada tipo de post por fascículo junto con su paleta de color e ilustraciones correspondientes para dar un total de 12 posts para su publicación en Facebook.

Posts con cuestionantes

Posts de conteo



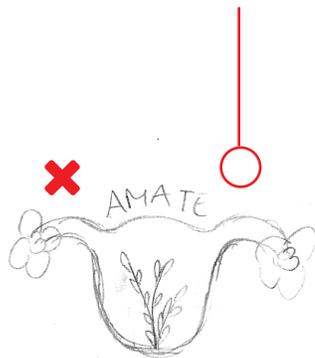
Posts con afirmaciones



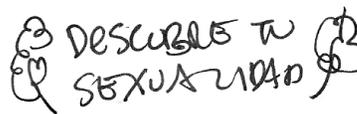
## STICKERS

## BOCETAJE MANUAL STICKERS

Se había pensado en unir las ilustraciones de diagramas y flores de manera más sencilla pero desentonaba con el resto del material por lo que se descartó la propuesta.



Para los stickers se utilizaron palabras o frases claves de los fascículos para ligarlos con el resto de piezas al igual como recordatorio de lo aprendido en las mismas. Se realizaron composiciones con las flores usadas de iconografía para darles un mayor uso y se utilizaron las tipografías ya elegidas.



## BOCETAJE DIGITAL STICKERS



Ya en digital se colorearon los stickers con las diferentes paletas de colores para mostrar diversidad dentro de los stickers al igual que crear armonía dentro de cada composición realizada.



**11.1**

**PROPUESTA  
PRELIMINAR**  
PRIMERA FASE DE VALIDACIÓN

**FASCÍCULOS**  
PROPUESTA PRELIMINAR



**Especificaciones técnicas**

**Dimensiones:** 5.5 x 8.5 pulgadas

**Soporte:** Portada - Husky 100 grms.

Interior - Bond 120grms.

**Modo de color:** CMYK



FASCÍCULO 2 - CONOCIENDO TU CUERPO



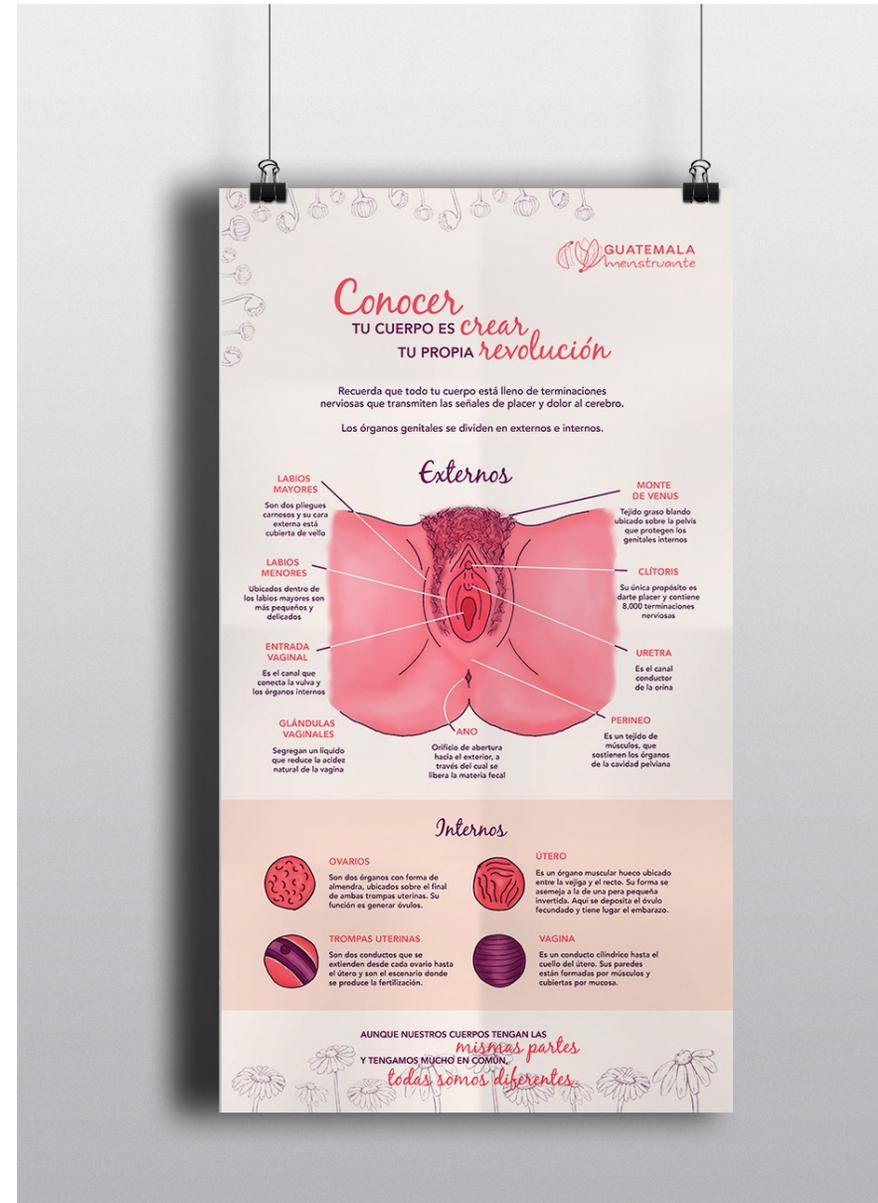
**● INFOGRAFÍA FASCÍCULO 2**  
**PROPUESTA PRELIMINAR**

**Especificaciones técnicas**

**Dimensiones:** 11 x 20 pulgadas

**Soporte:** Couche 100 grms.

**Modo de color:** CMYK



# POSTS FACEBOOK PROPUESTA PRELIMINAR

## Especificaciones técnicas

**Dimensiones:** 1000 x 1000 px.

**Soporte:** Digital - redes sociales

**Modo de color:** RGB



**● STICKERS**  
**PROPUESTA PRELIMINAR**



**Especificaciones técnicas**

**Dimensiones:** Dispuestas en una hoja media carta

**Soporte:** Adhesivo brillante

**Modo de color:** CMYK





12

**VALIDACIÓN TÉCNICA**  
DEL DISEÑO PRELIMINAR, PRIMERA FASE

## PROCESO DE VALIDACIÓN PRIMERA FASE

Se tomo la decisión de validar los primeros dos fascículos para determinar las fortalezas y debilidades del diseño para luego implementar los cambios en los siguientes fascículos y piezas.

En esta sección se presentan los resultados obtenidos por medio del proceso de validación primera fase realizado a la propuesta preliminar previamente presentada. Este va enfocado a distintos perfiles relacionados con el proyecto; se consideraron a expertos en el tema, expertos en diseño y al grupo objetivo ya presentado con anterioridad. De acuerdo a estos resultados se realizó una serie de gráficas tabuladas para decidir los cambios necesarios a realizar en el material. Se presenta a continuación el proceso que se realizó con cada uno de los grupos seleccionados:

El proceso de validación consistió en realizar una serie de preguntas a los 3 grupos donde cada uno de ellos determina los aspectos que se deben tomar en cuenta para realizar los cambios correspondientes.

**Grupo objetivo:** se consultó a 25 mujeres jóvenes, el proceso consistió en presentarles la propuesta gráfica digitalmente para que después contestaran una serie de preguntas calificando el material, en bases sus gustos y experiencias previas con el tema.

**Expertos en el Tema:** se aplicó el instrumento de validación a 7 expertas, en este caso doctoras graduadas o en sus últimos años de universidad quienes respondieron de acuerdo con sus conocimientos científicos y técnicos.

El objetivo de la validación era para mejorar el material desde el aporte de su perspectiva y conocimiento. Sobre todo que contestaran de acuerdo con su opinión profesional.

Se realizó la validación a las siguientes profesionales:

- **Rossana Amado**, Médica y cirujana
- **Lucia velasquez**, Médica
- **Aura Mendoza**, Estudiante de medicina
- **Karen Calderón**, Médica
- **Crystal Serrano**, Estudiante de medicina
- **Giselle Yanci**, Médica
- **Gaby marroquin**, Enfermera

**Expertos en Diseño:** se consultó a 6 expertas, en este caso diseñadoras graduadas quienes respondieron de acuerdo con sus conocimientos en diseño.

Se realizó la encuesta a las siguientes profesionales:

- **María Fernanda Orozco**, Diseñadora Gráfica
- **Sandy Rodríguez**, Diseñadora Gráfica e Ilustradora.
- **Cinthia Sánchez**, Diseñadora Gráfica, especializada en fotografía y marketing.
- **Emily Veliz**, Diseñadora Gráfica
- **Cindy Massiel Estrada Pineda**, Diseñadora Gráfica, Realizadora Audiovisual
- **Inés de León Valdeavellano**, Diseñadora y Docente.

## CONFRONTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS PRIMERA FASE

VER ANEXO 9

A continuación se presenta la confrontación de resultados obtenidos de los 3 grupos seleccionados. Estos se dividen de acuerdo con el desarrollo de elementos de diseño y piezas gráficas del proyecto. Este proceso ayudará a evaluar los aspectos que deben mejorar al material realizado; logran que se cumplan de la mejor manera los objetivos planteados del proyecto.

### CONCEPTO

El 100% de de los encuestados (de los 3 grupos) consideraron que el concepto se representaba en todas las piezas y que era funcional para transmitir el mensaje deseado.

### FORMATO

En general las encuestadas consideraron que el tamaño propuesto para el material es adecuado, fácil de manejar y utilizar. Tanto el 100% de las expertas en el tema como de diseño lo vieron de esta manera, mientras en el grupo objetivo fue el 92%.

### MANEJO DE LA INFORMACIÓN

En este rubro se evaluó la cantidad y calidad de la información de los fascículos ya que tuvieron que realizarse cambios de redacción y tono para dirigirse a la lectora. De acuerdo a las expertas en el tema un 57.1% consideraba hay suficiente información, tanto la calidad como cantidad es la adecuada, mientras un 28.6% consideraba que la información estaba incompleta y debían abordarse más temáticas. Mientras un 83.3% de las expertas en diseño consideran que hay suficiente información y un 88% del grupo objetivo considera que es fácil de entender, está muy bien resumido por lo que no hay problemas con la información al igual que un 96% encuentra que el tipo de lenguaje de los fascículos es el adecuado; es agradable y me siento identificada con el mismo.

### DIAGRAMACIÓN

Para las expertas en diseño la encuesta se dividió en un 50% que consideraba que la diagramación del material es acertada y funcional para la legibilidad y seguimiento de la lectura y el otro 50% en que es repetitivo lo cual lo vuelve tedioso de leer, y podrían haber más variaciones de diagramación. Las expertas en el tema y el grupo



objetivo consideran que la diagramación es la adecuada y funcional.

## TIPOGRAFÍA

Para los textos y su legibilidad 71.4% de las expertas en el tema consideran que la elección de tipo de letras es adecuada, son legibles y se asocian con la temática y el grupo objetivo. El 100% de las expertas en diseño concuerdan con esa descripción al igual que 88% de las encuestadas del grupo objetivo a excepción de un comentario que sugiere de tener cuidado con algunas composiciones tipográficas porque pueden llegar a verse desordenadas.

## PALETA DE COLOR

A el 100% de las encuestadas (de los 3 grupos) consideran que las paletas de color son adecuadas, agradables a la vista y se relacionan con la temática de educación sexual.

Respecto a manejar una paleta de color diferente para cada fascículo un 90% de las encuestadas (de los 3 grupos) lo ven como una manera atractiva de presentar el material, facilita identificación de cada fascículo y aporta bastante al material y el restante 10% consideran

que podría ser confuso manejar tantas paletas de color porque podría ser demasiado.

## ILUSTRACIÓN

Las ilustraciones principales relacionadas con la temática (diagramas) fueron consideradas por un 75% de las encuestas (de los 3 grupos) que el estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.

Las ilustraciones de apoyo relacionadas con el concepto (flores) fueron bien recibidas por las encuestadas (de los 3 grupos) donde un promedio del 87% consideran que dan un aporte fundamental a la propuesta y se relacionan perfectamente con el concepto.

Las ilustraciones de portada relacionadas con el grupo objetivo (diferentes tipos de mujeres) tuvieron una recepción menor a comparación de los dos estilos antes descritos ya que a pesar de ser atractivas las expertas en diseño dividieron su opinión en un 50% donde consideran que son funcionales y son un aporte fundamental a la propuesta y el otro 50% que son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo

objetivo o contenido del material y que el estilo puede mejorar.

Ya que según comentarios de las expertas carecen de detalle a comparación de los otros estilos de ilustración. El grupo objetivo las encontró atractivas en su mayoría pero según algunos comentarios hace falta más expresividad en las poses o expresiones más dinámicas de los personajes de portada.

## PIEZAS GRÁFICAS

En cuanto a la infografía un promedio del 90% de las encuestadas (de los 3 grupos) consideran que muestra coherencia con el resto de piezas que se ha trabajado, la información está bien resumida y redactada para el público que va dirigida, hay jerarquías y las gráficas apoyan de gran manera la información. Solo de tener cuidado que los textos interrumpen las imágenes para no perder legibilidad de los mismos.

Se dieron los mismos resultados para los posts de Facebook donde un 93% de los expertos del tema y de diseño consideran la información interesante y que aporta para educar sobre sexualidad femenina. Mientras el 68%

del grupo objetivo también lo consideran información importante y que las motiva a conocer más sobre el tema y un 68% estaría dispuesto a compartirlo en Facebook por estas mismas razones.

Solo algunos comentarios en que el mensaje a transmitir por medio de los posts sea más variado como finalidad de atraer más usuarias, al igual de tener cuidado con las ilustraciones de diagramas a utilizar por las reglas de censura y convivencia que maneja Facebook.

Y por último el material promocional (stickers) tuvo diferentes respuestas; un 71.4% de las expertas en el tema los consideran atractivos y una buena manera de atraer al grupo objetivo para la compra del material, mientras solo 50% de las expertas en diseño comparten esa opinión, el 33% dicen que podrían mejorar en cuanto a ser más atractivos o amigables para el grupo objetivo y de este último grupo al 60% les parecen atractivos y estarían interesadas en adquirirlos mientras un 32% los encuentran atractivos pero no les interesaría comprarlos.

Algunos de los comentarios sobre que debería mejorarse de estas piezas son por parte de las expertas de diseño



es que debería de jugarse con más ilustraciones y combinaciones tipográficas; el grupo objetivo dijo que estaría más interesado en adquirir un sticker de una ilustración que de un texto o frase ya que serían más llamativos y así se verían atraídas por la ilustración.

## TABLA DE VALIDACIÓN DE CAMBIOS PRIMERA FASE

Para determinar los cambios a realizar en las piezas del proyecto, se realizó una tabla de validación, que evaluó los resultados de la percepción general de los criterios más importantes establecidos por cada grupo.

Teniendo en cuenta que se querían evaluar elementos específicos de la propuesta preliminar se dividió de la siguiente manera; formato, diagramación, tipografía, paleta de color, ilustraciones (los 3 estilos) y las piezas gráficas en sí.

En la siguiente tabla se pueden observar los resultados positivos y negativos de cada elemento, que luego se tomaron en cuenta para establecer las piezas y elementos que necesitaban de un mayor trabajo para iniciar un nuevo proceso de bocetaje y re-diseño de los mismos para llegar a la propuesta final. Se manejó una guía de tres colores con el siguiente significado:

- Es ideal
- Puede mejorar
- Necesita cambios

ELEMENTO GRÁFICO	EXPERTOS TEMA	EXPERTOS DISEÑO	GRUPO OBJETIVO
Formato	●	●	●
Diagramación	●	●	●
Tipografía	●	●	●
Titulares	●	●	●
Paleta de color	●	●	●
Ilus. Diagramas	●	●	●
Ilus. Flores	●	●	●
Ilus. Portadas	●	●	●
Fascículos	●	●	●
Infografías	●	●	●
Redes Sociales	●	●	●
Stickers	●	●	●

Aunque la propuesta preliminar tuvo una respuesta positiva en su mayoría, se observaron mayores problemas en las ilustraciones de portada y stickers respecto a que no se lograban asociar con el resto de la línea gráfica fácilmente.

Por lo que tomando en cuenta estos resultados se decidió realizar modificaciones según sugerencias de los expertos en diseño y grupo objetivo para lograr una línea gráfica más unificada.





**12.1**

**CAMBIOS DE  
VALIDACIÓN**  
PRIMERA FASE

## PORTADAS FASCÍCULOS 1 Y 2 CAMBIOS DE VALIDACIÓN



### Antes

- Los expertos en diseño sugirieron integrar más el estilo de ilustración de portadas con los del resto del material, al igual que se implementaran poses y expresiones más dinámicas para connotar aún más la diversidad de mujeres en Guatemala.



### Después

- Se cambió el estilo de ilustración de portadas por una más realista a base de líneas y secciones a color, implementando diferentes poses y expresiones. También se volvió a diagramar las flores y textos de portada para acoplarse a esta nueva propuesta.

# DIAGRAMACIÓN FASCÍCULOS 1 Y 2

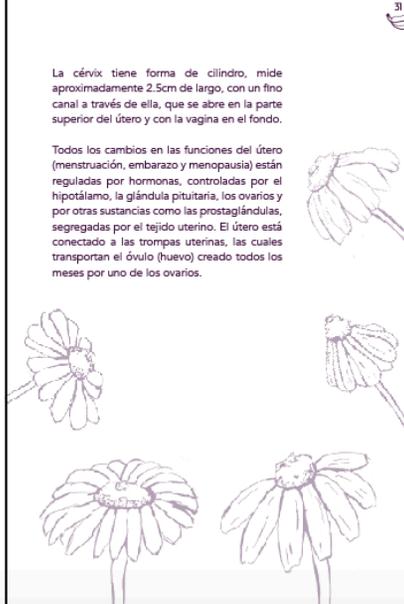
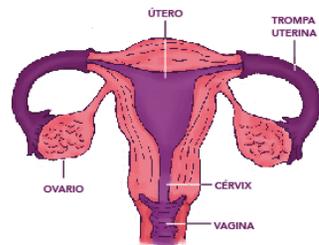
## CAMBIOS DE VALIDACIÓN

30

### EL útero

El útero es un órgano muscular hueco ubicado entre la vejiga y el recto. Mide entre 7 y 12 centímetros de longitud y su forma se asemeja a la de una pera pequeña invertida.

Está formado por dos partes principales: el cuerpo del útero y la cérvix. Desde la pubertad hasta la menopausia el endometrio se forma todos los meses, para dar ayuda nutritiva al huevo fertilizado. Si este no es fertilizado, es expulsado. Esto se conoce como menstruación.



31

La cérvix tiene forma de cilindro, mide aproximadamente 2.5cm de largo, con un fino canal a través de ella, que se abre en la parte superior del útero y con la vagina en el fondo.

Todos los cambios en las funciones del útero (menstruación, embarazo y menopausia) están regulados por hormonas, controladas por el hipotálamo, la glándula pituitaria, los ovarios y por otras sustancias como las prostaglandinas, segregadas por el tejido uterino. El útero está conectado a las trompas uterinas, las cuales transportan el óvulo (huevo) creado todos los meses por uno de los ovarios.

58

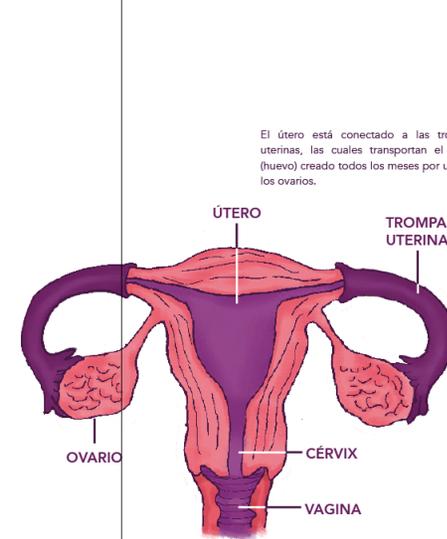
### EL útero

El útero es un órgano muscular hueco ubicado entre la vejiga y el recto. Mide entre 7 y 12 centímetros de longitud y su forma se asemeja a la de una pera pequeña invertida.

Está formado por dos partes principales: el cuerpo del útero y la cérvix. Desde la pubertad hasta la menopausia el endometrio se forma todos los meses, para dar ayuda nutritiva al huevo fertilizado. Si este no es fertilizado, es expulsado. Esto se conoce como menstruación.

La cérvix tiene forma de cilindro, mide aproximadamente 2.5cm de largo, con un fino canal a través de ella, que se abre en la parte superior del útero y con la vagina en el fondo.

Todos los cambios en las funciones del útero (menstruación, embarazo y menopausia) están regulados por hormonas, controladas por el hipotálamo, la glándula pituitaria, los ovarios y por otras sustancias como las prostaglandinas, segregadas por el tejido uterino.



59

El útero está conectado a las trompas uterinas, las cuales transportan el óvulo (huevo) creado todos los meses por uno de los ovarios.

### Antes

- Los expertos en diseño comentaron que la diagramación en general de los fascículos llegaba a ser un tanto tediosa conforme se avanzaba en el material y que no se estaba aprovechando de la mejor manera las ilustraciones de diagramas.

### Después

- Por lo que se cambió la diagramación a una que integre el texto con la ilustración, la cual también se le aumentó el tamaño para aprovechar más el formato al igual que destacar más la ilustración.

# DIAGRAMACIÓN FASCÍCULOS 1 Y 2

## CAMBIOS DE VALIDACIÓN

20

### LA vagina

La vagina es el canal que conecta la vulva y los órganos internos. Tiene entre 7 y 12 centímetros de longitud. Sus paredes están formadas por músculos y cubiertas por mucosa, lo que la hace muy elástica y apta para la lubricación.

Durante las fases iniciales de la excitación sexual, las paredes de la vagina son atravesadas por un fluido incoloro, generado por filtrado de sangre, que aportan humedad para la lubricación y facilitan la penetración.

Aunque tiene un tamaño regular, se puede expandir hasta 200% según la estimulación y el objeto estimulante.



21

### ejercicio 1

Conoce tu vagina a través de estos pasos:

Siéntate con tus piernas abiertas al menos a una palma de distancia. Vas a necesitar la ayuda de tu espejo.

Empieza por explorar la parte externa de tu vagina. Toca y explora sus bordes. Seguramente en este momento no es tan fácil de encontrar el canal. Esto es normal, ya que no la estás estimulando.

### reflexiona

¿Cuál es el color que tiene a su alrededor?  
¿Sabes más o menos cual es su tamaño?



24

### ejercicio 1

Es mejor si estás sentada, aunque cualquier posición está bien mientras tus piernas estén separadas al menos una mano de distancia.

Vamos a empezar por explorar en dónde inician y dónde terminan.

Selecciona dos dedos y "camina" por encima de ellos con las yemas tocando suavemente. Tu eliges la velocidad y presión que ejerces.

Pueden ser pasos firmes como marchando o suaves como deslizándose.



### reflexiona

¿Cuántos pasos necesitas para atravesarlos?  
¿Qué sensaciones experimentaste?  
¿Hay lugares más sensibles que otros?  
¿Prefieres tardar en el recorrido o pasar con rapidez?



### Antes

- Continuando con la misma sugerencia por parte de expertos en diseño que también hicieron comentarios respecto a las secciones de ejercicio y reflexión las cuales no se lograban diferenciar tanto del apartado de lectura.

### Después

- Se separó la sección de ejercicios y reflexión del apartado de lectura para que tuvieran más presencia en los fascículos. se volvió a diagramar estas secciones ya con un mayor uso de espacio e ilustraciones de apoyo.





**Después**

- También se hizo la inclusión de una portadilla para esta sección y así dar a entender a la lectora que a continuación se presenta el apartado de ejercicios según lo aprendido en el área de lectura.

# INFOGRAFÍA FASCÍCULO 2

## CAMBIOS DE VALIDACIÓN



### Antes

- Según un comentario de experto de diseño el logo a un costado no se veía estético
- Y la legibilidad de la frase final era interrumpida por las flores de fondo.



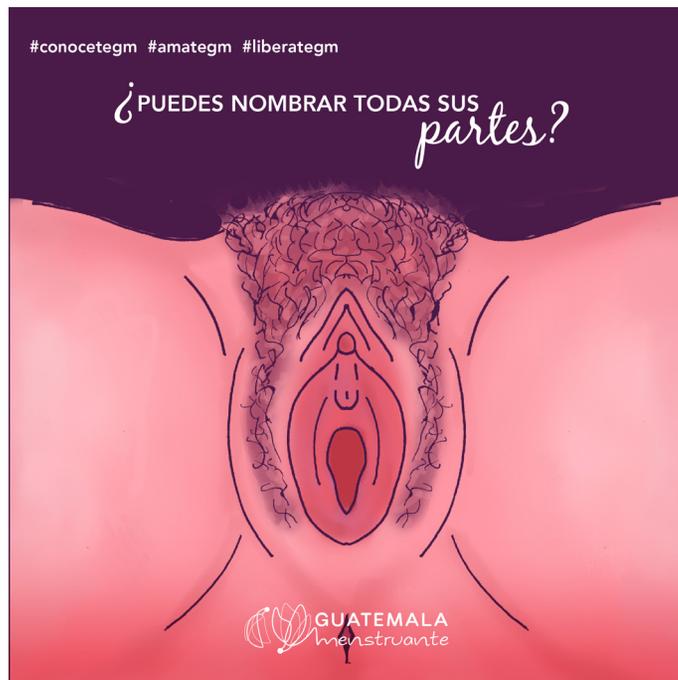
### Después

- Se dejó más espacio en la parte superior para colocar en logo al centro y lo separara del resto del contenido.
- Y se eliminaron las flores que estaban detrás de la frase final para mejorar su legibilidad.



## POSTS REDES SOCIALES

### CAMBIOS DE VALIDACIÓN



#### Antes

- Según comentarios del grupo objetivo se debía tener en cuenta las normas de convivencia y censura en Facebook para evitar que eliminen la publicación.



#### Después

- Se cambió la ilustración de diagrama por una menos explícita pero que también funciona para la pregunta que plantea el post.



**Antes**

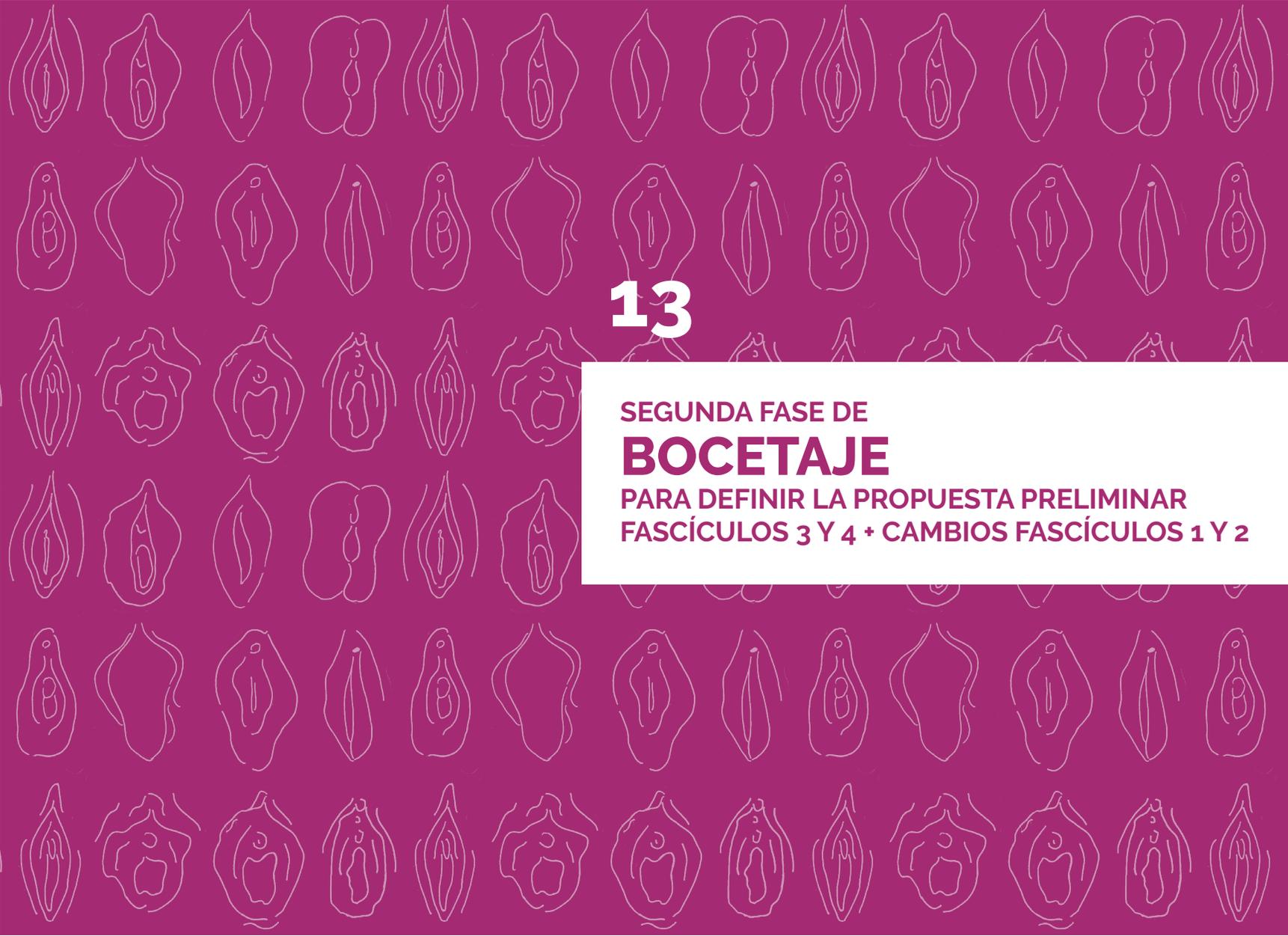
- Los posts de conteo utilizaban las antiguas propuestas de ilustración de portada.



**Después**

- Se cambiaron las ilustraciones por las nuevas propuestas de ilustración de portada al igual que se volvió a distribuir la información del post.





**13**

SEGUNDA FASE DE  
**BOCETAJE**

PARA DEFINIR LA PROPUESTA PRELIMINAR  
FASCÍCULOS 3 Y 4 + CAMBIOS FASCÍCULOS 1 Y 2



PROCESO DE BOCETAJE PARA  
**ILUSTRACIONES**

## REFERENCIAS GRÁFICAS

### FLOR DE ROSA DE JAMAICA - FASCÍCULO 3

Para cada fascículo se bocetó una especie de flor medicinal distinta que según sus beneficios y usos para la salud de la mujer al igual que su forma connotan distintos sentimientos y acciones.

Para el fascículo III (La Menstruación) se eligió la flor rosa de jamaica por ser una planta con efecto diurético, la cual ayuda a la expulsión de líquidos, esto se asocia con la menstruación pues durante la misma se lleva a cabo una expulsión de sangre por parte del cuerpo; y así como se expulsan líquidos se vuelven a recuperar con el tiempo lo que lo vuelve un ciclo al igual que el ciclo menstrual siendo esta la temática de este fascículo.



Ya que las flores comparten muchos rasgos generales entre sí se decidió apegarse lo más posible a las referencias de flores reales o ilustraciones botánicas / científicas de las mismas para encontrar esos rasgos que diferencian a una especie de la otra y sean más fácil de identificar.



*Hibiscus sabdariffa* L.



*Hibiscus sabdariffa*  
(Roselle)



## BOCETAJE MANUAL

### FLOR DE ROSA DE JAMAICA - FASCÍCULO 3

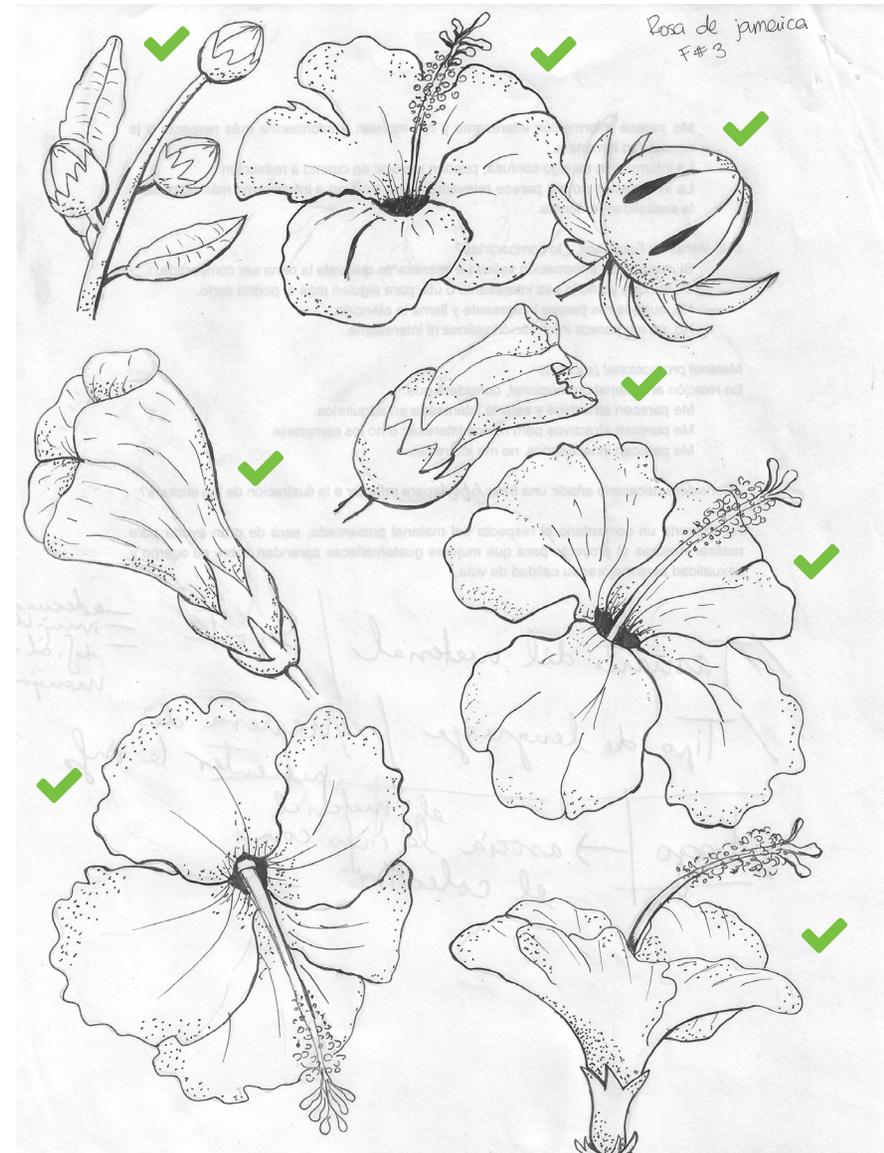
La flor de rosa de jamaica se muestra como una flor formada con cinco pétalos con forma cónica, asemejando una pequeña amapola y abundantes de un color rojo; según su tipo de cultivo puede tener tallos muy ramificados o un tallo sin ramas con espinas y ambos con hojas largas alternas al tallo y las flores.



Se buscó destacar el tamaño y particularidad de los pétalos de la flor al igual que la forma en como se abren, así como su peculiar centro.



Como parte del concepto se bocetaron las distintas etapas en las que la flor va floreciendo y cambiando de estado; de como se forma el botón de la flor hasta que está completamente abierta.



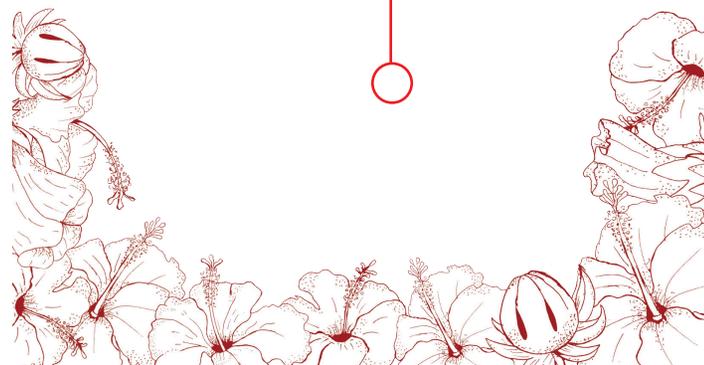
## BOCETAJE DIGITAL

### FLOR DE ROSA DE JAMAICA - FASCÍCULO 3

Ya en digital se retocó la calidad de línea, se quitó la suciedad y ruido de la imagen escaneada, evitando alterar la imagen. Se agregó color a la línea de las ilustraciones y se crearon composiciones para utilizar de pie de página en los fascículos alternando las distintas etapas de floración entre sí para mostrar una línea narrativa del proceso que tuvo la flor para cambiar de estado y florecer.



Ya para el acompañamiento en portada se cambió la composición para que se asimilara a un ramo de flores de Rosa de Jamaica en sus distintas etapas de floración, demostrando que cada mujer florece de manera distinta y a su ritmo. De esta manera también se refleja la diversidad de estilos de vida, personalidades y "tipos" de mujeres en Guatemala.



## REFERENCIAS GRÁFICAS

### FLOR DE CALÉNDULA - FASCÍCULO 4

Para el Fascículo IIII - (La Ginecología Natural) la flor de caléndula se eligió por ser una planta con diversos efectos como antiinflamatorios, antihemorrágicos, para el tratamiento de quistes, entre otros. Al ser una flor tan versátil se asocia con la diversidad de plantas y flores al igual que de aplicaciones y manera de utilizarlas para el beneficio de la salud sexual de la mujer, siendo esta la temática de este fascículo.



Ya que las flores comparten muchos rasgos generales entre sí se decidió apegarse lo más posible a las referencias de flores reales o ilustraciones botánicas / científicas de las mismas para encontrar esos rasgos que diferencian a una especie de la otra y sean más fácil de identificar.



## BOCETAJE MANUAL

### FLOR DE CALÉNDULA - FASCÍCULO 4

La flor de caléndula es una flor erguida, ramificada y generalmente con hojas casi hasta el extremo superior, con forma espatulada. Es de color amarillo y con pétalos liguladas y abundantes.

 Se destacó la abundancia de pétalos y su disposición. Esta flor crece viendo hacia el cielo por lo que su pose es erguida y recta.

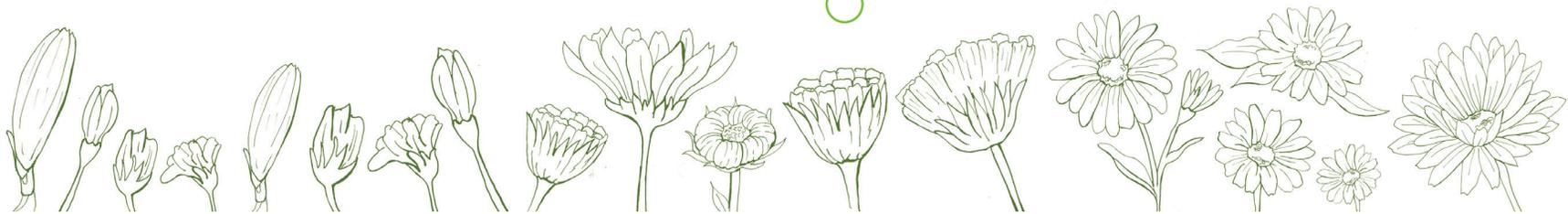
 Como parte del concepto se bocetaron las distintas etapas en las que la flor va floreciendo y cambiando de estado; de como se forma el botón de la flor hasta que está completamente abierta.



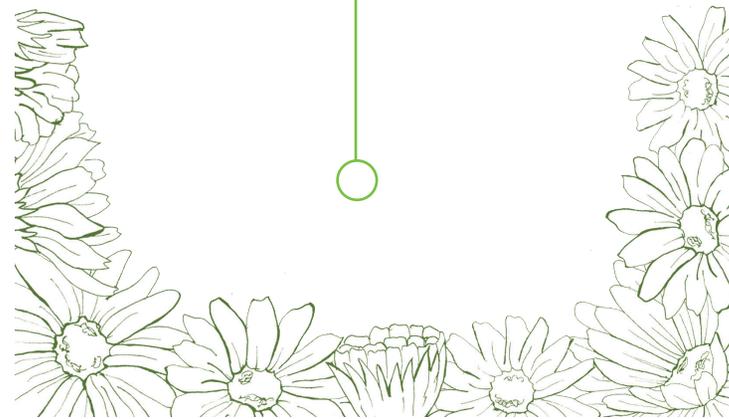
## BOCETAJE DIGITAL

### FLOR DE CALÉNDULA - FASCÍCULO 4

Ya en digital se retocó la calidad de línea, quitó la suciedad y ruido de la imagen escaneada, evitando alterar la imagen. Se agregó color a la línea de las ilustraciones y crearon composiciones para utilizar de pie de página en los fascículos alternando las distintas etapas de floración entre sí para mostrar una línea narrativa del proceso que tuvo la flor para cambiar de estado y florecer.



Ya para el acompañamiento en portada se cambió la composición para que se asimilara a un ramo de flores de Caléndula en sus distintas etapas de floración, demostrando que cada mujer florece de manera distinta y a su ritmo. De esta manera también se refleja la diversidad de estilos de vida, personalidades y "tipos" de mujeres en Guatemala.



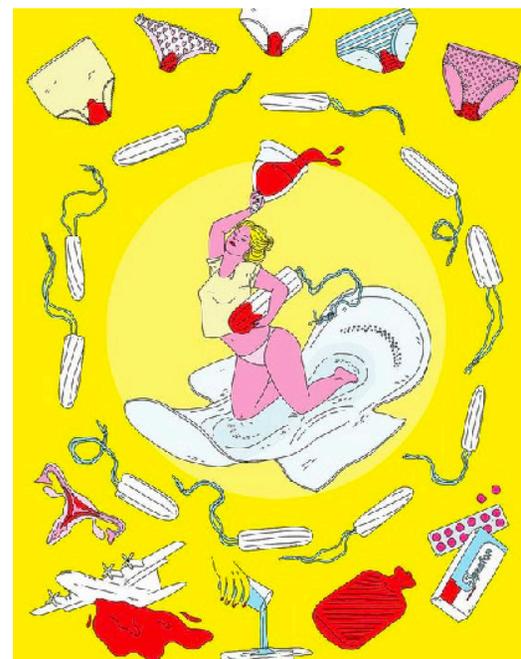
## REFERENCIAS GRÁFICAS

### ILUSTRACIÓN DE PÁGINAS INTERNAS

### FASCÍCULOS 3 Y 4

Para el estilo de ilustración de los diagramas se tomaron estas referencias de los distintos objetos que se mencionan en el texto los cuales deben realizarse lo más apegado a la realidad por ser un material de educación sexual, para presentar a la lectora cómo son los objetos en la realidad.

Se resaltaron las formas básicas de las imágenes al igual que las texturas, volúmenes y tamaños de los mismos. Para que fueran fácilmente identificables por las lectoras.



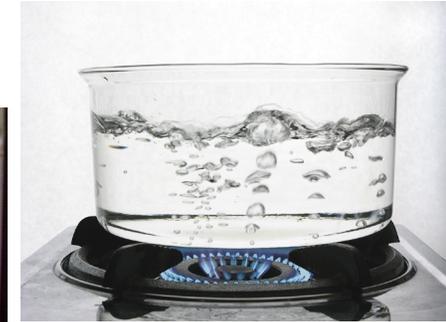
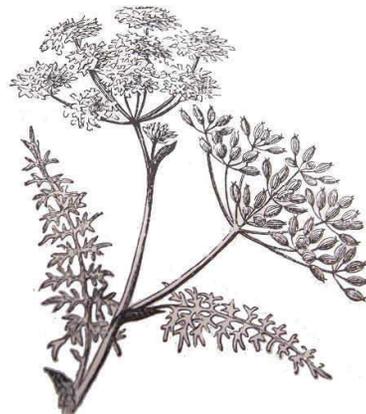
# REFERENCIAS GRÁFICAS

## ILUSTRACIÓN DE PÁGINAS INTERNAS

### FASCÍCULOS 3 Y 4

Para el estilo de ilustración de los diagramas se tomaron estas referencias de los distintos objetos que se mencionan en el texto y plantas medicinales los cuales deben realizarse lo más apegado a la realidad por ser un material de educación sexual, para presentar a la lectora cómo son los objetos en la realidad.

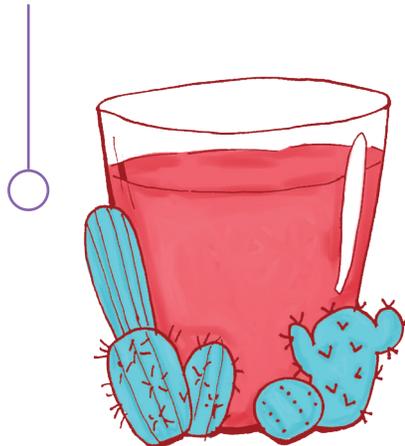
Se resaltaron las formas básicas de las imágenes al igual que las texturas, volúmenes y tamaños de los mismos. Para que fueran fácilmente identificables por las lectoras.



## BOCETAJE DIGITAL ILUSTRACIÓN DE PÁGINAS INTERNAS FASCÍCULOS 3 Y 4

En digital se retocó la calidad de la imagen y línea, se hizo limpieza de la imagen escaneada. Se agregó color a la línea de las ilustraciones y se colorearon según la paleta de color base de cada fascículo (Fascículo 3), junto con los colores complementarios de cada una para resaltar detalles o secciones de las ilustraciones.

Se utilizó un pencil con textura de acuarela en Photoshop por ser una técnica que connota delicadeza y aporta una sensación de ser parte de la naturaleza. Utilizando la paleta de color cromática del fascículo correspondiente se realizaron volúmenes y sombras para que la ilustración no se vea plana.



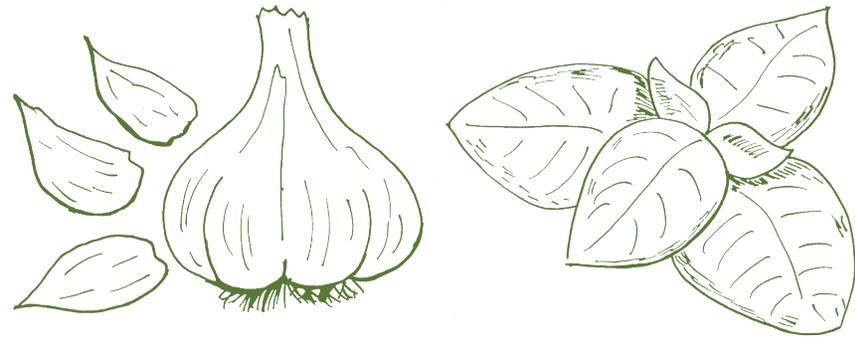
## BOCETAJE DIGITAL

### ILUSTRACIÓN DE PÁGINAS INTERNAS

### FASCÍCULOS 3 Y 4

En digital se retocó la calidad de la imagen y línea, se hizo limpieza de la imagen escaneada. Se agregó color a la línea de las ilustraciones y se colorearon según la paleta de color base de cada fascículo (Fascículo 4) junto con los colores complementarios de cada una para resaltar detalles o secciones de las ilustraciones.

 Se utilizó un pencil con textura de acuarela en Photoshop por ser una técnica que connota delicadeza y aporta una sensación de ser parte de la naturaleza.



## REFERENCIAS GRÁFICAS

### ESTILO ILUSTRACIÓN DE PORTADAS

### FASCÍCULOS 3 Y 4

El estilo de ilustración para las portadas se basó en mostrar de manera simplificada a base de líneas continuas y fluidas, similares a las usadas en el Isotipo de Guatemala Menstruante, los distintos estilos, personalidades y "tipos" de mujeres en Guatemala. Desde mujeres de cabello liso hasta colochas, de pelo corto, largo, etc.

Este estilo busca resaltar esas diferencias, manteniendo los detalles del rostro simplificado y lo que cambia son sus complexiones, cortes de cabello y uso de accesorios.



El detalle del rostro y ropa son fluidos y rescatan los rasgos generales de la imagen.



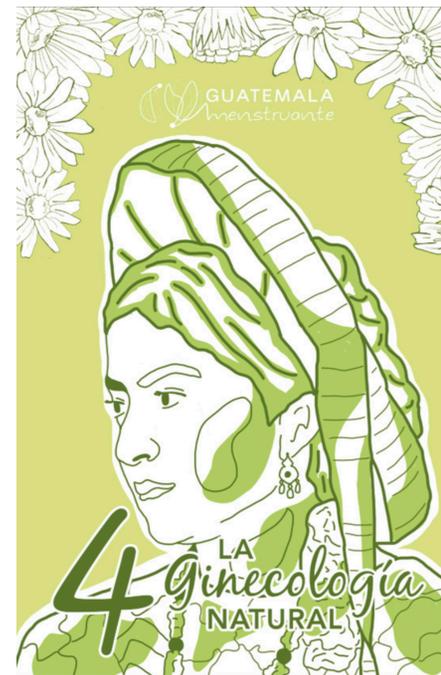
La abstracción del cabello ayuda a diferenciar los distintos tipos del mismo y agrega personalidad a la imagen.



Boni Schmidt 21

## BOCETAJE DIGITAL ILUSTRACIÓN DE PORTADAS

- ✓ Se abstrajo más las facciones del rostro y se realizó tipo busto. Combinándolo con la diagramación del titular y número del fascículo tenía más presencia que la propuesta realizada en la primera fase de bocetaje. El uso de líneas más gruesas en el contorno ayudan a dar peso a la ilustración y de líneas más delgadas a mostrar los rasgos finos de las mujeres.



## BOCETAJE DIGITAL DIAGRAMACIÓN DE PORTADAS

✗ Se hicieron pruebas para mejorar la legibilidad del título principal, con cintillos y plicas para diferenciarlo de la ilustración, pero estos cortaban la misma y se perdían sus detalles.

✓ Se agregó un contorno desvanecido blanco al título para diferenciarlo de la ilustración de manera sutil y que no la cortara o perdiera sus detalles.

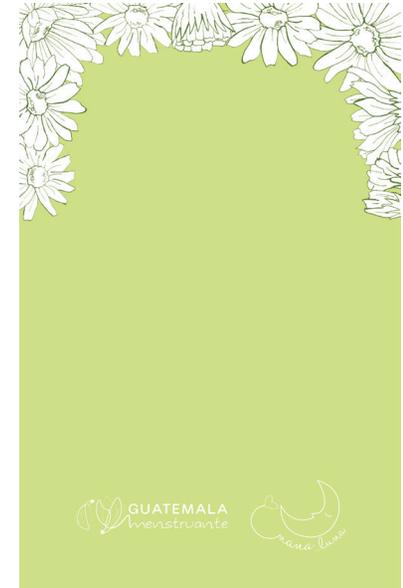
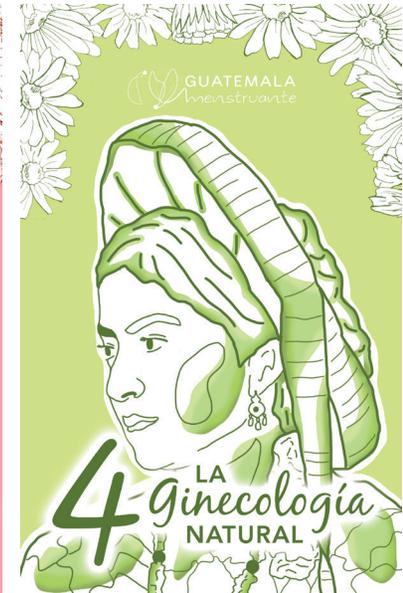


## ★ PROPUESTA FINAL

### ILUSTRACIÓN Y DIAGRAMACIÓN DE PORTADAS Y CONTRAPORTADAS FASCÍCULOS 3 Y 4

Finalmente se eligieron estas propuestas de portada donde unificó el estilo de ilustración y coloreado para las mujeres y se agregaron las flores de apoyo para usarlas de marco y guiar la vista de la lectora en la portada. Las distintas poses y expresiones de las ilustraciones ayudan a diferenciar sus personalidades.

El color de las portadas se determinó según el contenido del fascículo y de qué es lo que connotan a la temática del mismo. Para las contraportadas se volvió a utilizar el marco de flores pero volteado horizontalmente y el logotipo se agregó al final de la contraportada.





PROCESO DE BOCETAJE PARA LOS  
**ELEMENTOS GRÁFICOS**

## REFERENCIAS GRÁFICAS

### TEXTURAS

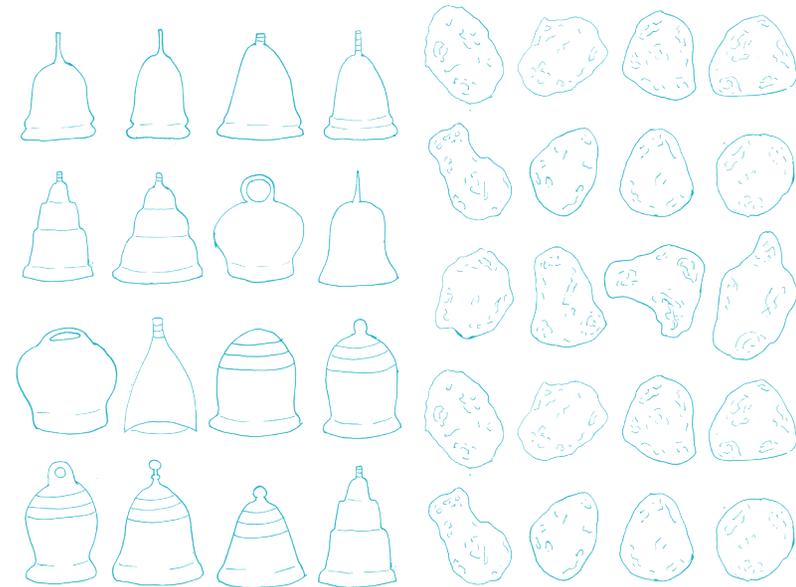
Las texturas sirven como apoyo gráfico para la diagramación del material, para crear rompimientos y dar sorpresas durante la lectura. De las referencias se tomó el hecho de que cada producto es diferente y eso se representa por medio de las diferentes formas en los que se presentan. Se tomaron sus formas básicas y se realizaron variaciones para diferenciarlos entre sí.



## BOCETAJE DIGITAL

### TEXTURAS

Luego se pasaron a digital y mejoró la calidad de línea al igual que se le cambió el color al del fascículo correspondiente a utilizar. Se colocaron de manera modular para cubrir toda la página que se necesitaba. Se dejó solo a base de línea ya que posar un elemento de apoyo no debía resaltar más que el texto o las ilustraciones de los diagramas en el fascículo.



## REFERENCIAS GRÁFICAS

### ICONOGRAFÍA

Al igual que las texturas, la iconografía tiene como objetivo acompañar el texto e identificar distintas secciones dentro del mismo. Se decidió utilizar iconos signícos para crear una analogía sobre la sección a la que identifican.

Se continuó con ilustraciones a línea, de trazo simple y fluido, tipo doodles lo cual fue lo que se rescató de las referencias.



## BOCETAJE DIGITAL

### ICONOGRAFÍA

Ya en digital se mejoró la calidad de línea y se colorearon según el fascículo donde iban a ser utilizadas combinando tanto el color base como el complementario.



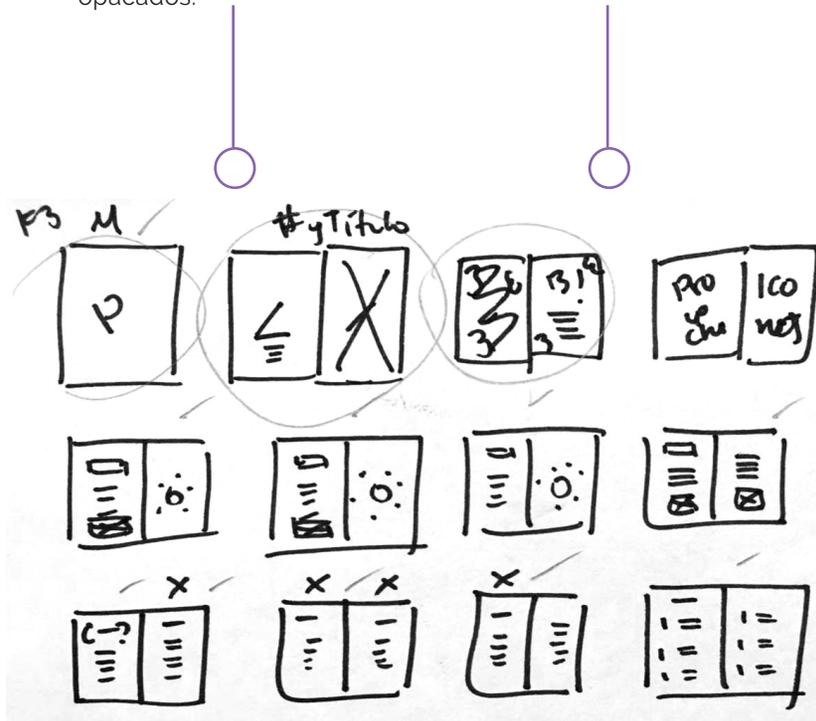


PROCESO DE BOCETAJE DE LAS  
**PIEZAS GRÁFICAS**

## ● FASCÍCULOS

Para la diagramación se eligió una retícula manuscrita por los cuerpos de texto largo y por el tamaño propuesto del material (media carta) para que se viera limpio y ordenado y facilitará la lectura de la usuaria.

Para las páginas con rompimientos de texturas o fondo de color los textos se dispusieron en el centro de la página para no ser opacados.



## ✎ BOCETAJE MANUAL DIAGRAMACIÓN FASCÍCULOS

En algunas secciones del material donde los cuerpos de texto son cortos se agregaron las ilustraciones de apoyo (flores) en la etapa de floración correspondiente a que tan avanzado esta la lectura del material.

Los diagramas ocupan la mayoría de la página en los casos que aplican por ser representaciones importantes del texto.

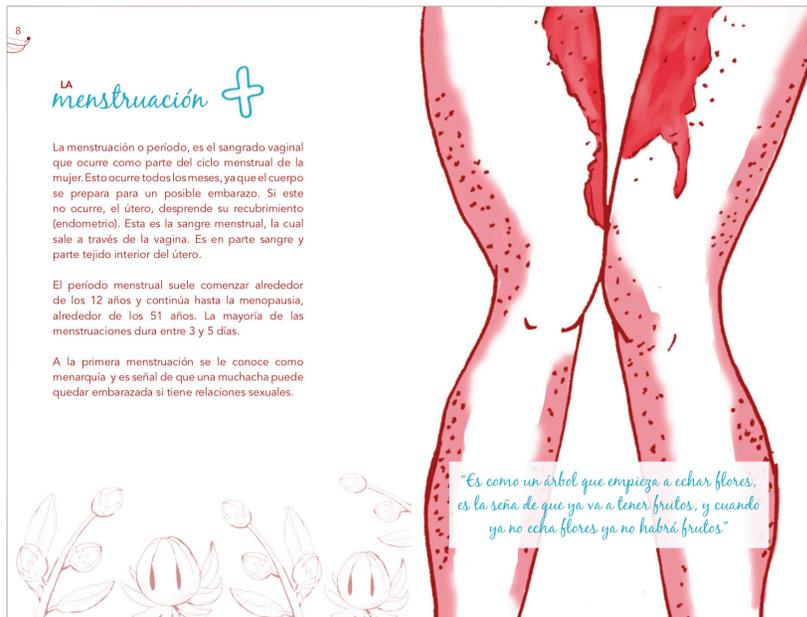


# ★ PROPUESTA FINAL

## DIAGRAMACIÓN FASCÍCULOS

Para la propuesta elegida además de los cambios explicados con anterioridad se decidió también realizar la diagramación de los fascículos tipo espejo y a doble página para facilitar la lectura y ahorrar material en la impresión del mismo. Los colores que se manejan únicamente son los de la paleta correspondiente a cada fascículo y sus respectivos colores complementarios, el negro no fue utilizado por ser un color demasiado pesado y ya que rompía la armonía del material.

Para el listado de plantas medicinales se implementó la ilustración junto al nombre de la planta para su fácil identificación y referencia.



44

**Naranja**  
FRUTO / HOJAS Y FLORES

Efecto hemostático o antihemorrágico / Efecto coagulante / Plantas tranquilizantes

**Forma de preparación:**  
Jugo fresco / hojas cocimiento / flores infusión

**Dosis:**  
Un vaso cada dos horas / 5 hojas ó 1 cucharada de flores por vaso de agua, 3 veces al día.

**Papaya**  
FRUTO

Plantas laxantes, favorecen la motilidad intestinal.

**Forma de preparación:**  
Crudo, fruto muy maduro

**Dosis:**  
Una rodaja, comer 3 veces al día.

45

**Perejil**  
PARTES ÁREAS

Efecto anticoagulante / Efecto diurético

**Forma de preparación:**  
Infusión

**Dosis:**  
3 ramitas por vaso de agua, 3 veces al día, durante 3 a 5 días

**Pericón**  
PARTES ÁREAS

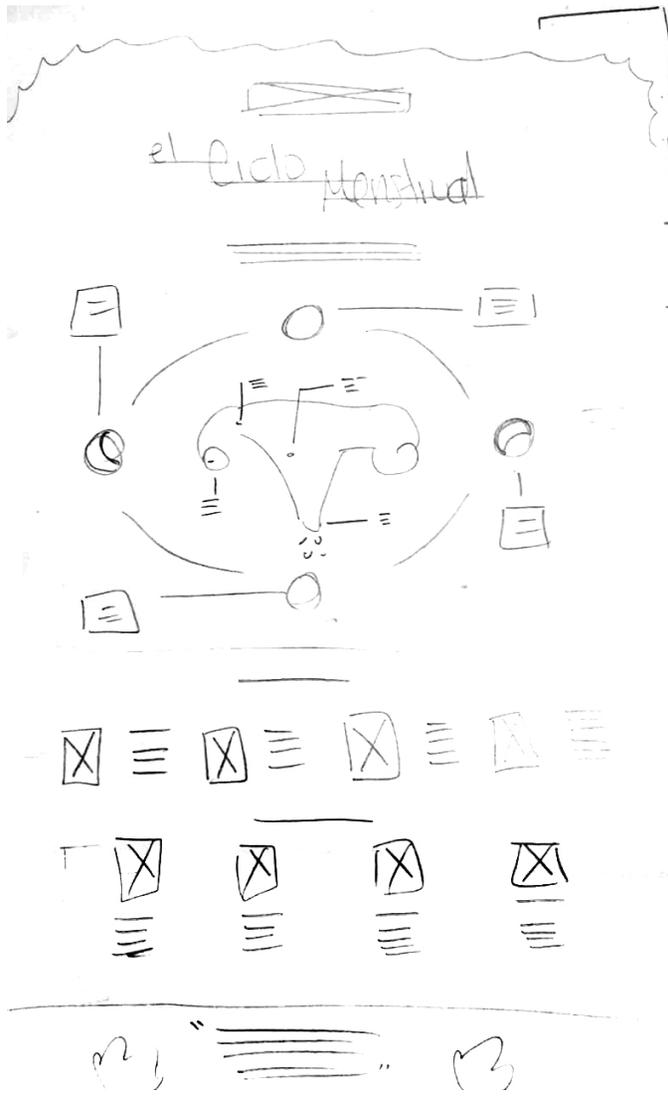
Antiespasmódicos o espasmolítico, para quitar el cólico o dolor.

**Forma de preparación:**  
Infusión

**Dosis:**  
3 ramitas por vaso de agua, 3 veces al día.

## ● INFOGRAFÍA

## ✏ BOCETAJE MANUAL INFOGRAFÍA FASCÍCULO 3



Lo que se buscó destacar en las infografías son los diagramas correspondientes a cada fascículo. La información correspondiente a cada parte se colocó alrededor de la imagen para evitar lo más posible que no interfiriera con la ilustración.

El título principal también se colocó al principio de la infografía para identificar de qué se está hablando con facilidad.

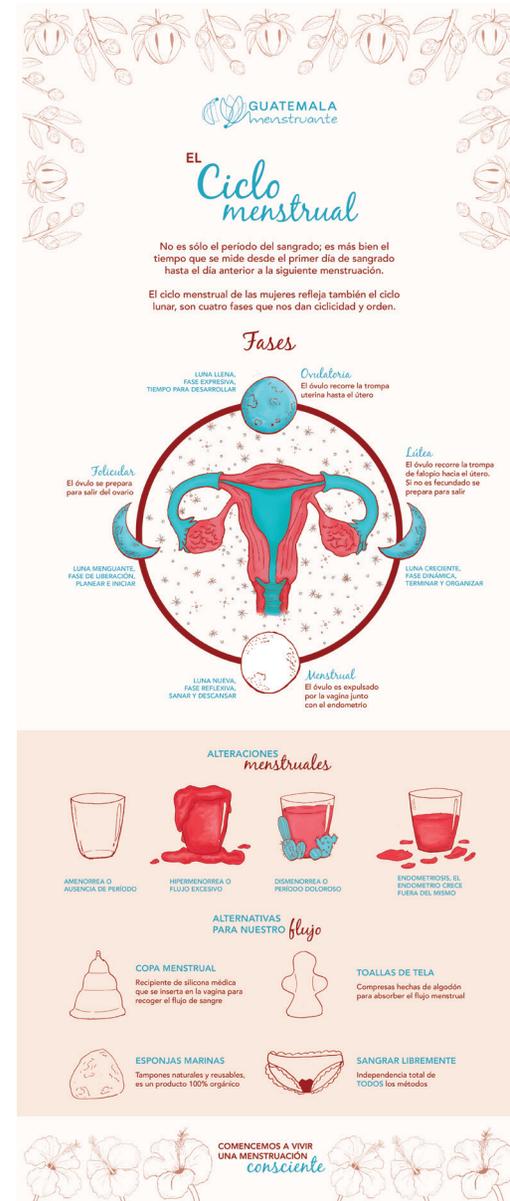
Y la información secundaria se coloca en menor tamaño y una diagramación menos llamativa.

# BOCETAJE DIGITAL

## INFOGRAFÍA FASCÍCULO 3

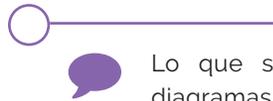
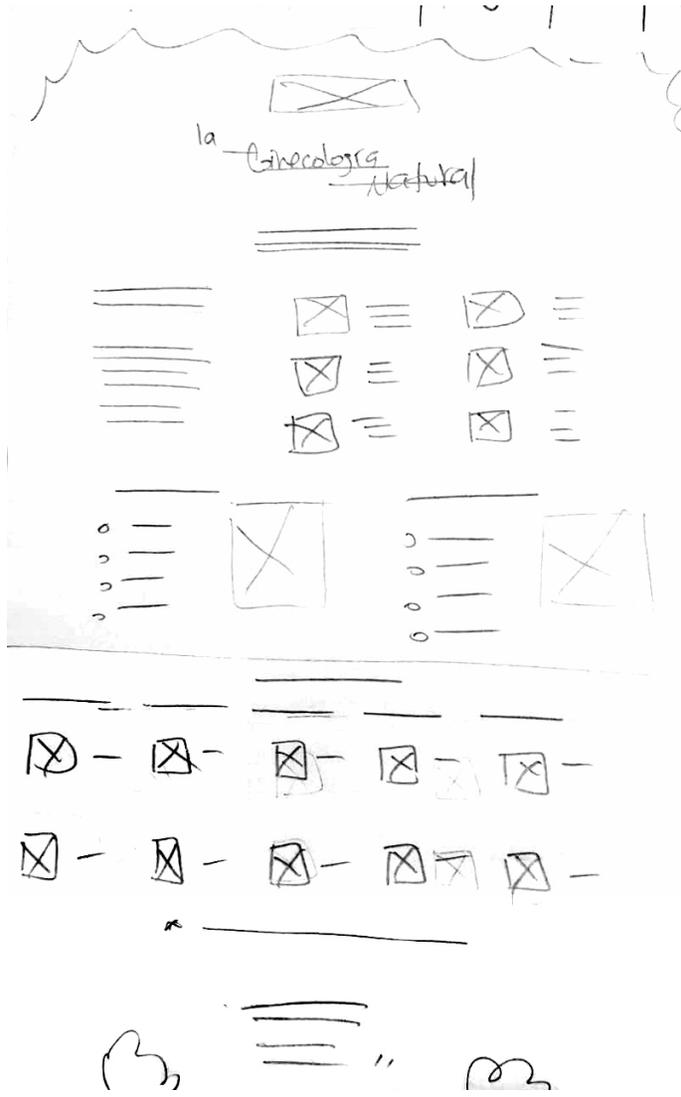
Se estableció esta propuesta de infografía con los colores correspondientes de su fascículo. La infografía está dividida en distintas secciones, el título e introducción, la ilustración principal que es la de mayor tamaño y está al centro de la infografía, las ilustraciones secundarias y una frase del fascículo correspondiente como cierre.

También se agregaron las flores de apoyo al principio y al final de la pieza para recalcar la acción de "florecer" por medio de conocerse más así misma.



## ● INFOGRAFÍA

## ✎ BOCETAJE MANUAL INFOGRAFÍA FASCÍCULO 4



Lo que se buscó destacar en las infografías son los diagramas correspondientes a cada fascículo. La información correspondiente a cada parte se colocó alrededor de la imagen para evitar lo más posible que no interfiriera con la ilustración.

El título principal también se colocó al principio de la infografía para identificar de que se está hablando con facilidad.

Y la información secundaria se coloca en menor tamaño y una diagramación menos llamativa.

# BOCETAJE DIGITAL

## INFOGRAFÍA FASCÍCULO 4

Se estableció esta propuesta de infografía con los colores correspondientes de su fascículo. La infografía está dividida en distintas secciones, el título e introducción, la ilustración principal que es la de mayor tamaño y está al centro de la infografía, las ilustraciones secundarias y una frase del fascículo correspondiente como cierre.

También se agregaron las flores de apoyo al principio y al final de la pieza para recalcar la acción de "florecer" por medio de conocerse más así misma.

**GUATEMALA Menstruante**

### LA Ginecología natural

Pretende ser un movimiento de salud, en el que las mujeres mismas sean las especialistas de su propia salud sexual.

**PLANTAS medicinales**

**¿CÓMO USAR LAS PLANTAS?**

Preparar un té de hierbas para digerir o por placer es muy diferente que prepararlo para una medicina.

Evita utensilios de aluminio, usa cuencos de cristal, vasos hechos o de acero inoxidable con utensilios de madera.

Usa agua filtrada o de manantial para pociones más potentes.

<p><b>INFUSIÓN</b> (ITSANA, TÉ AFRAGADO) Para la mayoría de las flores, hojas y tallos</p>	<p><b>CÁPSULAS</b> Usan hierbas en polvo</p>
<p><b>COCIMIENTO</b> (COCCION, TÉ HERVIDO) Para la mayoría de raíces y cortezas.</p>	<p><b>ESENCIAS</b> EN ACEITE O AROMÁTICAS Plantas enteras disueltas en aceite</p>
<p><b>GRANOS Y SEMILLAS</b> Móviles ligeros</p>	<p><b>COMPRESAS</b> Gasa humedecida en infusión o cocción de la planta</p>

**RECOLECTAR PLANTAS medicinales**

- Las plantas no deben estar húmedas por la lluvia o el rocío.
- Entar jolgas en las recolecciones.
- Las plantas no deben guardarse mientras están frescas.
- Deben de estar limpias de tierra, insectos, suciedad y malos.
- No recolectar al lado de carreteras, cerca de agua contaminada, o lugares tóxicos.

**CONSERVAR PLANTAS medicinales**

- No secarlas al sol, mejor en lugares ventilados y cubiertas.
- Se pueden colgar en manojos, o colocarlas sobre estantes ventilados o abiertos.
- Evitar apretar las hierbas recogidas y ponerlas en bolsas de plástico cerradas herméticas.
- Almacenarlas en lugar fresco, pero protegidas del frío.
- En bolsas de papel bien cerradas o en cajas de madera o de cartón recubiertas de papel.
- En recipientes de cerámica o de cristal coloreado que impiden la entrada de luz.

**EFFECTOS DE LAS plantas**

<p>Antiespasmódico o espasmolítico, para quitar el cólico o dolor.</p> <p><b>HERBIBUENA</b></p>	<p>Efecto anticolélico, evita la formación de cólicos.</p> <p><b>PERICÓN</b></p>	<p>Efecto antiinflamatorio, disminuye la inflamación.</p> <p><b>MUERDAGO</b></p>	<p>Plantas tranquilizantes o con efecto relajante.</p> <p><b>CALENDULA</b></p>
<p><b>PEREJIL</b></p>	<p><b>TOMILLO</b></p>	<p><b>TILLO</b></p>	<p><b>MANZANILLA</b></p>
<p>Plantas con efecto diurético, favorecen la expulsión de líquidos.</p> <p><b>ROSA DE JAMAICA</b>      <b>TAMARINDO</b></p>			

ADQUIERE EL FASCÍCULO DE GINECOLOGÍA NATURAL, PARA VER EL LISTADO DE PLANTAS MEDICINALES Y SUS DOSIS.

CONOCE, VALORA, CUIDA Y DATE PLACER CON EL PODER QUE POSEE EL autocuidamiento



**13.1**

**PROPUESTA  
PRELIMINAR**  
SEGUNDA FASE DE VALIDACIÓN

**FASCÍCULOS**  
PROPUESTA PRELIMINAR

**FASCÍCULO 1 - UNA SEXUALIDAD SANA**



**Especificaciones técnicas**

- Dimensiones:** 5.5 x 8.5 pulgadas
- Soporte:** Portada - Husky 100 grms.  
Interior - Bond 120grms.
- Modo de color:** CMYK

FASCÍCULO 2 - CONOCIENDO TU CUERPO



# FASCÍCULO 3 - LA MENSTRUACIÓN



FASCÍCULO 4 - LA GINECOLOGÍA NATURAL



# ● INFOGRAFÍA FASCÍCULO 3

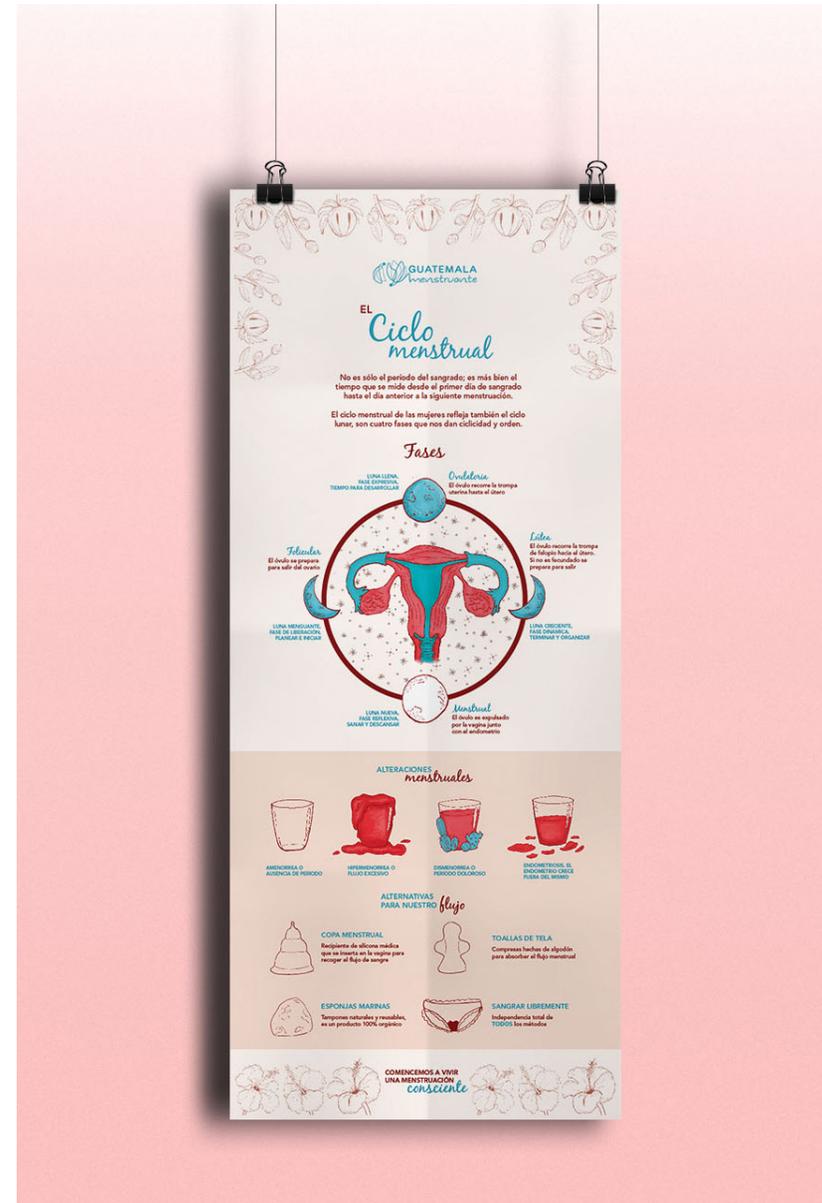
## PROPUESTA PRELIMINAR

### Especificaciones técnicas

**Dimensiones:** 11 x 26.5 pulgadas

**Soporte:** Couche 100 grms.

**Modo de color:** CMYK



# ● INFOGRAFÍA FASCÍCULO 4

## PROPUESTA PRELIMINAR

### Especificaciones técnicas

**Dimensiones:** 11 x 32 pulgadas

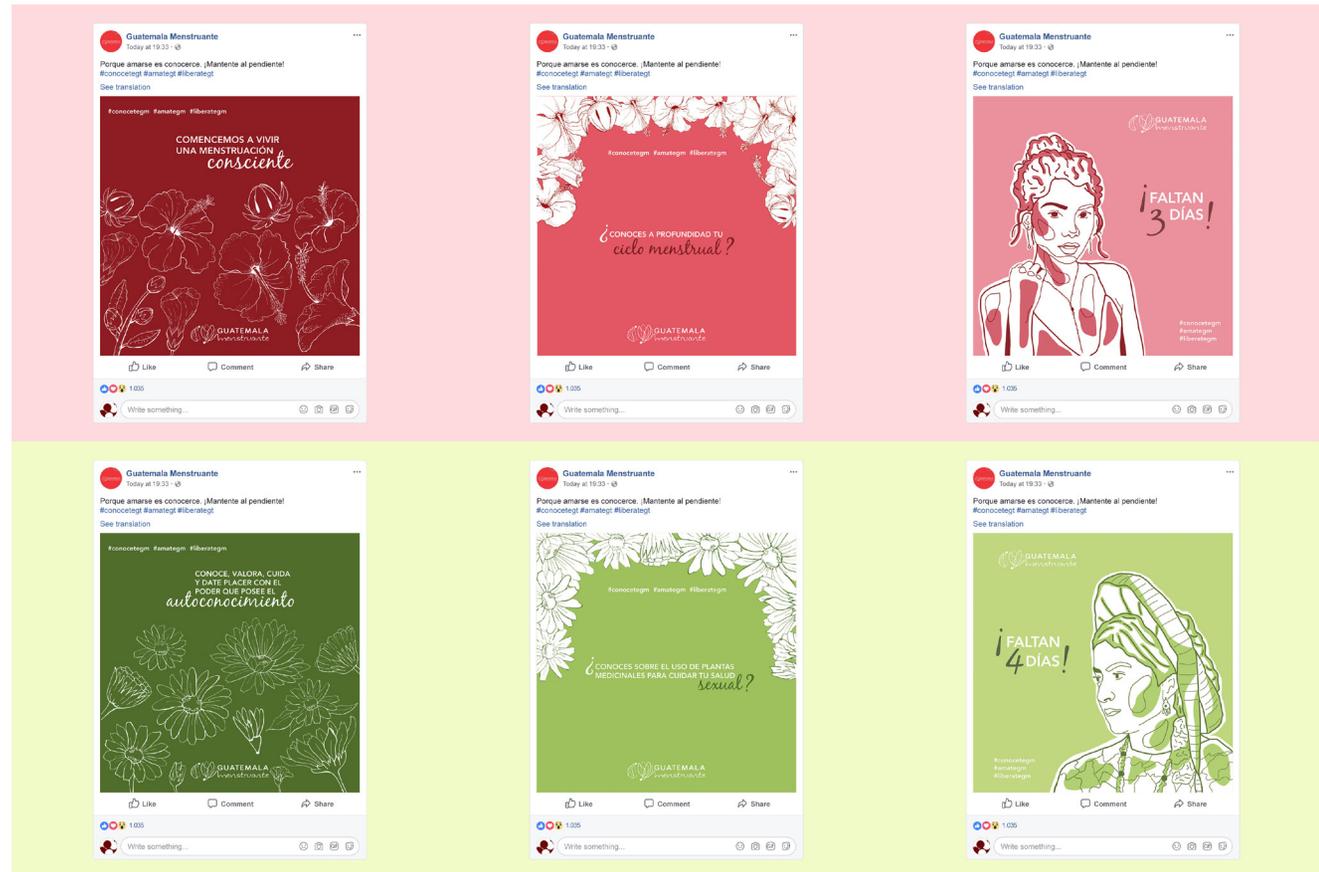
**Soporte:** Couche 100 grms.

**Modo de color:** CMYK



# POSTS FACEBOOK

## PROPUESTA PRELIMINAR



### Especificaciones técnicas

**Dimensiones:** 1000 x 1000 px.

**Soporte:** Digital - redes sociales

**Modo de color:** RGB

**STICKERS**  
PROPUESTA PRELIMINAR



**Especificaciones técnicas**

**Dimensiones:** Dispuestas en una hoja media carta

**Soporte:** Adhesivo brillante

**Modo de color:** CMYK



14

**VALIDACIÓN TÉCNICA**  
DEL DISEÑO PRELIMINAR, SEGUNDA FASE

## PROCESO DE VALIDACIÓN SEGUNDA FASE

En esta sección se presentarán los resultados obtenidos por medio del proceso de validación segunda fase realizado a la propuesta preliminar previamente presentada. Este va enfocado a distintos perfiles relacionados con el proyecto; se consideraron expertos en diseño y al grupo objetivo ya presentado con anterioridad. De acuerdo a estos resultados se realizó una serie de gráficas tabuladas para decidir los cambios necesarios a realizar en el material.

Se presenta a continuación el proceso que se realizó con cada uno de los grupos seleccionados:

El proceso de validación consistió en realizar una serie de preguntas a los 2 grupos donde cada uno de ellos determina los aspectos que se deben tomar en cuenta para realizar los cambios correspondientes.

**Grupo objetivo:** se consultó a 25 mujeres jóvenes, el proceso consistió en presentarles la propuesta gráfica digitalmente para que después contestaran una serie de preguntas calificando el material, en bases sus gustos y experiencias previas con el tema.

El objetivo de la validación era para mejorar el material desde el aporte de su perspectiva y conocimiento. Sobre todo que contestaran de acuerdo con su opinión profesional.

**Expertos en Diseño:** se consultó a 4 expertos, en este caso diseñadoras graduadas quienes respondieron de acuerdo con sus conocimientos en diseño.

Se realizó la encuesta a las siguientes profesionales:

- **Diego León**, Diseñador Gráfico, diseño publicitario.
- **Rosario Muñoz**, Diseñadora Gráfica y docente.
- **María Fernanda Orozco**, Diseñadora Gráfica.
- **Sandy Rodríguez**, Diseñadora Gráfica e Ilustradora.
- **Cinthia Sánchez**, Diseñadora Gráfica, especializada en fotografía y marketing.

# CONFRONTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS SEGUNDA FASE

## VER ANEXO 9

A continuación se presenta la confrontación de resultados obtenidos de los 2 grupos seleccionados. Estos se dividen de acuerdo con el desarrollo de elementos de diseño y piezas gráficas del proyecto. Este proceso ayudará a evaluar los aspectos que deben mejorar al material realizado; logran que se cumplan de la mejor manera los objetivos planteados del proyecto.

### MANEJO DE LA INFORMACIÓN

De acuerdo a ambos grupos de validación la cantidad, manejo y lenguaje de la información son idóneos para el material y es funcional y acorde para transmitir el mensaje.

Según comentarios de expertos en diseño es necesario agregar páginas o secciones donde la lectora pueda interactuar con los fascículos, así como un área de autoevaluación de los temas aprendidos. Por parte del grupo objetivo comentaron que quisiera se agregará una sección de referencias bibliográficas para que puedan seguir buscando información respecto a los temas en fuentes confiables.

### DIAGRAMACIÓN

Según expertos en diseño habían algunas páginas que contaban con demasiado texto por lo que recomendaban distribuirla de mejor manera para no saturar la página.

### TIPOGRAFÍAS

Para ambos grupos la elección y manejo de la tipografías está bien desarrollado, el único detalle es tener cuidado con el peso visual dentro de las composiciones para titulares.

### PALETA DE COLOR

A el 100% de los encuestados (de los 2 grupos) consideran que las paletas de color elegidas son adecuadas, agradables a la vista y se relacionan con la temática de educación sexual. Ya que lo ven como una manera atractiva de presentar el material, facilita identificación de cada fascículo y aporta bastante al material.



## ILUSTRACIÓN

Las ilustraciones de portada relacionadas con el grupo objetivo (diferentes tipos de mujeres) gracias a los cambios realizados en la primera fase de validación tuvo una mejor recepción aunque aún hubo opiniones, 50% de expertos en diseño, en que no se acoplaban con los otros dos estilos de ilustración de las piezas, por lo que recomendaron agregar degradés al coloreado y refinar algunas líneas de la ilustración.

## PIEZAS GRÁFICAS

En cuanto a la infografía los dos grupos encuestados consideran que muestra coherencia con el resto de piezas que se ha trabajado, la información está bien resumida y redactada para el público que va dirigida, hay jerarquías y las gráficas apoyan de gran manera la información.

Y para el material promocional (stickers) el 75% de los expertos en diseño consideran que se debe tener en cuenta la ilustración que se usará para realizarla en sticker ya que deben transmitir un mensaje amigable y que no incomode a la usuaria.

## TABLA DE VALIDACIÓN DE CAMBIOS SEGUNDA FASE

Para determinar los cambios a realizar en las piezas del proyecto, se realizó una tabla de validación, que evaluó los resultados de la percepción general de los criterios más importantes establecidos por cada grupo.

Teniendo en cuenta que se querían evaluar elementos específicos de la propuesta preliminar se dividió de la siguiente manera; formato, diagramación, tipografía, paleta de color, ilustraciones (los 3 estilos) y las piezas gráficas en sí.

En la siguiente tabla se pueden observar los resultados positivos y negativos de cada elemento, que luego se tomaron en cuenta para establecer las piezas y elementos que necesitaban de un mayor trabajo para iniciar un nuevo proceso de bocetaje y re-diseño de los mismos para llegar a la propuesta final. Se manejó una guía de tres colores con el siguiente significado:

- Es ideal
- Puede mejorar
- Necesita cambios

ELEMENTO GRÁFICO	EXPERTOS DISEÑO	GRUPO OBJETIVO
Formato	●	●
Diagramación	●	●
Tipografía	●	●
Titulares	●	●
Paleta de color	●	●
Ilus. Diagramas	●	●
Ilus. Flores	●	●
Ilus. Portadas	●	●
Fascículos	●	●
Stickers	●	●

Aunque la propuesta preliminar mejoró en gran manera, aún se observaron algunos detalles a mejorar en las ilustraciones de portada, el uso de la 2da. tinta complementaria y la elección de ilustraciones para stickers.

Por lo que tomando en cuenta estos resultados se decidió realizar modificaciones según sugerencias de los expertos en diseño y grupo objetivo para lograr una línea gráfica más unificada.



14.1

**CAMBIOS DE  
VALIDACIÓN**  
SEGUNDA FASE

## PORTADAS FASCÍCULOS 3 Y 4 CAMBIOS DE VALIDACIÓN



### Antes

- Según comentarios de expertos en diseño el título de las portadas era poco legible por la cantidad de elementos gráficos en el fondo, al igual que el marco de flores era demasiado grande, no había un respiro visual en la sección del logotipo. También la ilustración de portada no se ligaba bien con el resto de la línea gráfica de ilustraciones.

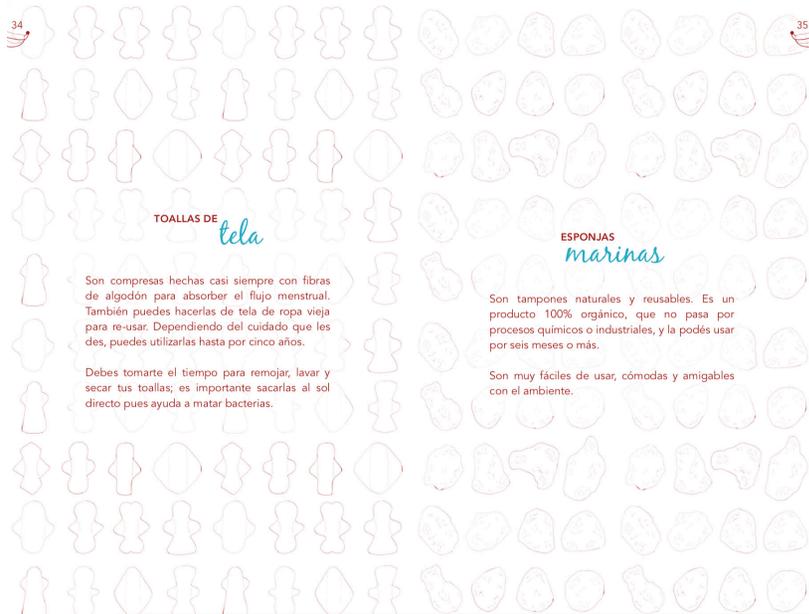


### Después

- Se agregó un círculo con marco de flores alrededor de la ilustración principal para mejorar la legibilidad de los títulos, los marcos de flores superiores se hicieron más pequeños y se agregó degradados al coloreado de las ilustraciones de portada para unificarlas de mejor manera al resto de ilustraciones.

# TEXTURAS

## CAMBIOS DE VALIDACIÓN



### Antes

- Las texturas se veían opacadas con el uso del color principal del fascículo y eran poco visibles, no había buen aprovechamiento de la 2da tinta del fascículo.



### Después

- Se cambió el color de las texturas por el de la 2da tinta del fascículo para resaltar más las texturas y un mejor aprovechamiento del color.

# ICONOGRAFÍA

## CAMBIOS DE VALIDACIÓN

26

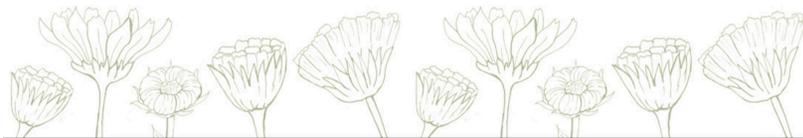
CONSEJOS PARA RECOLECTAR

### plantas medicinales +!

- Las plantas no deben estar húmedas por la lluvia o el rocío.
- Evitar golpes en las recolectadas.
- Las plantas no deben guardarse mientras estén frescas.
- Deben de estar limpias de tierra, insectos, suciedad y maleza.
- No recolectar: al lado de carreteras, cerca de agua contaminada, o lugares tóxicos.

Quando las plantas son muy jóvenes, sus jugos son líquidos con sustancias sin propiedades marcadas y sin una acción fisiológica clara, a medida que crecen se desarrollan los principios químicos.

El clima influye en el desarrollo de las plantas y en la formación de sus principios activos. El clima viene dado por la luz, la temperatura, la humedad, la clase de terreno, la altitud y la latitud.



### Antes

- La ubicación y diseño de la iconografía no aportaban al diseño ya que podía confundirse con ser parte del título.

27

28

CONSEJOS PARA RECOLECTAR

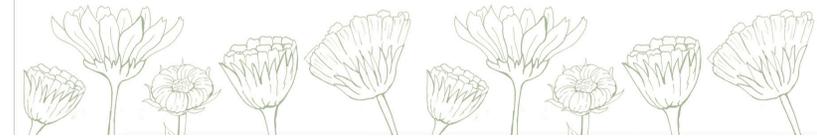
### +! plantas medicinales

- Las plantas no deben estar húmedas por la lluvia o el rocío.
- Evitar golpes en las recolectadas.
- Las plantas no deben guardarse mientras estén frescas.
- Deben de estar limpias de tierra, insectos, suciedad y maleza.
- No recolectar: al lado de carreteras, cerca de agua contaminada, o lugares tóxicos.



Quando las plantas son muy jóvenes, sus jugos son líquidos con sustancias sin propiedades marcadas y sin una acción fisiológica clara, a medida que crecen se desarrollan los principios químicos.

El clima influye en el desarrollo de las plantas y en la formación de sus principios activos. El clima viene dado por la luz, la temperatura, la humedad, la clase de terreno, la altitud y la latitud.



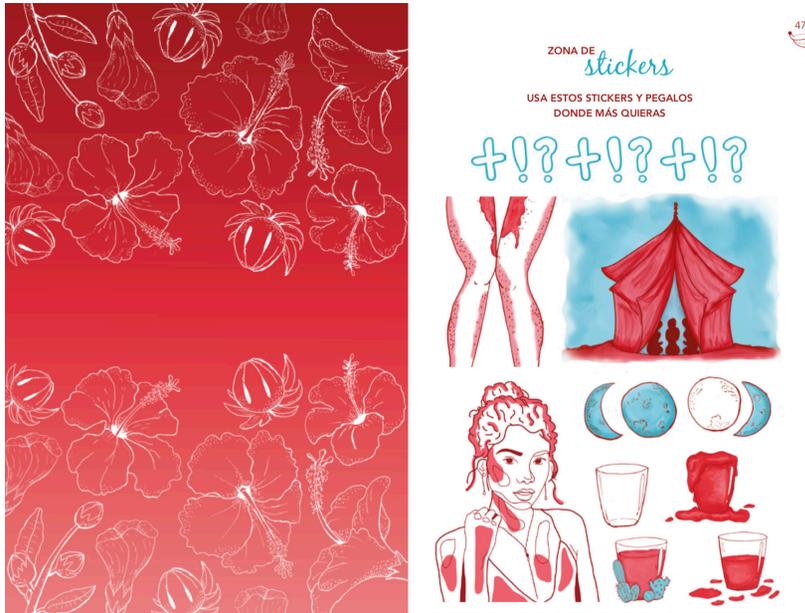
### Después

- Se rediseñó la iconografía para que fuera fácilmente diferenciable entre los títulos y textos.

29

# AUTOEVALUACIÓN PNI

## CAMBIOS DE VALIDACIÓN



### Antes

- Por recomendación de expertos en el tema al ser un material educativo hacía falta una sección donde las lectoras evaluaran lo aprendido en el fascículo.



### Después

- Se agregó una sección de autoevaluación PNI (positivo, negativo e interesante) donde deben colocar los aspectos positivos, negativos e interesantes que identificaron en la lectura.

# ÁREA EDITORIAL CAMBIOS DE VALIDACIÓN

2

**LA GINECOLOGÍA NATURAL**

**Publicado por:**  
Colectivo Guatemala Menstruante  
Guatemala ciudad,  
Guatemala C.A.

guatemalamenstruante@gmail.com  
http://guatemalamenstruante.tumblr.com/  
https://www.facebook.com/guatemalamenstruante/

Derechos reservados 2018

**Editado por:**  
Melany Mantánico

**Diseño, ilustraciones y diagramación:**  
Melany Mantánico

melany.amm11@gmail.com  
https://www.behance.net/melanyamm17601/

**Revisión y corrección:**

Andrea Aguilar  
Adriana Gómez  
Vera Rodas

**Con el aporte de:**  
Júliasa Contreras

**Todos los derechos reservados.**

Queda prohibida la reproducción total o parcial de esta publicación, por ningún medio o procedimiento, sea electrónico o mecánico, fotocopia u otros métodos sin la previa autorización por escrito del Colectivo Guatemala Menstruante.



4 **LA** Ginecología  
NATURAL



2

**LA GINECOLOGÍA NATURAL**

**Publicado por:**  
Colectivo Guatemala Menstruante  
Guatemala ciudad,  
Guatemala C.A.

guatemalamenstruante@gmail.com  
http://guatemalamenstruante.tumblr.com/  
https://www.facebook.com/guatemalamenstruante/

Derechos reservados 2018

**Editado por:**  
Melany Mantánico

**Diseño, ilustraciones y diagramación:**  
Melany Mantánico

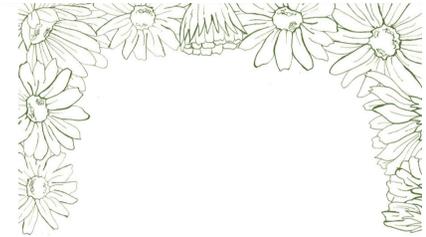
melany.amm11@gmail.com  
https://www.behance.net/melanyamm17601/

**Revisión y corrección:**

Andrea Aguilar  
Adriana Gómez  
Vera Rodas

**Con el aporte de:**  
Júliasa Contreras

**Todos los derechos reservados.**  
Queda prohibida la reproducción total o parcial de esta publicación, por ningún medio o procedimiento, sea electrónico o mecánico, fotocopia u otros métodos sin la previa autorización por escrito del Colectivo Guatemala Menstruante.



4 **LA** Ginecología  
NATURAL



## Antes

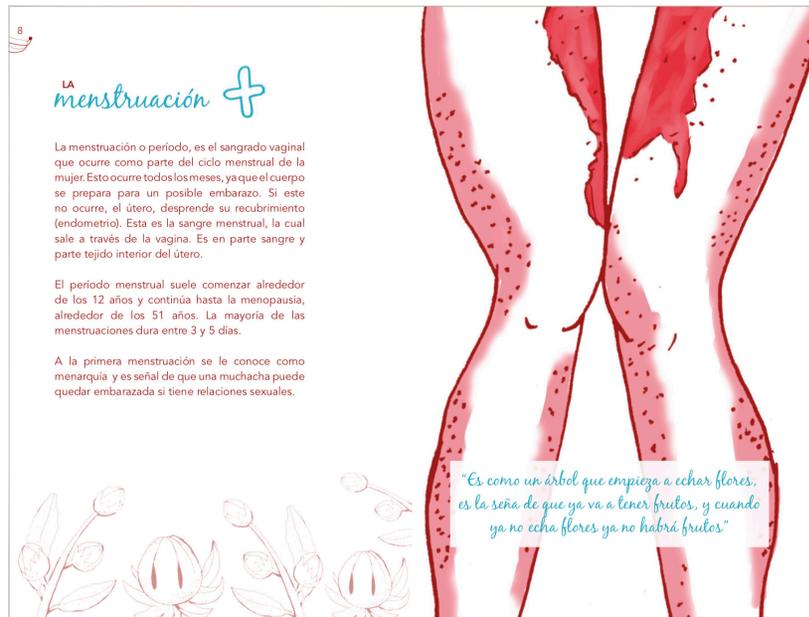
- El cuerpo de texto del área de editorial era demasiado grande y ocupaba demasiado espacio.

## Después

- Se redujo el tamaño de la tipografía e interlineado del cuerpo de texto del área de editorial.

# ILUSTRACIÓN INTERNA

## CAMBIOS DE VALIDACIÓN



### Antes

- Según comentarios de expertos en diseño la ilustración de las piernas era demasiado explícita lo cual podría incomodar a las lectoras.



### Después

- Se cambió la ilustración por una donde de igual manera se entiende que se habla sobre la menstruación pero de una manera más agradable.

# POSTS REDES SOCIALES

## CAMBIOS DE VALIDACIÓN



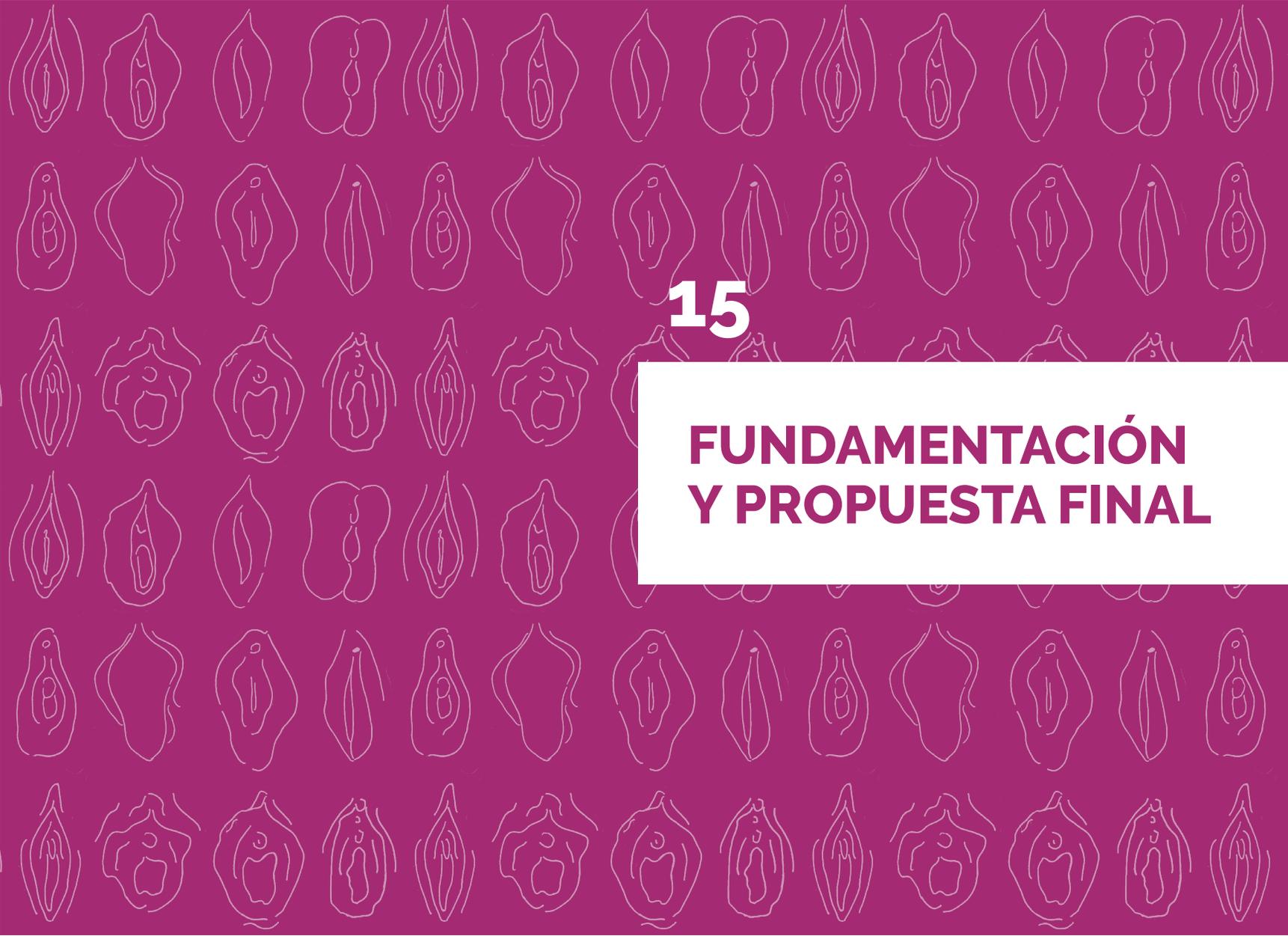
### Después

- Se hizo la inclusión de una serie de posts inspiracionales y de empoderamiento con el uso de frases celebres enlazadas con la temática de los fascículos previo a charlas o talleres impartidos por el colectivo.





**FASE 3**  
**GESTIÓN DE LA  
IMPLEMENTACIÓN DE DISEÑO**



**15**

**FUNDAMENTACIÓN  
Y PROPUESTA FINAL**

Guatemala Menstruante es un colectivo de mujeres sin fines de lucro que busca romper moldes, remover estigmas y mitos que limitan a la mujer guatemalteca a conocer su cuerpo y aprender sobre temas de sexualidad y menstruación en beneficio de su calidad de vida. Han creado espacios de discusión seguros donde las participantes se sientan en plena confianza de hacer preguntas y compartir experiencias, con el objetivo de eliminar poco a poco estigmas que giran alrededor de estas temáticas llamados Carpas Rojas.

La labor de Guatemala Menstruante va dirigida principalmente a mujeres desde un enfoque feminista y del empoderamiento de la mujer en la sociedad actual; también han tenido experiencias y trabajado con jóvenes de ambos sexos al impartir charlas y talleres en escuelas, colegios y universidades. Pero pesar de su gran labor para romper estos moldes y estigmas en la sociedad guatemalteca, aún es muy difícil hablar sobre estos temas que culturalmente se representan de manera muy negativa, tomados entonces como tabú.

Por esta razón Guatemala Menstruante actualmente ha identificado la necesidad de informar y educar a mujeres

respecto a la importancia de una sexualidad sana, consciente y libre; desde una percepción más personal y amigable para las mujeres que asisten a sus charlas y talleres tengan más confianza de compartir sobre temas de sexualidad. Por lo que se propone realizar una serie de fascículos e infografías como herramientas para informar y educar sobre sexualidad, por medio de materiales educativos; logrando así perciban a Guatemala Menstruante como una entidad donde pueden acercarse y recibir apoyo sobre estas temáticas.

Esto lleva entonces al análisis de grupo objetivo en este caso de mujeres jóvenes y jóvenes adultas, los cuales se identifican por características y comportamientos específicos, los cuales se observaron durante la investigación y a través de su análisis y validación, era fundamental llegar al grupo objetivo de manera amigable y que pudiera percibirse como algo personal y para el desarrollo de su salud como mujeres, ya que un error que suele cometerse para el desarrollo de materiales educativos es no pensar desde el tipo de lenguaje que permita al lector sentirse cómodo con el material. Sin embargo, Guatemala Menstruante busca crear lazos de confianza con sus usuarias, por ello durante la realización



del proyecto se buscó que las mujeres se encontraran cómodas con la propuesta y percibieran el proyecto como amigable, interesante y fundamental para su desarrollo.

La propuesta se desarrolló entonces bajo el concepto **“Exploración al camino del florecimiento”**, el cual busca reflejar ese viaje que la mujer debe realizar para descubrir su propia sexualidad, tener más confianza en sí misma y perder el miedo a su propio cuerpo quien es el vehículo y herramienta que utilizan día con día. Y siendo Guatemala Menstruante el lugar que ayudará a la mujer en este viaje. Por lo que tomando en consideración estos elementos se buscó que tanto el desarrollo de los temas como de la gráfica del material reflejaran ese viaje de exploración y autoconocimiento para florecer como mujeres.

La relación de cada una de las piezas busca crear un camino y guía para la mujer y cambiar su percepción sobre temas de sexualidad, por ello se realizaron infografías como apoyo para los fascículos y por otra parte el material digital como el uso de Facebook aprovechando que es un espacio donde la mayoría de las usuarias se acercan al colectivo para así dar a conocer el material y las actividades que realiza.

## PALETA DE COLOR

La paleta de color es un elemento a destacar ya que en el proceso estratégico del desarrollo de las piezas el color posee significados diferentes cuando se ligan con la sexualidad tal como lo explica Martínez (2016) y la teoría cromoterapéutica siendo estos:

El **color azul** se eligió porque propicia tranquilidad, nivela la ansiedad y según la psicología del color es un color amable, simpático y que inspira confianza, este es el color principal del Fascículo 1 - Una sexualidad sana, que es la introducción al resto de fascículos y lleva a la reflexión sobre si se está viviendo una sexualidad sana en la actualidad.

El **color violeta** se escogió ya que está relacionado con el erotismo, las fantasías y el sexo sofisticado y según la psicología del color se le considera el color del poder y es más seductor que el rojo, este es el color principal del Fascículo 2 - Conociendo tu cuerpo, en el cual la mujer va paso a paso conociendo y explorando su zona íntima por medio de ejercicios y reflexiones sobre su propio cuerpo.

El **color rojo** se seleccionó ya que brinda fuerza, resistencia, vida y pasión y es el color representativo de la sangre, por lo que es el color principal del Fascículo 3 - La menstruación, en el que se explica el ciclo menstrual, las alternativas y alteraciones menstruales para la mujer.

El **color verde** se eligió ya que se asocia con la propia aceptación, el amor compartido, la compasión y transmite frescura y relajación, siendo este el color principal del Fascículo 4 - La ginecología natural, en el que se da a conocer esta práctica y de cómo el uso de plantas medicinales puede ser beneficioso para la salud sexual de la mujer.

La selección de color se realizó como codificación cromática para la adecuada identificación de los fascículos e integración de las piezas (infografías + fascículos). Se buscaba crear un sistema integrado buscando la consistencia visual entre elementos y piezas y así facilitará la identificación de contenidos por material.



Para no volver la lectura monótona a lo largo de los fascículos se eligió un color ya sea complementario o análogo para cada fascículo y de esta manera enriquecer tanto los textos como las ilustraciones del material, siendo estos:

El **color verde** para el Fascículo 1 - Una sexualidad sana es un color análogo y se eligió por representar la propia aceptación y el amor compartido que son fundamentales para vivir una sexualidad sana.

El **color rojo** para el Fascículo 2 - Conociendo tu cuerpo es un color análogo y se eligió por ser un color pasional y representativo de la sexualidad en general que son parte de los temas tratados en este fascículo.

El **color celeste** para el Fascículo 3 - La menstruación es un color complementario y se eligió por que el ciclo menstrual está asociado con el ciclo lunar al igual por ser un color representativo de la naturaleza que está fuertemente ligado con la mujer.

El **color rosa** para el Fascículo 4 - La ginecología natural es un color complementario y se eligió por ser un color usualmente encontrado en la naturaleza, en especial para diversas flores y plantas que son el tema principal de este fascículo.

Estos también se manejaron de manera cromática para enriquecer la propuesta del material sin necesidad de recurrir a una amplia gama de colores.

**Fascículo 1 - Una sexualidad sana**



**C:** 84 **R:** 48  
**M:** 57 **G:** 103  
**Y:** 1 **B:** 175  
**K:** 0 #3067af



**C:** 59 **R:** 115  
**M:** 30 **G:** 159  
**Y:** 2 **B:** 209  
**K:** 0 #739fd1



**C:** 74 **R:** 73  
**M:** 43 **G:** 129  
**Y:** 6 **B:** 187  
**K:** 0 #4981bb



**C:** 95 **R:** 21  
**M:** 69 **G:** 82  
**Y:** 6 **B:** 155  
**K:** 0 #15529b



**C:** 100 **R:** 20  
**M:** 78 **G:** 63  
**Y:** 29 **B:** 113  
**K:** 15 #143f71



**C:** 39 **R:** 175  
**M:** 0 **G:** 205  
**Y:** 75 **B:** 97  
**K:** 0 #afcd61



**C:** 26 **R:** 206  
**M:** 1 **G:** 220  
**Y:** 60 **B:** 130  
**K:** 0 #cedc82

**Fascículo 2 - Conociendo tu cuerpo**



**C:** 60 **R:** 127  
**M:** 96 **G:** 43  
**Y:** 12 **B:** 122  
**K:** 3 #7f2b7a



**C:** 32 **R:** 184  
**M:** 63 **G:** 119  
**Y:** 2 **B:** 175  
**K:** 0 #b877af



**C:** 47 **R:** 154  
**M:** 80 **G:** 75  
**Y:** 8 **B:** 143  
**K:** 0 #9a4b8f



**C:** 65 **R:** 106  
**M:** 100 **G:** 32  
**Y:** 26 **B:** 96  
**K:** 18 #6a2060



**C:** 74 **R:** 73  
**M:** 100 **G:** 26  
**Y:** 35 **B:** 71  
**K:** 41 #491a47



**C:** 2 **R:** 233  
**M:** 77 **G:** 90  
**Y:** 46 **B:** 105  
**K:** 0 #e95a69



**C:** 2 **R:** 237  
**M:** 62 **G:** 128  
**Y:** 30 **B:** 141  
**K:** 0 #ed808d

**Fascículo 3 - La menstruación**



**C:** 1 **R:** 230  
**M:** 90 **G:** 52  
**Y:** 70 **B:** 64  
**K:** 0 #e63440



**C:** 2 **R:** 237  
**M:** 62 **G:** 128  
**Y:** 30 **B:** 141  
**K:** 0 #ed808d



**C:** 2 **R:** 233  
**M:** 77 **G:** 90  
**Y:** 46 **B:** 105  
**K:** 0 #e95a69



**C:** 12 **R:** 206  
**M:** 100 **G:** 21  
**Y:** 86 **B:** 40  
**K:** 3 #ce1528



**C:** 24 **R:** 160  
**M:** 99 **G:** 27  
**Y:** 95 **B:** 26  
**K:** 21 #a01b1a



**C:** 71 **R:** 44  
**M:** 8 **G:** 174  
**Y:** 20 **B:** 199  
**K:** 0 #2caec7



**C:** 52 **R:** 127  
**M:** 0 **G:** 203  
**Y:** 13 **B:** 222  
**K:** 0 #7fcbde

**Fascículo 4 - La ginecología natural**



**C:** 49 **R:** 153  
**M:** 0 **G:** 194  
**Y:** 100 **B:** 28  
**K:** 0 #99c21c



**C:** 26 **R:** 206  
**M:** 1 **G:** 220  
**Y:** 60 **B:** 130  
**K:** 0 #cedc82



**C:** 39 **R:** 175  
**M:** 0 **G:** 205  
**Y:** 75 **B:** 97  
**K:** 0 #afcd61



**C:** 60 **R:** 119  
**M:** 21 **G:** 154  
**Y:** 99 **B:** 47  
**K:** 5 #779a2f



**C:** 68 **R:** 90  
**M:** 33 **G:** 120  
**Y:** 100 **B:** 43  
**K:** 20 #5a782b



**C:** 25 **R:** 192  
**M:** 82 **G:** 72  
**Y:** 17 **B:** 130  
**K:** 2 #c04882



**C:** 12 **R:** 218  
**M:** 66 **G:** 116  
**Y:** 5 **B:** 166  
**K:** 0 #da74a6

## TIPOGRAFÍA

La elección de la tipografía se basa en dos tipos de fuentes que contrastaran entre sí para generar composiciones tipográficas interesantes dentro de las composiciones, Vaslam (2017) menciona que la elección de una u otra tipografía puede cambiar completamente el resultado final del diseño, por lo que debe elegirse a consciencia, ya sea por el soporte a utilizar, el tipo de proyecto o por personalidad de la organización.

De acuerdo a lo que aportan Marshall y Meacher (2012) la decisión de la composición tipográfica se tomó en base a los siguientes criterios:

- Se utilizaron tipos contrastantes para destacar cierta información sin afectar la legibilidad.
- Cada tipo de letra tiene un peso considerable en el mensaje que comunica.
- La personalidad que se deseaba transmitir.

En este caso las dos tipografías que se seleccionaron son:

La primera, la familia sans serif **Avenir** ya que por medio de ella se busca transmitir una sensación de tranquilidad, amistad y estabilidad. Y al igual que las san serif son ideales para largos cuerpos de texto por su legibilidad tanto en medios impresos como digitales, el amplio repertorio de variaciones de esta familia permitió crear mejores composiciones tipográficas dentro del material.

La segunda tipografía utilizada fue la caligráfica **Black Jack**, esta se seleccionó para contrastar con los cuerpos de texto y para el uso de titulares, como menciona Vaslam (2017) este tipo de tipografías se asocian con lo elegante, femenino, amigable, creativo y sofisticado; sensaciones que se buscaban transmitir con el material. El contraste entre estas dos tipografías genera armoniosas composiciones sin que interfiera con la lectura, ya que busca resaltar los textos más importantes dentro del contenido de las piezas.

### Black Jack

A B C D E F G H I J K L M N  
 Ñ O P Q R S T U V W X Y Z  
 a b c d e f g h i j k l m n  
 ñ o p q r s t u v w x y z  
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 0  
 " " " ¿ ? ¡ ! ( ) % @  
 / & \$ £ : ; , . \*

### Avenir Book

A B C D E F G H I J K L M N  
 Ñ O P Q R S T U V W X Y Z  
 a b c d e f g h i j k l m n  
 ñ o p q r s t u v w x y z  
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 0  
 " " " ¿ ? ¡ ! ( ) % @  
 / & \$ £ : ; , . \*

### Avenir Medium

A B C D E F G H I J K L M N  
 Ñ O P Q R S T U V W X Y Z  
 a b c d e f g h i j k l m n  
 ñ o p q r s t u v w x y z  
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 0  
 " " " ¿ ? ¡ ! ( ) % @  
 / & \$ £ : ; , . \*

### Avenir Heavy

A B C D E F G H I J K L M N  
 Ñ O P Q R S T U V W X Y Z  
 a b c d e f g h i j k l m n  
 ñ o p q r s t u v w x y z  
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 0  
 " " " ¿ ? ¡ ! ( ) % @  
 / & \$ £ : ; , . \*

## JERARQUÍAS TIPOGRÁFICAS

### Titulares

Para los titulares al ser lo primero que vería la usuaria son los de mayor tamaño en todo el fascículo para llamar su atención hacia el mismo. El alternar tamaños y las tipografías elegidas da dinamismo y ayuda a diferenciar la importancia de cada palabra por individual. Se usó alineación al centro para ayudar a su diferenciación dentro de las composiciones de portada.

1 UNA  
Sexualidad  
SANA

### Subtítulos

Siguiendo la misma aplicación que los titulares pero a una escala menor y en estos se destaca únicamente una o dos palabras como máximo, mientras el resto del texto de los subtítulos se aplica con menor tamaño y el uso de la otra tinta del fascículo correspondiente, esto ayuda a guiar la lectura por los contrastes tipográficos que se crean. Se usó la alineación a la derecha o al centro según las necesidades de la composición en conjunto con los cuerpos de texto donde se usara.

CONOCER TU CUERPO  
ES CREAR TU PROPIA  
revolución.  
Manzanilla  
PARTES ÁREAS



### Cuerpos de texto

Los cuerpos de texto son los de menor tamaño dentro de las composiciones tipográficas y estos manejan principalmente el color base del fascículo correspondiente con el uso de la segunda tinta en algunas áreas para resaltar palabras o frases dentro del texto. Se usó la alineación justificada a la derecha para mantener un orden y limpieza en los mismos.

#### Amenorrea o ausencia de período:

Se conoce así a la ausencia de menstruación. Es decir, cuando sin la presencia de un embarazo o existencia de menopausia no hay menstruación. Existen dos grandes grupos en que se agrupan las -amenorreas-: las primarias son aquellas en las que nunca ha habido menstruación a pesar de haber alcanzado una edad en la que esperamos que se presenta la menarquia, y que se establece entre los 16 y los 18 años. Amenorreas secundarias son aquellas que le suceden por algún motivo a alguien que hasta ese momento menstruaba con regularidad.

Se recomienda el uso de plantas antiespasmódicas y antiinflamatorias.\*

### TÍTULOS

# 2 Conociendo TU CUERPO

# 3 LA Menstruación



## SUBTÍTULOS

SÁCALE PROVECHO A ESTE  
*fascículo*

*clítoris*  
Y GLÁNDULAS VAGINALES

MITOS SOBRE LA  
*menstruación*

LA GINECOLOGÍA  
*natural*

## CUERPOS DE TEXTO

Pon el agua a hervir. Pon la parte de la planta en una jarra. Vierte el agua hirviendo en la jarra por encima de la planta. Trata de dejar la menor cantidad de aire posible. Pon la tapa. Déjalo a remojo a la temperatura de la habitación.

- Para flores: 2 horas
- Para hojas: 4 a 6 horas
- Para flores y hojas: 4 horas
- Para semillas y granos: 30 minutos
- Para raíces y cortezas: 8 horas o toda la noche.  
(Cuela la infusión cuando esté preparada)

## NOTAS:

- Las raíces, corteza, granos y semillas también se pueden preparar en decocción. Nunca hiervas las infusiones, incluso cuando las recalientes. Hirviendolas destruyes la potencia de las plantas.
- Las infusiones se pueden guardar en el frigorífico durante 2 ó 3 días en frascos con la tapa hermética. De este modo, las puedes preparar con vistas a consumirlas adelante y recalentarlas cuando sea necesario.



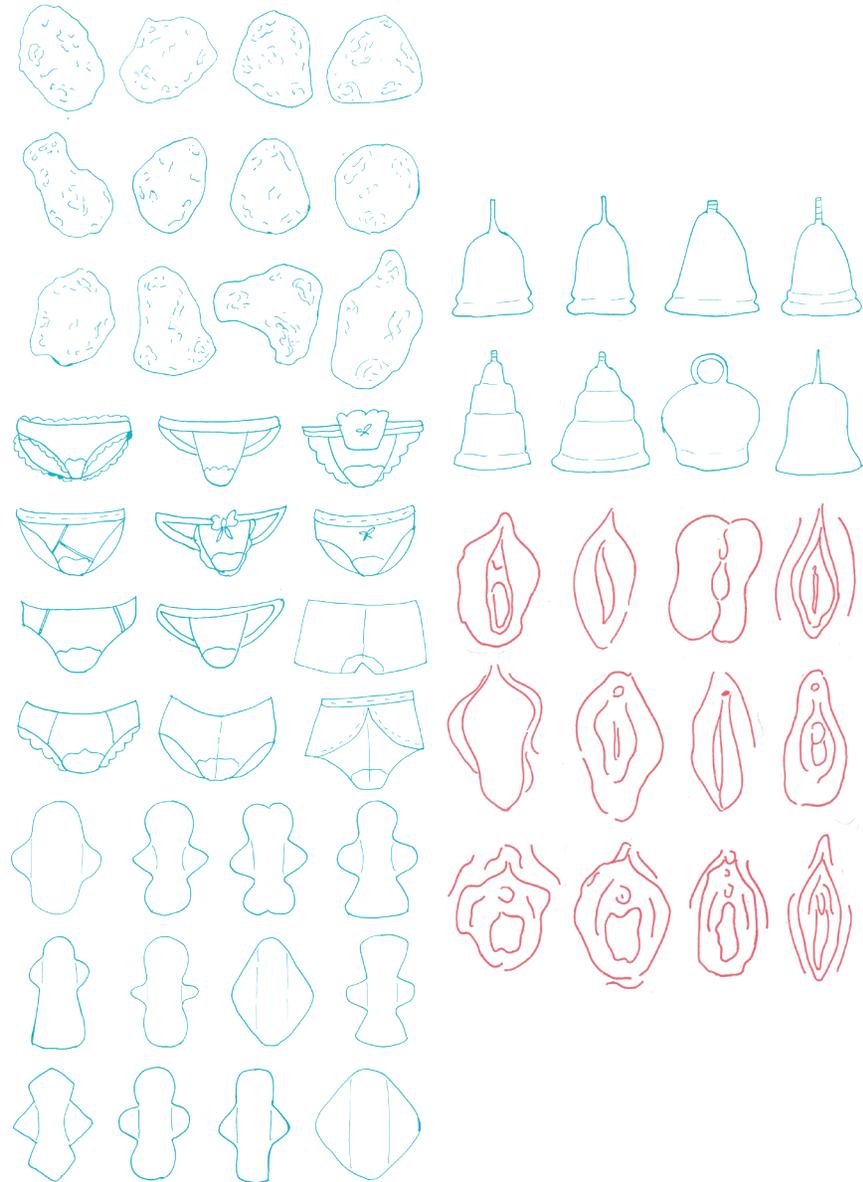
## ELEMENTOS GRÁFICOS

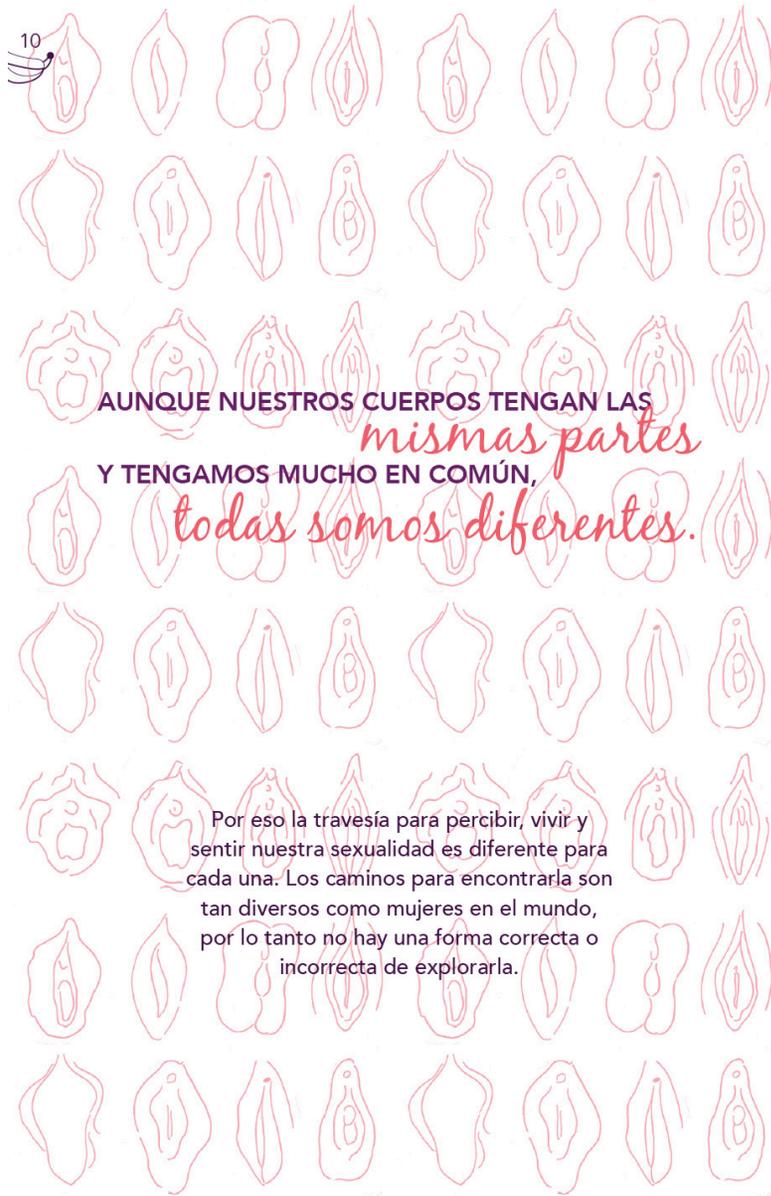
### Texturas

Según Gutiérrez y Prieto (2004) para dar lugar a sorpresas y rupturas se deben lograr gracias a la variación de esquemas estructurados de diagramación, por imágenes abiertas a más de una interpretación, con cambios sutiles o explícitos de la diagramación. Por lo que las texturas sirven como apoyo gráfico para la diagramación del material, para crear rompimientos y dar sorpresas durante la lectura.

Se realizaron distintas texturas según las lecturas de cada fascículo, se tomó en cuenta el hecho de que cada mujer es diferente, al igual que hay distintos tipos y formas del mismo producto por lo que con las texturas se buscaba representar esta diversidad que existe.

Las texturas fueron manejadas solo a línea y con el color complementario del fascículo correspondiente para no interrumpir la lectura del mismo.





AUNQUE NUESTROS CUERPOS TENGAN LAS  
*mismas partes*  
Y TENGAMOS MUCHO EN COMÚN,  
*todas somos diferentes.*

Por eso la travesía para percibir, vivir y sentir nuestra sexualidad es diferente para cada una. Los caminos para encontrarla son tan diversos como mujeres en el mundo, por lo tanto no hay una forma correcta o incorrecta de explorarla.



**PUEDES SANGRAR**  
*libremente*

Independencia total de **TODOS** los métodos, pues consiste en dejar fluir la sangre menstrual utilizando solamente los músculos del suelo pélvico. Tienes un empoderamiento total de tu menstruación, reconoces tus músculos y aprendes a utilizarlos al máximo.

Posees un alto control sobre tu cuerpo y tu ciclo. Para esta opción es necesario conocer profundamente los músculos del suelo pélvico por lo que necesitas disponibilidad de tiempo para aprender.



### Iconografía

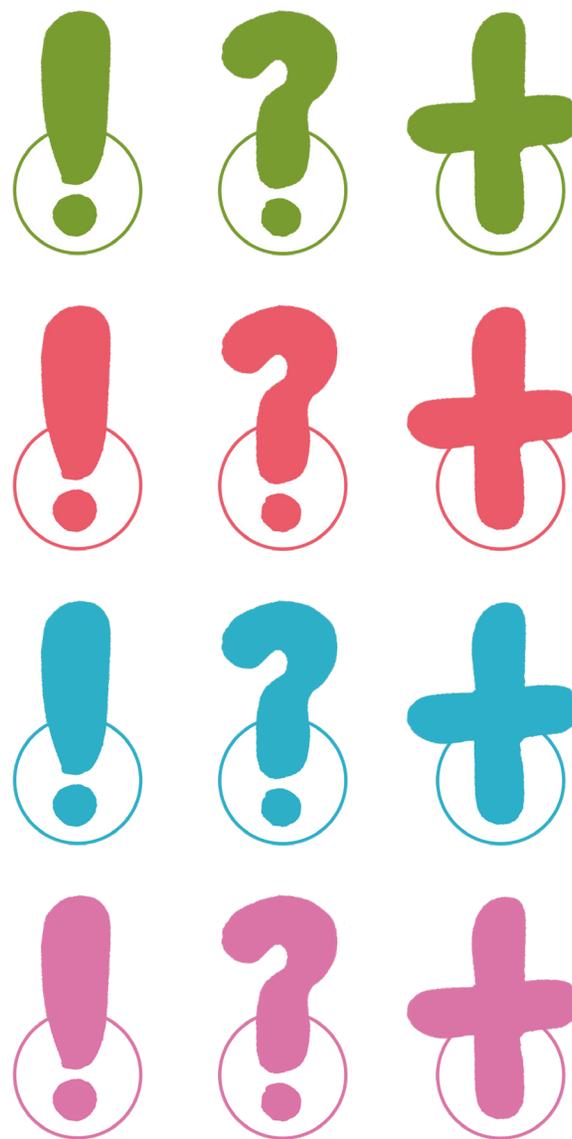
Según Gutiérrez y Prieto (2014) el uso de iconografía en materiales educativos ayuda a hacer comprensible el texto ya que acentúan un aspecto clave dentro de la lectura, es un detalle que se repite y da continuidad al texto. Por lo que la iconografía tiene como objetivo acompañar el texto e identificar las distintas secciones dentro del mismo. Hay 3 tipos de iconos diferentes que se manejaron de manera signíca, siendo estos:

**Sección de lectura:** amplía tu conocimiento representado con un signo más (+) ya que transmite que se agrega valor al conocimiento de la lectora.

**Sección de ejercicios:** Descubre y explora representado con un signo de exclamación (!) ya que transmite esa sorpresa de descubrir algo nuevo.

**Sección de reflexión:** Medita y analiza representado con un signo de interrogación (?) ya que transmite que es momento de cuestionarse y analizar lo aprendido.

La iconografía fue manejada con un trazo orgánico y con el color complementario del fascículo correspondiente para que fuera fácil de identificar dentro del mismo.



## ILUSTRACIÓN

Las ilustraciones en general comparten los rasgos de ser estilos con formas orgánicas y técnicas que connotan un acercamiento a la naturaleza para mantenerse dentro de los antecedentes gráficos del colectivo y tendencias sobre naturaleza y temáticas feministas para que sean de fácil identificación para el grupo objetivo y pudieran presentarse de una manera más amigable y atractivo para el mismo.

Para las **ilustraciones de apoyo** se manejó un estilo tipo sketch a tinta para continuar con los antecedentes gráficos del colectivo y tendencias de ilustración para temas feministas, de naturaleza o sobre como se interrelacionan las mujeres con la madre tierra.

Para las **ilustraciones de diagramas y páginas internas** se manejó un estilo científico, ya que al ser partes del cuerpo humano hacía referencia a varios productos o métodos dentro del texto, estos debían acercarse a como son en la realidad para no enviar un mensaje erróneo a la lectora. Se colorearon con un acabado de acuarela para connotar delicadeza y dar una sensación de ser parte de la naturaleza.

Para las **ilustraciones de portadas** el estilo de ilustración utilizado es una combinación de los otros dos explicados con anterioridad, con la diferencia que en este solo se toman los rasgos más importantes de cada ilustración para no sobrecargar la misma con demasiados detalles.

### ILUSTRACIÓN DE APOYO

La ilustración de apoyo es un elemento importante dentro del desarrollo de los materiales para Guatemala Menstruante, ya que de acuerdo a SAAB (2014) la ilustración científica de las plantas está definida por su propósito como una ayuda para el estudio y clasificación de especies e incluyen una preferencia por el trabajo en blanco y negro.

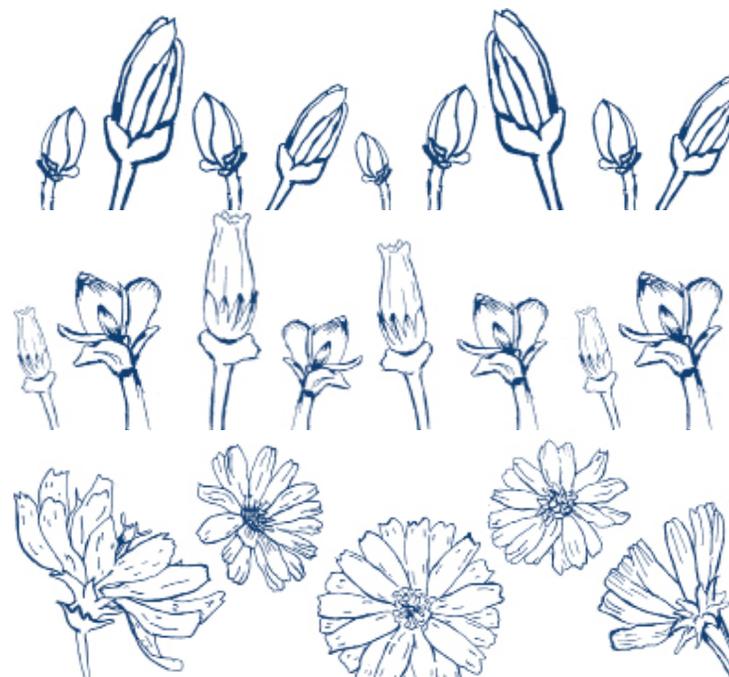
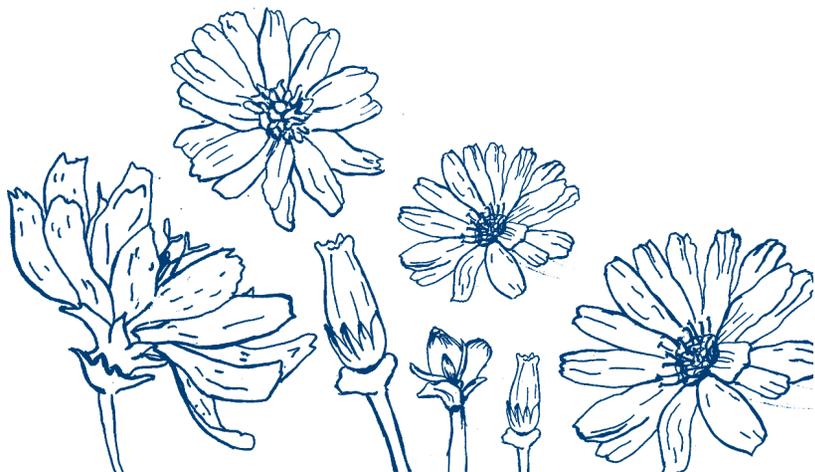
Este estilo se eligió también según los antecedentes gráficos del colectivo y tendencias de ilustración para temáticas feministas, de naturaleza o sobre cómo se interrelacionan las mujeres con la madre tierra y así como la conexión con el concepto. Por lo que para las ilustraciones de apoyo se realizaron a tinta tipo sketch con tinta negra y rapidografos para lograr captar todos los detalles de cada especie de flor medicinal seleccionada y manteniendo como base el trazo limpio y fluido sin color

para no afectar la legibilidad de los detalles.

Cada flor fue ilustrada en sus distintas fases de florecimiento para reforzar la palabra "florecer" del concepto y así representar ese cambio de estado conforme avanza en el camino de explorar su propia sexualidad.

Cada fascículo cuenta con una especie de flor medicinal distinta que se eligió según la temática del mismo.

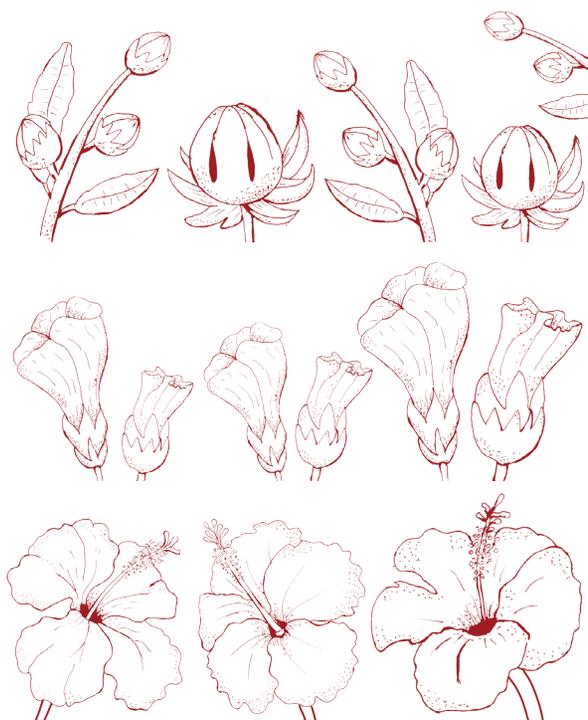
La **flor de achicoria** se eligió para el Fascículo 1 - Una sexualidad sana; por ser una planta laxante, la cual ayuda a desintoxicar el cuerpo, lo cual se asocia con eliminar todas aquellas relaciones o prácticas tóxicas de la vida de la mujer. Dar un nuevo comienzo y empezar el recorrido a una sexualidad sana, el cual es el objetivo de este fascículo.



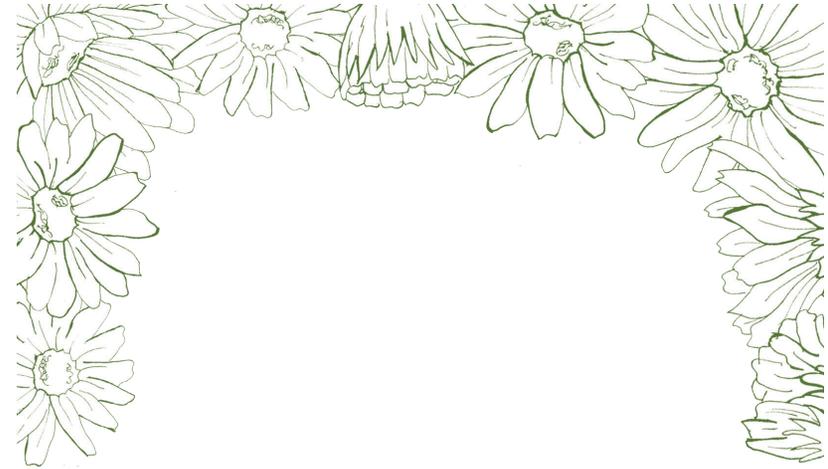
La **flor de manzanilla** se eligió para el Fascículo 2 - Conociendo tu cuerpo; por ser una planta antiespasmódica, la cual ayuda a quitar cólicos, es relajante y calma la ansiedad; esta flor se asocia con un estado de reflexión interna, un estado vulnerable, delicado y personal donde la mujer puede tomarse el tiempo para explorar su cuerpo, el cual es el objetivo de este fascículo.

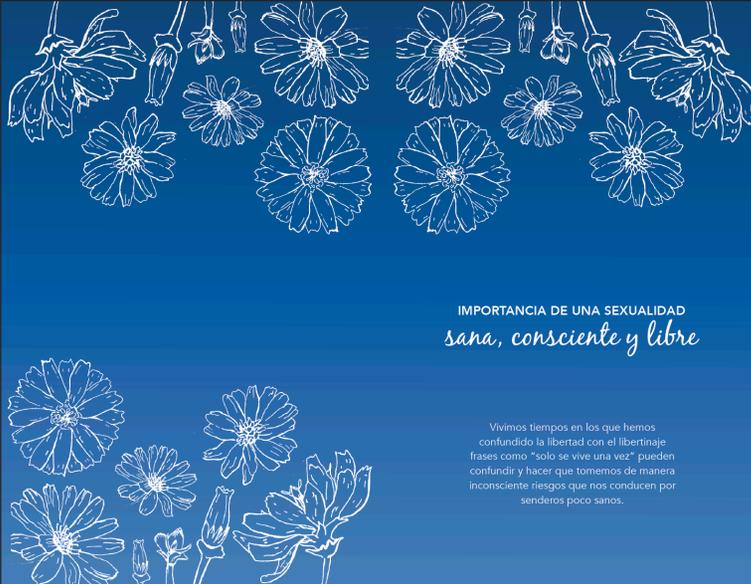


La **flor rosa de jamaica** se eligió para el Fascículo 3 - La menstruación; por ser una planta con efecto diurético, la cual ayuda a la expulsión de líquidos, esto se asocia con la menstruación pues durante la misma se lleva a cabo una expulsión de sangre por parte del cuerpo; y así como se expulsan líquidos se vuelven a recuperar con el tiempo lo que lo vuelve un ciclo al igual que el ciclo menstrual siendo esta la temática de este fascículo.



La **flor de caléndula** se eligió para el Fascículo 4 - La ginecología natural; por ser una planta con diversos efectos como antiinflamatorios, antihemorrágicos, para el tratamiento de quistes, entre otros. Al ser una flor tan versátil se asocia con la diversidad de plantas y flores al igual que de aplicaciones y manera de utilizarlas para el beneficio de la salud sexual de la mujer, siendo esta la temática de este fascículo.





**IMPORTANCIA DE UNA SEXUALIDAD sana, consciente y libre**

Vivimos tiempos en los que hemos confundido la libertad con el libertinaje. Frases como "solo se vive una vez" pueden confundir y hacer que tomemos de manera inconsciente riesgos que nos conducen por senderos poco sanos.

14

**LABIOS externos**

Los labios externos son dos pliegues carnosos que vemos a primera vista si nos vemos desde abajo con un espejo. Se extienden un poco hasta el Monte de Venus, que es la zona debajo del abdomen, definiendo la hendidura de la vulva, a la vez que cubren y protegen sus estructuras más delicadas.

Están cubiertos por piel, internamente se encuentran muchas terminaciones nerviosas, por lo que son bastante sensibles y reaccionan ante el roce de cualquier elemento. Su lado interno es suave y brillante, se vuelve rojo con la excitación debido a la concentración sanguínea.

En su parte externa nace el vello púbico cuya función es proteger más nuestra vulva y evitar que se den infecciones. Dejar o retirar estos vellos es una decisión personal.

\*Usa este espacio para anotar lo que deseas

**!?**

**EJERCICIOS**




28

**SOBRE LOS QUÍMICOS Y TOXINAS EN tampones y toallas**

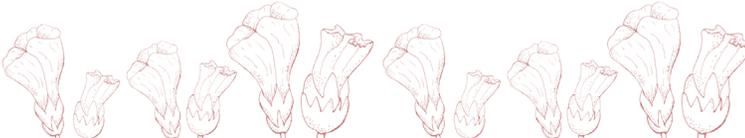
Según la información del Manual de Ginecología Natural de Pabla Pérez y el resumen de Francisca Arriagada De El Ciudadano.

Los fabricantes de tampones incluyen asbesto en ellos. De acuerdo a esto, dos profesores del Departamento de Biología Molecular de la Universidad de Illinois en Estados Unidos dijeron lo siguiente: "La industria del tampón incluye asbesto en sus productos con la intención de hacer sangrar más a las mujeres durante su periodo menstrual y favorecer así el aumento de consumo de esta mercancía" (Donna C. Boisseau, Universidad de Illinois).

El asbesto es el nombre de un grupo de minerales del tipo silicatos que se producen en la naturaleza y pueden ser separados por fibras. Las fibras son fuertes y resistentes al paso del tiempo y al fuego; también son largas y flexibles y pueden ser tejidas para formar tela. El asbesto, además de ser usado en tampones, es utilizado en muchos productos de consumo industrial: foros de tubo, empaques y artefactos de frenado o cemento aislante. El asbesto es un componente cancerígeno.

En los tampones y compresas, también hay otros componentes como la dioxina y el rayón. La dioxina es un químico que decolora, usado para blanquear las fibras del tampón. Produce cáncer y es tóxico para el sistema inmunológico y reproductivo. Causa alteraciones en la mucosa del útero, endometrio y puede causar endometriosis.

En septiembre de 1999 la Agencia de Protección Ambiental de EE.UU declaró que el peligro real de la dioxina estaba relacionado con un contacto repetitivo, como lo es, paradójicamente hablando, ocupar tampones 4 o 5 veces al día, durante 5 días al mes, por 38 años aproximadamente a lo largo de tu vida.



24

**Cocimiento**  
(COCCIÓN, TÉ HERVIDO)

Para la mayoría de raíces y cortezas.

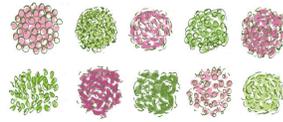
**Método:**  
Medio puñado de raíz o corteza seca por dos tazas de agua fría. Tapa y pon a fuego lento durante 20 minutos. No lo hiervas. Cuéllalo. Puede guardarse en el frigorífico durante 2 ó 3 días. Las raíces y las cortezas pueden ponerse en remojo toda la noche antes de ponerlas al fuego. Esto incrementa su potencia.

**Granos Y SEMILLAS**

Muelelas ligeramente. Usa 3 cucharadas por 3 tazas de agua. Tapa, pon al fuego durante 20 minutos. No lo hiervas, cuéllalo y bebe 3 tazas al día.

**Cápsulas**

Las cápsulas usan hierbas en polvo. Puedes comprar cápsulas vacías de gelatina en tiendas de salud y herboristerías y rellenarlas tú misma.



## ILUSTRACIÓN DE DIAGRAMAS Y PÁGINAS INTERNAS

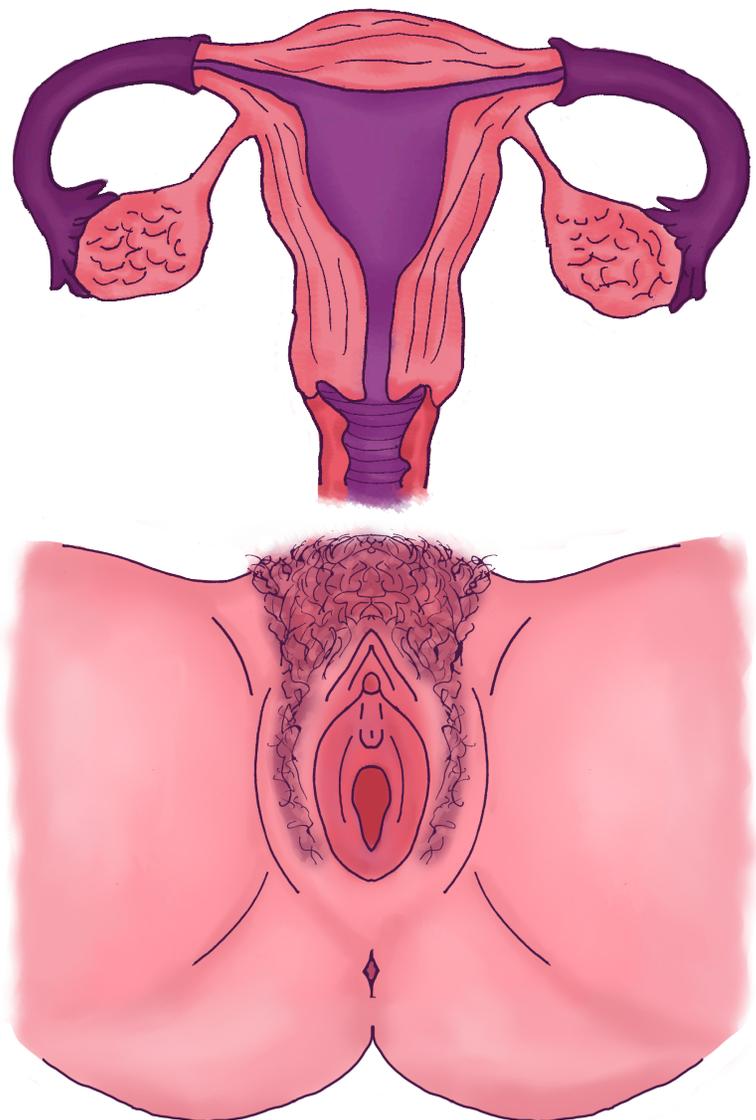
La ilustración de los diagramas y páginas internas es un elemento principal dentro del material ya que representan la información presentada en los mismos, según Colás (2009) la ilustración educativa debe servir como apoyo o como representación de un contenido, este tipo de ilustración en particular es de tipo información inventariada ya que incluye ilustraciones de objetos reales, por lo que también se puede denominar como ilustración científica en el caso de los diagramas de partes del cuerpo humano, Paramón (2003) menciona que la claridad y legibilidad de los detalles en la ilustración científica y técnica son de suma importancia para identificar cada elemento significativo de la ilustración.

El estilo de ilustración elegido se debió a que por ser partes del cuerpo deben realizarse lo más apegado a la realidad por ser para un material de educación sexual y de esta manera presentar a la lectora cómo son las partes del cuerpo en realidad y no enviar un mensaje erróneo del mismo.

Las ilustraciones fueron coloreadas con un pincel con textura de acuarela por ser una técnica que connota delicadez y aporta una sensación de ser parte de la naturaleza, de esta manera se busca también seguir con la línea gráfica de estilos orgánicos a lo largo del desarrollo de las piezas.



Órganos sexuales de la mujer - clitoris y ovario



Órganos sexuales y área íntima de la mujer - útero y vulva



Analogía de las distintas alteraciones menstruales en la mujer - amenorrea, hipermenorrea, dismenorrea, endometriosis



Carpa roja, lugar de reunión para mujeres



Distintas presentaciones y preparaciones de plantas medicinales



### ILUSTRACIÓN DE PORTADAS

La ilustración de portadas es el primer acercamiento que tendrá el grupo objetivo con el material, por lo que debían ser lo suficientemente atractivas para llamar y retener la atención del mismo. El estilo de ilustración utilizado para las portadas es una combinación de los otros dos explicados con anterioridad, con la diferencia que en este solo se toman los rasgos más importantes de cada ilustración para no sobrecargar la misma con demasiados detalles.

Se buscó representar de manera simplificada los distintos estilos, personalidades, complejiones y "tipos" de mujeres en Guatemala. Desde mujeres con cabello liso hasta colochos, cabello corto o largo, delgadas o gordas y también con representación por parte de la comunidad indígena del país que abarca un gran porcentaje de las mujeres en Guatemala.

El color de cada portada se determinó según el contenido del fascículo correspondiente y de que es lo que connotan con la temática del mismo. Para la diagramación final de las portadas se agregaron ilustraciones de flores como apoyo visual en su utilización como marcos para guiar la vista de la lectora en la portada. Las poses que transmiten en cada portada difieren según la personalidad de cada mujer ilustrada.





GUATEMALA  
menstruante

1 UNA Sexualidad SANA

This illustration features a woman with wavy hair, wearing a flower crown and a necklace of flowers. She is depicted in a circular frame against a light blue background. The text 'GUATEMALA menstruante' is at the top, and '1 UNA Sexualidad SANA' is at the bottom.



GUATEMALA  
menstruante

2 Conociendo TU CUERPO

This illustration features a woman with wavy hair, wearing a flower crown and a necklace of flowers. She is depicted in a circular frame against a purple background. The text 'GUATEMALA menstruante' is at the top, and '2 Conociendo TU CUERPO' is at the bottom.





## FASCÍCULOS

Ospina (2008) menciona que los materiales educativos están constituidos por todos los instrumentos de apoyo, herramientas y ayudas que se construyen o seleccionan con el fin de acercar a los estudiantes al conocimiento y a la construcción de los conceptos para facilitar de esta manera el aprendizaje. En el caso de los fascículos pueden utilizarse ya sea en las charlas y talleres del colectivo como de manera personal y privada por aparte. Esta doble finalidad permite aprovechar de mejor manera el material ya que no se limita su uso a un solo lugar o situación.

La importancia de dosificar los contenidos en función del tiempo con el que se cuenta para impartir las charlas o talleres y la adecuación de los temas en orden deductivo y lógico ayuda mantener el interés de las usuarias en el tema, al igual que da espacios para practicar lo aprendido en su espacio privado y compartir sus propias experiencias conforme se avanza en los contenidos. Esto da retroalimentación tanto a las facilitadoras como a las demás usuarias en la charla o taller.

Los fascículos se conforman por 4 temas que se complementan entre sí y tienen un orden lógico para explorar el autoconocimiento del cuerpo de la mujer siendo estos:

- Una sexualidad sana
- Conociendo tu cuerpo
- La menstruación
- La ginecología natural

La diagramación de los fascículos se manejó una retícula manuscrita tipo espejo y a doble página ya que los cuerpos de texto eran extensos y para aprovechamiento del tamaño del material (media carta) y que de esta manera el contenido transmita una sensación de limpieza y orden y facilitará la lectura de la usuaria.

Cada fascículo hace uso de la paleta de color correspondiente y sus respectivos colores complementarios para seguir manejando la unidad dentro de las distintas piezas. Al igual que esto ayuda a darle riqueza visual al material y también a manejar rompimientos y sorpresas dentro del mismo.

En las portadas y contraportadas de los fascículos se agregaron ilustraciones de flores como apoyo visual en su utilización como marcos para guiar la vista de la lectora en la portada y contraportada.

Las jerarquías visuales en general se lograron gracias a las composiciones de tipográficas de los textos donde se alternan las 2 tipografías elegidas, tamaños y las 2 tintas correspondientes de cada fascículo.

La integración de las ilustraciones fueron en función del texto para los diagramas e ilustraciones de páginas internas, mientras que las ilustraciones de apoyo (flores) eran en función con el espacio disponible en cada página.

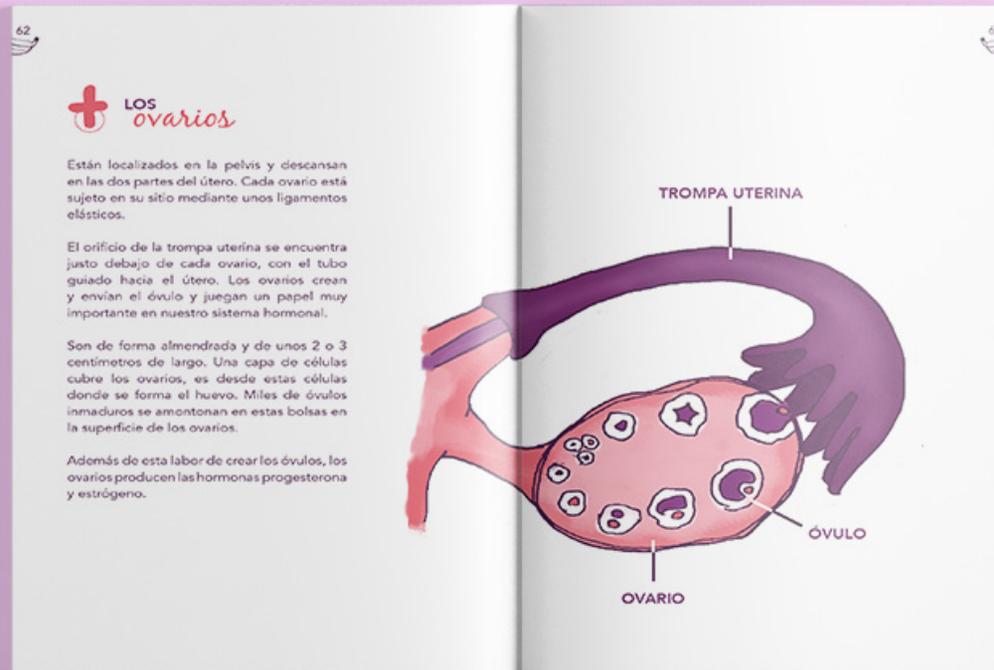
Para la numeración de las páginas se tomó una sección del isotipo de Guatemala Menstruante ya que se buscaba seguir una línea gráfica similar a la que ya se ha estado manejando en el colectivo con anterioridad. La misma se colocó en las esquinas superiores de los fascículos para no interrumpir la lectura y por ser el lugar con mayor espacio en blanco en toda la diagramación.

Las hojas de stickers se incluyeron en conjunto con los fascículos reutilizando las ilustraciones correspondientes a cada uno y de esta manera aprovechar más su uso. Estas buscan transmitir un sentimiento de logro y ser vistas como recompensa por haber utilizado y aprendido en el transcurso del fascículo.

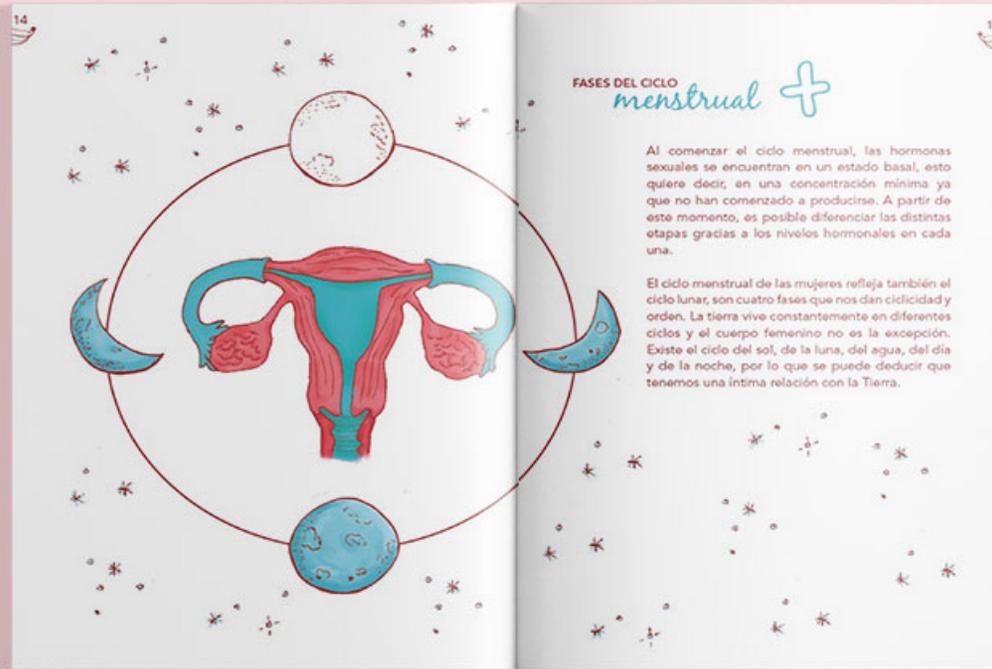
FASCÍCULO 1 - UNA SEXUALIDAD SANA



FASCÍCULO 2 - CONOCIENDO TU CUERPO



FASCÍCULO 3 - LA MENSTRUACIÓN



FASCÍCULO 4 - LA GINECOLOGÍA NATURAL



**Cocimiento**  
(COCCIÓN, TÉ HERVIDO)

Para la mayoría de raíces y cortezas.

**Método:**

Medio puñado de raíz o corteza seca por dos tazas de agua fría. Tapa y pon a fuego lento durante 20 minutos. No lo hiervas. Cuéllalo. Puede guardarse en el frigorífico durante 2 ó 3 días. Las raíces y las cortezas pueden ponerse en remojo toda la noche antes de ponerlas al fuego. Esto incrementa su potencia.

**Granos**  
Y SEMILLAS

Muelelas ligeramente. Usa 3 cucharadas por 3 tazas de agua. Tapa, pon al fuego durante 20 minutos. No lo hiervas, cuéllalo y bebe 3 tazas al día.

**Cápsulas**



Las cápsulas usan hierbas en polvo. Puedes comprar cápsulas vacías de gelatina en tiendas de salud y herboristerías y rellenarlas tú misma.

## INFOGRAFÍAS

Galindo (2010) menciona que las infografías son una combinación de imágenes sintéticas, explicativas, fáciles de entender y textos con el fin de comunicar información de manera visual para facilitar su transmisión. Y los Fundadores de Column Five (2012) mencionan que se debe establecer qué es lo que la infografía está tratando de conseguir ya que determina las prioridades del gráfico de los cuales los principales son la atracción, comprensión y retención. En el caso de las infografías diseñadas son del tipo académico / científico por lo que el aspecto prioritario de las mismas es la comprensión y retención de información, así que se destacó la información más valiosa e importante de cada fascículo al igual que las ilustraciones principales del mismo como punto focal y ayuda para dirigir la lectura.

La retícula utilizada para las infografías fue modular para tener la facilidad de colocar la información e ilustraciones dentro de la misma. La infografía está dividida en varias secciones siendo estas: el título e introducción, la ilustración o información principal que es de mayor tamaño. las ilustraciones e información secundaria en menor tamaño y una frase extraída del fascículo correspondiente como cierre de la infografía. De esta

manera la información sigue un orden lógico y ordenado sin perder la estética.

Se agregaron también las flores de apoyo para reforzar la palabra “florecer” del texto y sobre cómo cambia su estado conforme avanza en la lectura estas con opacidad para no interrumpir la lectura y manejar las jerarquías de información, se usaron en todas las infografías para mantener consistencia visual entre las mismas. El color usado en cada infografía corresponde a un fascículo diferente, el cual ayuda a diferenciarlos entre sí.

**GUATEMALA**  
menstruante

## Conocer TU CUERPO ES crear TU PROPIA revolución

Recuerda que todo tu cuerpo está lleno de terminaciones nerviosas que transmiten las señales de placer y dolor al cerebro.  
Los órganos genitales se dividen en externos e internos.

### Externos

- LABIOS MAYORES**  
Son dos pliegues carnosos y su cara externa está cubierta de vello.
- LABIOS MENORES**  
Ubicados dentro de los labios mayores son más pequeños y delicados.
- ENTRADA VAGINAL**  
Es el canal que conecta la vulva y los órganos internos.
- GLÁNDULAS VAGINALES**  
Segregan un líquido que reduce la acidez natural de la vagina.
- MONTE DE VENUS**  
Tajido de grasa blanda ubicado sobre la pabris que protegen los genitales internos.
- CLÍTORIS**  
Su única propósito es darte placer y contiene 8,000 terminaciones nerviosas.
- URETRA**  
Es el canal conductor de la orina.
- PERINEO**  
Es un tejido de músculos, que sostienen los órganos de la cavidad pélvica.
- ANO**  
Orificio de abertura hacia el exterior, a través del cual se libera la materia fecal.

### Internos

- OVARIOS**  
Son dos órganos con forma de almendra, ubicados sobre el final de ambas trompas uterinas. Su función es generar óvulos.
- TROMPAS UTERINAS**  
Son dos conductos que se extienden desde cada ovario hasta el útero y son el escenario donde se produce la fertilización.
- ÚTERO**  
Es un órgano muscular hueco ubicado entre la vejiga y el recto. Su forma se asemeja a la de una pera pequeña invertida. Aquí se deposita el óvulo fecundado y tiene lugar el embarazo.
- VAGINA**  
Es un conducto cilíndrico hasta el cuello del útero. Sus paredes están formadas por músculos y cubiertas por mucosa.

AUNQUE NUESTROS CUERPOS TENGAN LAS *mismas partes* Y TENGAMOS MUCHO EN COMÚN, *todas somos diferentes.*

**GUATEMALA**  
menstruante

## EL Ciclo menstrual

No es sólo el periodo del sangrado; es más bien el tiempo que se mide desde el primer día de sangrado hasta el día anterior a la siguiente menstruación.  
El ciclo menstrual de las mujeres refleja también el ciclo lunar, son cuatro fases que nos dan ciclicidad y orden.

### Fases

- LUNA LLENA, FASE EXPRESIVA, TIEMPO PARA DESARROLLAR**  
**Óvulera**  
El óvulo recorre la trompa y vuelve hasta al útero.
- LUNA CRESCIENTE, FASE ORGANIZADORA, TERMINAR Y ORGANIZAR**  
**Lútea**  
El óvulo recorre la trompa de falopio hacia el útero. Si no es fecundado se prepara para salir.
- LUNA NUEVA, FASE REFLEXIVA, SABER Y DESCANSAR**  
**Menstrual**  
El óvulo es expulsado por la vagina junto con el endometrio.
- LUNA MENGUANTE, FASE DE LIBERACIÓN, PLANEAR E INSICIR**  
**Folicular**  
El óvulo se prepara para salir del ovario.

### ALTERACIONES menstruales

AMENORRREA O AUSENCIA DE PERIODO

HIPERMENORRREA O FLUJO EXCESIVO

DISMENORRREA O PERIODO DOLOROSO

ENDOMETRIOSIS, EL ENDOMETRIO CRECE FUERA DEL UTERO

### ALTERNATIVAS PARA NUESTRO flujo

COPA MENSTRUAL  
Recipiente de silicona médica que se inserta en la vagina para recoger el flujo de sangre.

TAMPONES LIBREMENTE  
Independencia total de TODOS los métodos.

TOALLAS DE TELA  
Compresas hechas de algodón para absorber el flujo menstrual.

ESPONJAS MARINAS  
Tampones naturales y reusables, es un producto 100% orgánico.

**GUATEMALA**  
menstruante

## LA Ginecología natural

Pretende ser un movimiento de salud, en el que las mujeres mismas sean las especialistas de su propia salud sexual.

### PLANTAS medicinales

¿CÓMO USAR LAS PLANTAS?  
Preparar un té de hierbas para degustar o por placer es muy diferente que prepararlas para un médico.  
Esta vitadilla de alfileres, una mano de cristal, esmalado o de acero inoxidable con anillos de madera.  
Una agua filtrada o de manantial para pociones más potentes.

**INFUSIÓN (TISANA, TÉ ABIGADO)**  
Para la mayoría de las flores, hojas y tallos.

**COCCIMIENTO (COCCIÓN, TÉ MEDICINAL)**  
Para la mayoría de raíces y cortezas.

**GRANOS Y SEMILLAS**  
Medida ligamentosa.

**CAPSULAS**  
Usar hierbas en polvo.

**ESENCIAS**  
EN ACEITE O AROMÁTICAS  
Plantas aromáticas disueltas en aceite.

**COMPRESAS**  
Gasa humedecida en infusión o cocción de la planta.

### RECOLECTAR PLANTAS medicinales

- Las plantas no deben estar húmedas por la lluvia o el rocío.
- Evitar golpes en las recolecciones.
- Las plantas no deben guardarse mientras están húmedas.
- Deben de estar limpias de tierra, insectos, suciedad y moho.
- No recolectar al lado de carreteras, cerca de agua contaminada, o lugares tóxicos.

### CONSERVAR PLANTAS medicinales

- No secar al sol, mejor en lugares ventilados y cubiertos.
- Se pueden colgar en mecheros, o colocarlos sobre estantes ventilados o alfileres.
- Evitar apilar las hierbas recogidas y ponerlas en bolsas de plástico cerradas herméticamente.
- Almacenarlas en lugar fresco, pero protegidas del frío.
- En bolsas de papel fino colocadas en cajas de madera o de cartón recubiertas de papel.
- En recipientes de cerámica o de cristal esmalado que resistan la entrada de luz.

### EFECTOS DE LAS plantas

Antiespasmódico o espasmolítico, para quitar el cólico o dolor.

**HIERBABUENA**

Efecto antiinflamatorio, disminuye la inflamación.

**PERICÓN**

Efecto anticoagulante, evita la formación de coágulos.

**MUÉRCAGO**

Plantas tranquilizantes o con efecto relajante.

**CALENDULA**

**PEREJIL**

**TOMILLO**

**TILO**

**MANZANILLA**

Plantas con efecto diurético, favorecen la expulsión de líquidos.

**ROSA DE JAMAICA**

**TAMARINDO**

ADQUIERE EL FASCÍCULO DE GINECOLOGÍA NATURAL PARA VER EL LISTADO DE PLANTAS MEDICINALES Y SUS DÓNDE.

CONOCE, VALORA, CUIDA Y DATE PLACER CON EL PODER QUE POSEE EL *autoconocimiento*

INFOGRAFÍA FASCÍCULO 2

GUATEMALA *menstruante*

## Conocer TU CUERPO ES crear TU PROPIA revolución

Recuerda que todo tu cuerpo está lleno de terminaciones nerviosas que transmiten las señales de placer y dolor al cerebro.

Los órganos genitales se dividen en externos e internos.

**Externos**

**LABIOS MAYORES**  
Son dos pliegues carnosos y su cara externa está cubierta de vello.

**LABIOS MENORES**  
Ubicados dentro de los labios mayores son más pequeños y delgados.

**ENTRADA VAGINAL**  
Es el canal que conecta la vulva y los órganos internos.

**GLÁNDULAS VAGINALES**  
Segregan un líquido que reduce la acidez natural de la vagina.

**MONTE DE VENUS**  
Tejido graso blando ubicado sobre la pelvis que protege los genitales internos.

**CLITORIS**  
Su única propósito es darte placer y contiene 8,000 terminaciones nerviosas.

**URETRA**  
Es el canal conductor de la orina.

**PERINEO**  
Es un tejido de músculos, que sostiene los órganos de la cavidad pélvica.

**ANO**  
Orificio de abertura hacia el exterior a través del cual se libera la materia fecal.

**Internos**

**OVARIOS**  
Son dos órganos con forma de almendra, ubicados sobre el final de ambas trompas uterinas. Su función es generar óvulos.

**TROMPAS UTERINAS**  
Son dos conductos que se extienden desde cada ovario hasta el útero y son el escenario donde se produce la fertilización.

**ÚTERO**  
Es un órgano muscular hueco ubicado entre la vejiga y el recto. Su forma se asemeja a la de una pera pequeña invertida. Aquí se deposita el óvulo fecundado y tiene lugar el embarazo.

**VAGINA**  
Es un conducto cilíndrico hasta el cuello del útero. Sus paredes están formadas por músculos y cubiertas por mucosa.

AUNQUE NUESTROS CUERPOS TENGAN LAS MISMAS PARTES Y TENGAMOS MUCHO EN COMÚN, TODAS SOMOS DIFERENTES.

INFOGRAFÍA FASCÍCULO 3

GUATEMALA *menstruante*

## EL Ciclo menstrual

No es sólo el período del sangrado; es más bien el tiempo que se mide desde el primer día de sangrado hasta el día anterior a la siguiente menstruación.

El ciclo menstrual de las mujeres refleja también el ciclo lunar, son cuatro fases que nos dan claridad y orden.

**Fases**

**Menstruación**  
El útero se espigala por la sangre para comenzar un nuevo ciclo.

**Follículo**  
El útero prepara para salir del ciclo.

**Ovulación**  
El óvulo abandona la trompa y se libera al útero.

**Luna**  
El útero recupera la trompa de la sangre para el día siguiente.

**ALTERACIONES menstruales**

**AMENORRUEA O ANOMALIA EN EL CICLO**  
Ausencia de flujo menstrual.

**HIPERANDAMENORRUEA O FLUJO EXCESIVO**  
Flujo menstrual excesivo.

**DISMENORRUEA O DOLOR MENSTRUAL**  
Dolor durante el ciclo menstrual.

**ALTERNATIVAS PARA NUESTRO flujo**

**COPIA MENSTRUAL**  
Reservorios de algodón medicado que se inserta en la vagina para recoger el flujo menstrual.

**TOALLAS DE TELA**  
Compresas hechas de algodón para absorber el flujo menstrual.

**ESFONJAS MARIÑAS**  
Trompas naturales y orgánicas, es un producto 100% orgánico.

**SANGRAR LIBREMENTE**  
Independencia total de TODOS los métodos.

**EFECTOS DE LAS plantas**

**HERBIBLENDA**  
Efecto antiinflamatorio y analgésico.

**PERICLI**  
Efecto antiinflamatorio y analgésico.

**MIRICOLA**  
Efecto antiinflamatorio y analgésico.

**CALDENUELA**  
Efecto antiinflamatorio y analgésico.

**PIRELA**  
Efecto antiinflamatorio y analgésico.

**TOCOTELO**  
Efecto antiinflamatorio y analgésico.

**TIO**  
Efecto antiinflamatorio y analgésico.

**MANZANILLA**  
Efecto antiinflamatorio y analgésico.

COMENZAMOS A VIVIR UNA MENSTRUACIÓN consciente

INFOGRAFÍA FASCÍCULO 4

GUATEMALA *menstruante*

## LA Ginecología natural

Planteada por un movimiento de salud, en el que las mujeres crean sus propias recetas de su propia salud anual.

**PLANTAS medicinales**

**¿CÓMO USAR LAS PLANTAS?**  
Preparar un té de hierbas para digerir y por placer se may. Preparar un preparado para el ciclo.

Esta actividad de plantas, en contra de la salud, se realiza en un momento de bienestar de la mujer.

Una mujer debe o de momento para preparar sus plantas.

**RECOLECTAR PLANTAS medicinales**

- Las plantas se deben recolectar por la mañana y en un día soleado.
- Las plantas se deben lavar con agua limpia.
- Se debe evitar el uso de pesticidas, herbicidas y fertilizantes.
- Se debe evitar el uso de agua contaminada.
- Se debe evitar el uso de agua contaminada.
- Se debe evitar el uso de agua contaminada.

**CONSERVAR PLANTAS medicinales**

- Se debe evitar el uso de agua contaminada.
- Se debe evitar el uso de agua contaminada.
- Se debe evitar el uso de agua contaminada.
- Se debe evitar el uso de agua contaminada.
- Se debe evitar el uso de agua contaminada.

COMENZAMOS A VIVIR UNA MENSTRUACIÓN consciente

## POST DIGITALES (CATEGORÍAS)

Para los post digitales se realizó una estrategia de medios para su publicación en redes sociales, se buscaron 3 categorías diferentes de post para que exista variedad de contenido en la red social "Facebook" de Guatemala Menstruante. Según la empresa Velaio (2015) el marketing en redes sociales facilitan la interacción de la marca con su público objetivo, a un nivel mucho más personalizado y dinámico que con las técnicas de mercadeo tradicional. Y al ser esta red social el principal medio por el cual el colectivo comparte información y por donde reciben más visitas e interacción se realizó un análisis que estableció los días y horarios ideales para publicar contenido los cuales son durante la semana:

- Lunes en horario de 2 a 4 pm
- Miércoles en horario de 6 a 8 pm y 10 a 12 pm
- Jueves en horario de 2 a 4 pm y 10 a 12 pm
- Sábado en horario de 10 a 12 am
- Domingo en horario de 8 a 10 am y 6 a 8 pm

Estos días y horarios son los momentos donde existe mayor actividad e interacción dentro de su página de Facebook principalmente en publicaciones de imágenes con frases, infografías, fotografías e ilustraciones con

mensajes feministas, relacionados con la naturaleza, la mujer y su empoderamiento.

Por lo que a partir de estos datos se consideraron 3 etapas para la publicación del contenido (ver plan de medios):

### EXPECTATIVA EN REDES:

#### Post Cuestionantes

Los post cuestionantes son los primeros en publicar en la semana, se publicará un nuevo post al principio de la semana los días lunes en horario de 2 a 4 pm, estos tienen el objetivo de hacer reflexionar a las usuarias su conocimiento sobre temas de sexualidad femenina, cuál es su opinión respecto al tema y de esta manera crear una interacción e intercambio de opiniones para aumentar el interés en estos temas.

Para este tipo de post se manejó una jerarquía simple basada en composiciones de textos y para evitar la monotonía cada post semanal cuenta con un color diferente que corresponde a cada fascículo según la pregunta que se maneja.

**Post Afirmativos**

Este tipo de publicación se diseñó para recordar a las usuarias de cuales son las prácticas y realidades que deberían de conocer para explorar su sexualidad, estas se publicarán ya sea miércoles o jueves en horario de 10 a 12 pm que son días y horarios donde se presencia la mayor cantidad de movimiento en la página.

Al igual que los post cuestionantes estos manejanon jerarquías simples de textos y el acompañamiento de las flores de apoyo con su color respectivo por fascículo.

**Post Conteo**

Este tipo de post será publicado únicamente los días anteriores al lanzamiento del material digital para anunciarlo y crear expectativa en las usuarias de la página. Estos post se empezarán a publicar desde el día domingo hasta el miércoles para realizar el lanzamiento del material el día jueves. Según el análisis realizado los horarios serían los siguientes:

- Domingo en horario de 6 a 8 pm
- Lunes en horario de 2 a 4 pm
- Martes en horario de 8 a 10 pm
- Miércoles en horario de 6 a 8 pm
- Jueves en horario de 2 a 4 pm

**MANTENIMIENTO EN REDES:****Post con Frases**

Este tipo de post se diseñó para recordar que se ha lanzado un nuevo material educativo propio del colectivo y mostrar las distintas actividades, charlas y talleres donde se ha implementado. Estos contienen mensajes inspiracionales o de empoderamiento gracias al uso de frases celebres enlazadas con la temática de los fascículos previo a charlas o talleres impartidos por el colectivo. Se publicarán por trimestres desde la implementación del material comenzando en agosto.

Serán 2 posts semanales que pueden publicarse dentro de los horarios:

- Lunes en horario de 2 a 4 pm
- Miércoles en horario de 6 a 8 pm y 10 a 12 pm
- Jueves en horario de 2 a 4 pm y 10 a 12 pm
- Sábado en horario de 10 a 12 am
- Domingo en horario de 8 a 10 am y 6 a 8 pm

EXPECTATIVA EN REDES

POST CUESTIONANTES



POST AFIRMATIVOS



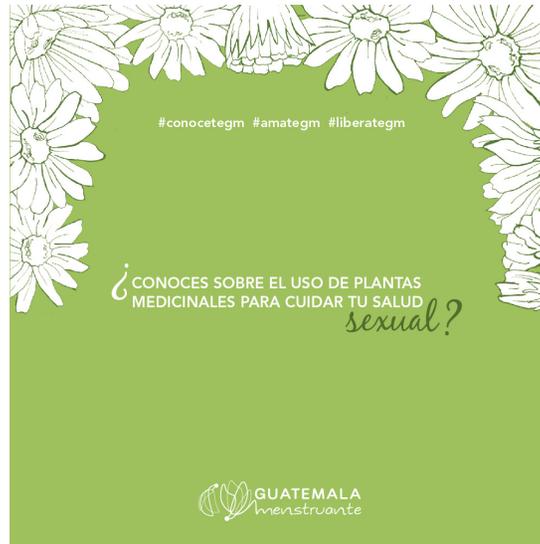
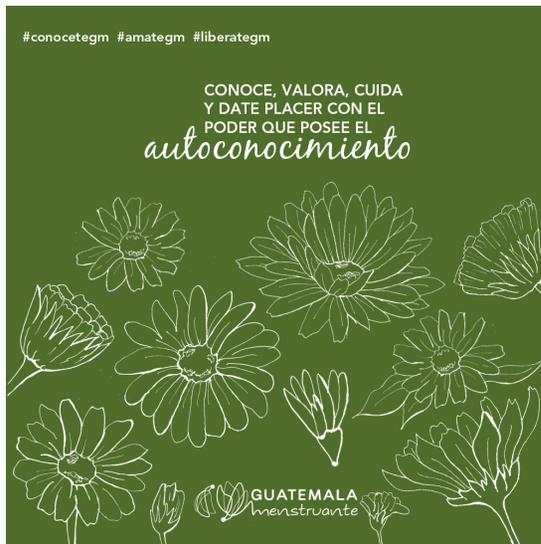
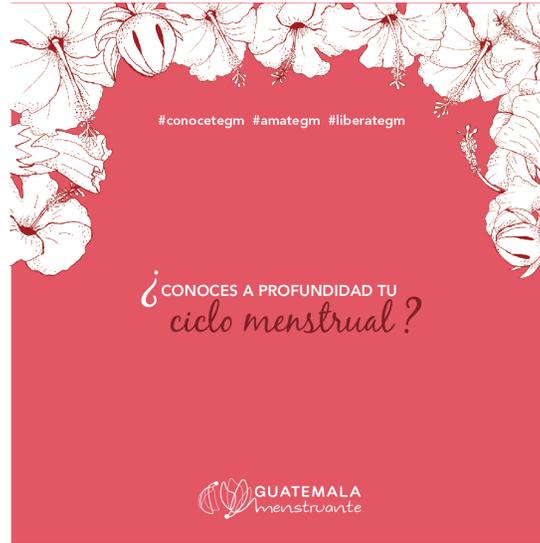
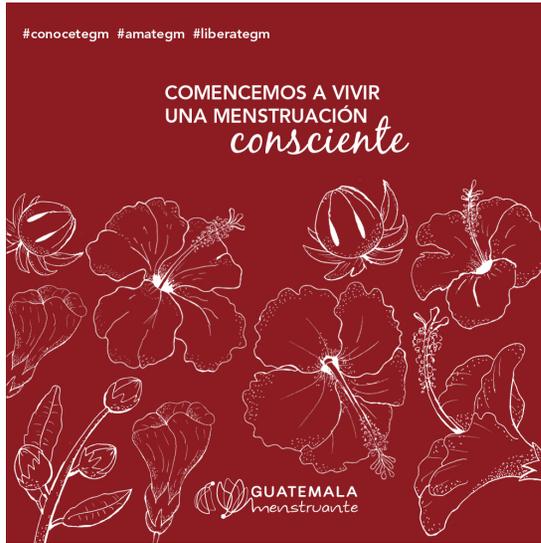
POST CONTEO



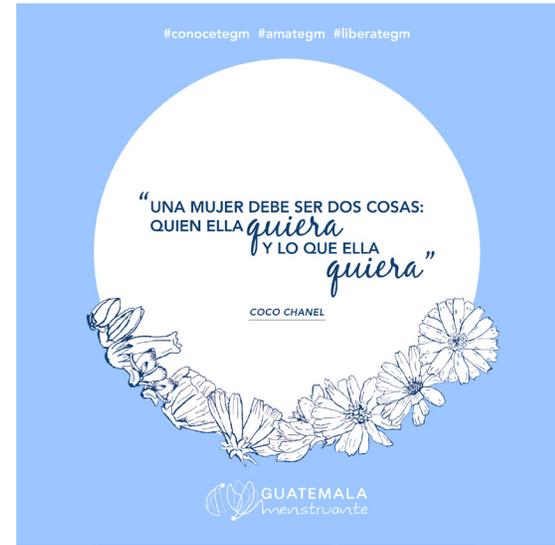
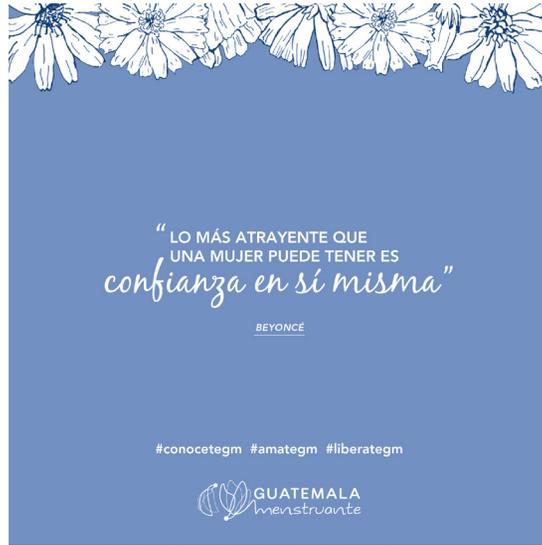
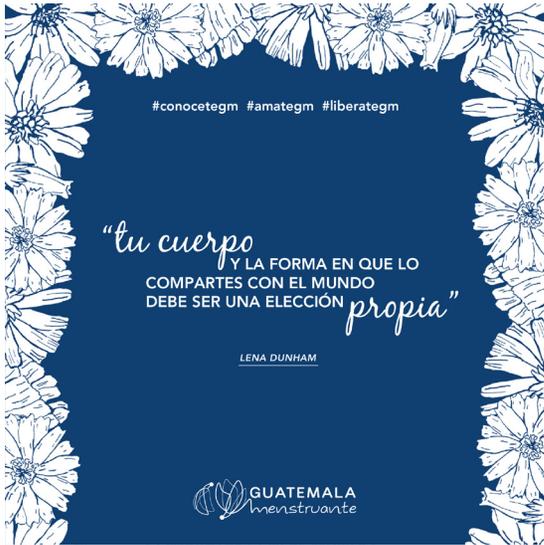
POST CUESTIONANTES

POST AFIRMATIVOS

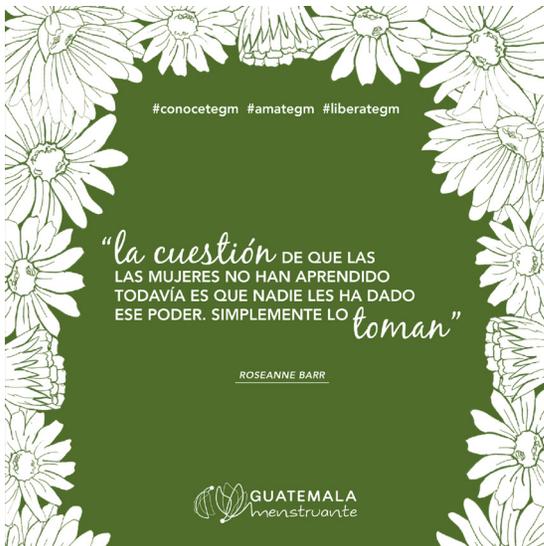
POST CONTEO



MANTENIMIENTO EN REDES



POST CON FRASES





**15.1**

**PROPUESTA  
FINAL**

FASCÍCULO 1 - PORTADA + INTERIORES





FASCÍCULO 2 - PORTADA + INTERIORES



10

**AUNQUE NUESTROS CUERPOS TENGAN LAS MISMAS PARTES Y TENGAMOS MUCHO EN COMÚN, TODAS SOMOS DIFERENTES.**

Por eso la travesía para percibir, vivir y sentir nuestra sexualidad es diferente para cada una. Los caminos para encontrarla son tan diversos como mujeres en el mundo, por lo tanto no hay una forma correcta o incorrecta de explorarla.

11

**ES MOMENTO DE estar a solas**

Busca un espacio donde puedas estar cómoda, en tu intimidad y sin interrupciones porque la parte práctica requiere de tu privacidad.

Además necesitarás un espejo de cualquier tamaño, con el que te sientas cómoda, para ver con cuidado y sin complicaciones. El más recomendado es uno que pueda sostenerse solo (como un espejo de mesa usualmente los usados para maquillaje) y no necesite de tus manos, porque estas las vas a necesitar tú. Intenta verte con la mente abierta y el corazón dispuesto a aceptarte tal y como eres.

Puedes informarte primero, pero para en verdad conocerte a ti misma es necesario que realices la parte práctica. Esto te servirá para avanzar con fluidez a otros temas y ejercicios.



48

**EL ano**

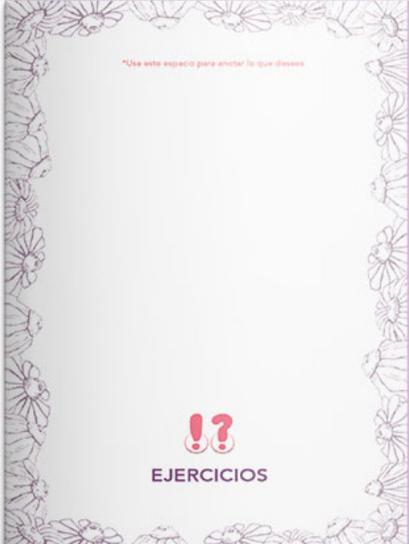
Es el orificio de abertura hacia el exterior del intestino grueso, a través del cual se libera la materia fecal. Si bien no es considerado un genital, debido a las terminaciones nerviosas que aquí se encuentran, es una zona altamente sensible, aunque no todas las personas la estimulan.

La estimulación en este lugar puede darse a partir de masajes o penetración, y no debe ser dolorosa si se hace cuando te encuentras excitada y se utiliza lubricante. Si esto ocurre es muy importante que limpies el objeto que has utilizado con este fin, ya que esta es una zona que tiene muchas bacterias y la higiene reduce posibilidades de infección.

Para poder experimentar placer en la región anal, es importante la estimulación constante y el entrenamiento de los músculos de los esfínteres. El esfínter externo controlado a voluntad, y el interno guiado por reflejos involuntarios. Es éste último el que se contrae debido a la ansiedad y el miedo cuando comenzamos a experimentar sexualmente con el área anal. Por eso es importante entrenarlo para evitar su contracción y el dolor cuando masajeamos o penetramos el ano.

!?

**EJERCICIOS**



56

**EJERCICIO 1**

Ya que se encuentra en una zona más interna de tu cuerpo, necesitas guiarte solo por el instinto.

Para empezar es necesario que estés acostada boca arriba con tus piernas abiertas. Al igual que en el segundo ejercicio de la vagina, puedes necesitar estimulación o el uso de un lubricante.

Con uno o dos de tus dedos, entra por tu vagina en un promedio de 3 centímetros, buscando estimular en dirección del monte venus (como si desde dentro de tu vagina intentaras tocar tu ombligo). Moviendo tus dedos de arriba a abajo podrás encontrar este punto. No siempre se encuentra con facilidad, tómate tu tiempo. Si no lo encuentras la primera vez, no te afanes.

?

**reflexiona**

¿Es fácil llegar a él?  
¿Crees que necesitas estimulación para encontrarlo?



62

**LOS ovarios**

Están localizados en la pelvis y descansan en las dos partes del útero. Cada ovario está sujeto en su sitio mediante unos ligamentos elásticos.

El orificio de la trompa uterina se encuentra justo debajo de cada ovario, con el tubo guiado hacia el útero. Los ovarios crean y envían el óvulo y juegan un papel muy importante en nuestro sistema hormonal.

Son de forma almendrada y de unos 2 o 3 centímetros de largo. Una capa de células cubre los ovarios, es desde estas células donde se forma el huevo. Miles de óvulos inmaduros se amontonan en estas bolsas en la superficie de los ovarios.

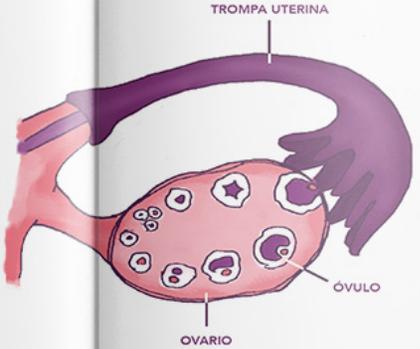
Además de esta labor de crear los óvulos, los ovarios producen las hormonas progesterona y estrógeno.

63

TROMPA UTERINA

ÓVULO

OVARIO



FASCÍCULO 3 - PORTADA + INTERIORES



8

### + LA menstruación

La menstruación o período, es el sangrado vaginal que ocurre como parte del ciclo menstrual de la mujer. Esto ocurre todos los meses, ya que el cuerpo se prepara para un posible embarazo. Si este no ocurre, el útero, desprende su recubrimiento (endometrio). Esta es la sangre menstrual, la cual sale a través de la vagina. Es en parte sangre y parte tejido interior del útero.

El período menstrual suele comenzar alrededor de los 12 años y continúa hasta la menopausia, alrededor de los 51 años. La mayoría de las menstruaciones dura entre 3 y 5 días.

A la primera menstruación se le conoce como menarquía y es señal de que una muchacha puede quedar embarazada si tiene relaciones sexuales.



"ES COMO UN ÁRBOL QUE EMPIEZA A echar flores. ES LA SEÑA DE QUE YA VA A TENER frutos. Y CUANDO YA NO ECHA FLORES YA NO HABRÁ frutos"

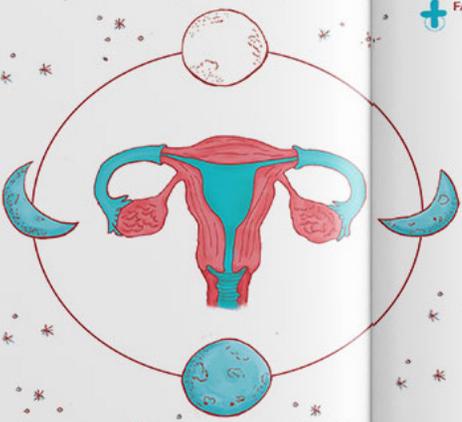


14

### + FASES DEL CICLO menstrual

Al comenzar el ciclo menstrual, las hormonas sexuales se encuentran en un estado basal, esto quiere decir, en una concentración mínima ya que no han comenzado a producirse. A partir de este momento, es posible diferenciar las distintas etapas gracias a los niveles hormonales en cada una.

El ciclo menstrual de las mujeres refleja también el ciclo lunar, son cuatro fases que nos dan claridad y orden. La tierra vive constantemente en diferentes ciclos y el cuerpo femenino no es la excepción. Existe el ciclo del sol, de la luna, del agua, del día y de la noche, por lo que se puede deducir que tenemos una íntima relación con la Tierra.



15

24

### + ALTERACIONES menstruales

**Amenorrea o ausencia de período:**

Se conoce así a la ausencia de menstruación. Es decir, cuando sin la presencia de un embarazo o existencia de menopausia no hay menstruación. Existen dos grandes grupos en que se agrupan las -amenorreas-: las primarias son aquellas en las que nunca ha habido menstruación a pesar de haber alcanzado una edad en la que esperamos que se presente la menarquía, y que se establece entre los 16 y los 18 años. Amenorreas secundarias son aquellas que le suceden por algún motivo a alguien que hasta ese momento menstruaba con regularidad.

Se recomienda el uso de plantas antiespasmódicas y antiinflamatorias.\*



**Hipermenorrea o flujo excesivo:**

Es el aumento anormal del flujo menstrual o duración de la menstruación. Aunque hay variaciones individuales, se consideran anormales las menstruaciones que se extienden más allá del límite de los 7 días, las que suceden con intervalos inferiores a 21 días o que implican una pérdida de sangre mayor a 80 ml.

Se recomienda el uso de plantas cicatrizantes y plantas antihemorrágicas.\*



\*Puedes consultar el listado de plantas medicinales, su preparación y dosis en el fascículo 4 de Ginecología Natural.

25

34

### TOALLAS DE tela

Son compresas hechas casi siempre con fibras de algodón para absorber el flujo menstrual. También puedes hacerlas de tela de ropa vieja para re-usar. Dependiendo del cuidado que les des, puedes utilizarlas hasta por cinco años.

Debes tomarte el tiempo para remojar, lavar y secar tus toallas; es importante sacarlas al sol directo pues ayuda a matar bacterias.

35

### ESPONJAS marinas

Son tampones naturales y reusables. Es un producto 100% orgánico, que no pasa por procesos químicos o industriales, y la podrás usar por seis meses o más.

Son muy fáciles de usar, cómodas y amigables con el ambiente.



FASCÍCULO 4 - PORTADA + INTERIORES



24

### Cocimiento (COCCIÓN, TÉ HERVIDO)

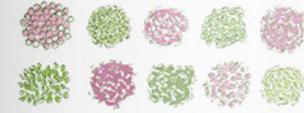


Para la mayoría de raíces y cortezas.

**Método:**  
Medio puñado de raíz o corteza seca por dos tazas de agua fría. Tapa y pon a fuego lento durante 20 minutos. No lo hiervas. Cuelalo. Puede guardarse en el frigorífico durante 2 ó 3 días. Las raíces y las cortezas pueden ponerse en remojo toda la noche antes de ponerlas al fuego. Esto incrementa su potencia.



25



### Granos Y SEMILLAS

Muelelas ligeramente. Usa 3 cucharadas por 3 tazas de agua. Tapa, pon al fuego durante 20 minutos. No lo hiervas, cuelalo y bebe 3 tazas al día.

### Cápsulas



Las cápsulas usan hierbas en polvo. Puedes comprar cápsulas vacías de gelatina en tiendas de salud y herboristerías y rellenarlas tú misma.



30



### COMO CONSERVAR LAS plantas medicinales

Para su conservación se deben secar una vez terminada la recolección.

- No seca las al sol, mejor en lugares ventilados y cubiertos.
- Se pueden colgar en manojos, o colocarlos sobre estantes ventilados o alambres.
- Se pueden secar con estufas.
- La temperatura no debe superar los 50°.
- Evitar apretar las hierbas recogidas y ponerlas en bolsas de plástico cerradas herméticas.

31



- Protegerlas de la luz solar.
- Para un secado correcto de hojas, tallos y flores, se necesitan de 3 a 8 días en verano, en la primavera se alarga de una a dos semanas.
- Para las raíces, se necesitaran unas 2 semanas en verano y de un mes en otoño e invierno.
- Almacenarlas en lugar fresco, pero protegidas del frío.
- En bolsas de papel bien cerradas o en cajas de maderas o de cartón recubiertas de papel.
- En recipientes de cerámica o de cristal coloreado que impiden la entrada de luz.

32



### LISTADO DE plantas medicinales

Descubre algunas de las plantas que pueden ayudarte a cuidar tu salud.

33

34



### Naranja FRUTO / HOJAS Y FLORES

Efecto hemostático o antihemorrágico / Efecto coagulante / Plantas tranquilizantes

**Forma de preparación:**  
Jugo fresco / hojas cocimiento / flores infusión  
**Dosis:**  
Un vaso cada dos horas / 5 hojas ó 1 cucharada de flores por vaso de agua, 3 veces al día.

### Papaya FRUTO

Plantas laxantes, favorecen la motilidad intestinal.

**Forma de preparación:**  
Crudo, fruto muy maduro  
**Dosis:**  
Una rodaja, comer 3 veces al día.



35

### Perejil PARTES ÁREAS

Efecto anticoagulante / Efecto diurético

**Forma de preparación:**  
Infusión  
**Dosis:**  
3 ramitas por vaso de agua, 3 veces al día, durante 3 a 5 días



### Pericón PARTES ÁREAS

Anti-espasmodicos o espasmolítico, para quitar el cólico o dolor.

**Forma de preparación:**  
Infusión  
**Dosis:**  
3 ramitas por vaso de agua, 3 veces al día.



INFOGRAFÍAS

**GUATEMALA menstruante**

## Conocer TU CUERPO ES crear TU PROPIA revolución

Recuerda que todo tu cuerpo está lleno de terminaciones nerviosas que transmiten las señales de placer y dolor al cerebro.

Los órganos genitales se dividen en externos e internos.

### Externos

- LABIOS MAYORES:** Son dos pliegues carnosos y su cara externa está cubierta de vello.
- LABIOS MENORES:** Ubicados dentro de los labios mayores son más pequeños y delicados.
- ENTRADA VAGINAL:** Es el canal que conecta la vulva y los órganos internos.
- GLANDULAS VAGINALES:** Segregan un líquido que reduce la acidez natural de la vagina.
- ANO:** Orificio de abertura hacia el exterior, a través del cual se libera la materia fecal.
- PERINEO:** Es un tejido de músculos, que sostiene los órganos de la cavidad pélvica.
- CLITORIS:** Su única propósito es darte placer y contiene 8,000 terminaciones nerviosas.
- MONTE DE VENUS:** Tejido grasoso blando ubicado sobre la pelvis que protege los genitales internos.

### Internos

- OVARIOS:** Son dos órganos con forma de almendra, ubicados sobre el final de ambas trompas uterinas. Su función es generar óvulos.
- ÚTERO:** Es un órgano muscular hueco ubicado entre la vulva y el recto. Su forma se asemeja a la de una pera pequeña invertida. Aquí se deposita el óvulo fecundado y tiene lugar el embarazo.
- TROMPAS UTERINAS:** Son dos conductos que se extienden desde cada ovario hasta el útero y son el escenario donde se produce la fertilización.
- VAGINA:** Es un conducto cilíndrico hasta el cuello del útero. Sus paredes están formadas por músculos y cubiertas por mucosa.

AUNQUE NUESTROS CUERPOS TENGAN LAS mismas partes Y TENGAMOS MUCHO EN COMÚN, todas somos diferentes.

**GUATEMALA menstruante**

## EL Ciclo menstrual

No es sólo el periodo del sangrado; es más bien el tiempo que se mide desde el primer día de sangrado hasta el día anterior a la siguiente menstruación.

El ciclo menstrual de las mujeres refleja también el ciclo lunar, son cuatro fases que nos dan ciclicidad y orden.

### Fases

- Ovulatoria:** El útero recibe la sangre venida desde el ovario.
- Folicular:** El útero se prepara para recibir el óvulo.
- Menstrual:** El útero se prepara para recibir el óvulo.
- ÚTERO:** El útero recibe la sangre de los folículos que se ovulan.
- OVARIOS:** Los ovarios liberan los óvulos.
- OVULACIÓN:** El óvulo es liberado por el ovario.
- LIBERACIÓN DE LA VULVA:** El útero libera la sangre.
- LIBERACIÓN DE LA VULVA:** El útero libera la sangre.

### ALTERACIONES menstruales

### ALTERNATIVAS PARA NUESTRO flujo

COMENZAMOS A VIVIR UNA MENSTRUACIÓN consciente

**GUATEMALA menstruante**

## La Ginecología natural

Preferir ser un movimiento de salud, en el que las mujeres mismas sean las expertas de su propia salud sexual.

### PLANTAS medicinales

COMENZAR LAS PLANTAS

Preparar un té de hierbas para digerir y así poder ser más cómodas con el periodo.

Esto también de digestión, un té de hierbas para el dolor, también es un buen remedio para el dolor.

Una que ayuda a la salud para prevenir más problemas.

- INFUSIÓN:** FERRITA, TÉ AMARGO. Para mejorar de la anemia, fígado y bazo.
- COCCINELLO:** COCCINELLO, YERBA BUENA. Para la digestión de la comida.
- GRANADO Y SEMILLAS:** Miel de Agave.
- CAPRIJAS:** Una hierba que ayuda.
- ESPIGAS:** ESPIGAS, YERBA BUENA. Para la digestión de la comida.
- COMPRESAS:** Una hierba que ayuda a la digestión de la comida.

### RECOLECTAR PLANTAS medicinales

- Las plantas se deben cortar temprano por la mañana.
- Se debe cortar en trozos pequeños.
- Se debe lavar las plantas con agua limpia.
- Se debe cortar en trozos pequeños.
- Se debe lavar las plantas con agua limpia.
- Se debe cortar en trozos pequeños.
- Se debe lavar las plantas con agua limpia.

### CONSERVAR PLANTAS medicinales

- Se pueden congelar en recipientes.

### EFFECTOS DE LAS plantas

- HERBADERA:** Antispasmodico y relajante, para mejorar el dolor.
- PERICÓN:** Hierba analgésica, disminuye la inflamación.
- MUERDAGO:** Hierba analgésica, disminuye la inflamación.
- CALENDULA:** Hierba analgésica, disminuye la inflamación.
- PEREJIL:** Hierba analgésica, disminuye la inflamación.
- TOALLA:** Hierba analgésica, disminuye la inflamación.
- GUAYABANA:** Hierba analgésica, disminuye la inflamación.
- ROSA DE ARABIA:** Hierba analgésica, disminuye la inflamación.
- TAMBUCO:** Hierba analgésica, disminuye la inflamación.

ADQUIERE EL FACILIDAD DE GINECOLOGÍA NATURAL PARA SER EL ÚTERO DE PLANTA MEDICINAL Y TU BODY.

CONOCE, VALORA, CUIDA Y DATE PLACER CON EL PERIODO QUE PONES EN autocuidamiento.

# POST CAMPAÑA EXPECTATIVA - FACEBOOK

Varias versiones



## POST MANTENIMIENTO - FACEBOOK

Varias versiones





16

# PRODUCCIÓN Y REPRODUCCIÓN

## 16.1 ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

Para facilitar la reproducción de las piezas se enlistará cada una, según correspondan sus aspectos técnicos:

### FASCÍCULO 1

**Nombre del Archivo:** Fasciculo-1

**Tamaño:** 5.5 \* 8.5" (cerrado)

**Cantidad de páginas:** 12

**Modo de Color:** CMYK, Full Color

**Tipo de Archivo:** PDF

**Soporte:** Bond 80 grms páginas internas  
Husky 10 portada y contraportada

**Desarrollado en:** InDesign CC 2018

**No. de Reproducciones:** 10

**Sistema de impresión:** Digital

### FASCÍCULO 2

**Nombre del Archivo:** Fasciculo-2

**Tamaño:** 5.5 \* 8.5" (cerrado)

**Cantidad de páginas:** 36

**Modo de Color:** CMYK, Full Color

**Tipo de Archivo:** PDF

**Soporte:** Bond 80 grms páginas internas  
Husky 10 portada y contraportada

**Desarrollado en:** InDesign CC 2018

**No. de Reproducciones:** 10

**Sistema de impresión:** Digital

### FASCÍCULO 3

**Nombre del Archivo:** Fasciculo-3

**Tamaño:** 5.5 \* 8.5" (cerrado)

**Cantidad de páginas:** 28

**Modo de Color:** CMYK, Full Color

**Tipo de Archivo:** PDF

**Soporte:** Bond 80 páginas internas  
Husky 10, portada y contraportada

**Desarrollado en:** InDesign CC 2018

**No. de Reproducciones:** 10

**Sistema de impresión:** Digital

### FASCÍCULO 4

**Nombre del Archivo:** Fasciculo-2

**Tamaño:** 5.5 \* 8.5" (cerrado)

**Cantidad de páginas:** 32

**Modo de Color:** CMYK, Full Color

**Tipo de Archivo:** PDF

**Soporte:** Bond 80 grms páginas internas  
Husky 10 portada y contraportada

**Desarrollado en:** InDesign CC 2018

**No. de Reproducciones:** 10

**Sistema de impresión:** Digital

## STICKERS

**Nombre del Archivo:** Stickers-Fasciculos

**Tamaño:** 11 \* 8.5"

**Cantidad de páginas:** 2

**Modo de Color:** CMYK, Full Color

**Tipo de Archivo:** PDF

**Soporte:** Adhesivo brillante, troquelado

**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018

**No. de Reproducciones:** 10

**Sistema de impresión:** Digital

## INFOGRAFÍA F2

**Nombre del Archivo:** Infografia-F2

**Tamaño:** 11 \* 21"

**Modo de Color:** CMYK, Full Color

**Tipo de Archivo:** PDF

**Soporte:** Couche

**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018

**No. de Reproducciones:** 10

**Sistema de impresión:** Plotter

## INFOGRAFÍA F3

**Nombre del Archivo:** Infografia-F3

**Tamaño:** 11 \* 26.5"

**Modo de Color:** CMYK, Full Color

**Tipo de Archivo:** PDF

**Soporte:** Couche

**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018

**No. de Reproducciones:** 10

**Sistema de impresión:** Plotter

## INFOGRAFÍA F4

**Nombre del Archivo:** Infografia-F4

**Tamaño:** 11 \* 32"

**Modo de Color:** CMYK, Full Color

**Tipo de Archivo:** PDF

**Soporte:** Couche

**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018

**No. de Reproducciones:** 10

**Sistema de impresión:** Plotter

## POST CUESTIONANTES

**Nombre del Archivo:** Post-Cuestionantes

**Tamaño:** 1000 \* 1000 px

**Modo de Color:** RGB

**Tipo de Archivo:** JPG

**Soporte:** Digital

**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018

**No. de Reproducciones:** 4

## POST AFIRMATIVOS

**Nombre del Archivo:** Post-Afirmativos

**Tamaño:** 1000 \* 1000 px

**Modo de Color:** RGB

**Tipo de Archivo:** JPG

**Soporte:** Digital

**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018

**No. de Reproducciones:** 4

## POST CONTEO

**Nombre del Archivo:** Post-Conteo

**Tamaño:** 1000 \* 1000 px

**Modo de Color:** RGB

**Tipo de Archivo:** JPG

**Soporte:** Digital

**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018

**No. de Reproducciones:** 4

## POST CON FRASES

**Nombre del Archivo:** Post-Frases

**Tamaño:** 1000 \* 1000 px

**Modo de Color:** RGB

**Tipo de Archivo:** JPG

**Soporte:** Digital

**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018

**No. de Reproducciones:** 12

MONTAJE - FASCICULO 1



ARTE FINAL - FASCICULO 1



CHECKLIST

- Excesos
  - Respeto de márgenes
  - Fonts en contorno
  - Editorial (Adjuntas)
- MODO DE COLOR**
- CMYK
  - RGB
  - Layers identificados
  - Paleta de color ordenada
  - Pruebas de color firmadas
  - Guía de troquel
  - Aplica \_\_\_\_\_
  - No aplica
- IMÁGENES**
- Resolución \_\_\_\_\_ 300 dpi \_\_\_\_\_
- Tamaño al 100% \_\_\_\_\_
- Modo de color \_\_\_\_\_ CMYK \_\_\_\_\_
- Sustrato \_\_\_\_\_ Bond 80
- y papel \_\_\_\_\_ Husky 10 \_\_\_\_\_

SISTEMA DE REPRODUCCIÓN

- Litografía
- Flexografía
- Serigrafía
- Digital

COLORES

- Proceso
- Fullcolor
- Pantone

ACABADOS

- Polimero
- Estampado
- Foil
- Troquelado
- Engrapado

ARTE: Fasciculo-1  
 VERSIÓN: Ai - PDF  
 UNIDADES: 10 Digital

APROBADO

Nombre \_\_\_\_\_ Melany Mantanico \_\_\_\_\_

Ciente \_\_\_\_\_ GUATEMALA MENSTRUANTE \_\_\_\_\_

Producto \_\_\_\_\_ FASCÍCULO 1 \_\_\_\_\_

Medidas \_\_\_\_\_ 5.5 \* 8.5" \_\_\_\_\_

Material \_\_\_\_\_ BOND 80 Y HUSKY 10 \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_ JULIO 2018 \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

ELABORADO POR  
 MELANY MANTANICO





MONTAJE - FASCICULO 4



ARTE FINAL - FASCICULO 4



CHECKLIST

- Excesos
  - Respeto de márgenes
  - Fonts en contorno
  - Editorial (Adjuntas)
- MODO DE COLOR**
- CMYK
  - RGB
  - Layers identificados
  - Paleta de color ordenada
  - Pruebas de color firmadas
  - Guía de troquel
- IMÁGENES**
- Resolución 300 dpi
- Tamaño al 100%
- Modo de color CMYK
- Aplica
- No aplica
- Sustrato Bond 80
- y papel Husky 10

SISTEMA DE REPRODUCCIÓN

- Litografía
- Flexografía
- Serigrafía
- Digital

COLORES

- Proceso
- Fullcolor
- Pantone

ACABADOS

- Polímero
- Estampado
- Foil
- Troquelado
- Engrapado

ARTE: Fascículo-4  
 VERSIÓN: Ai - PDF  
 UNIDADES: 10 Digital

APROBADO

Nombre Melany Mantanico

Cliente GUATEMALA MENSTRUANTE

Producto FASCÍCULO 4

Medidas 5.5 \* 8.5"

Material BOND 80 Y HUSKY 10

Fecha JULIO 2018

Firma                                     

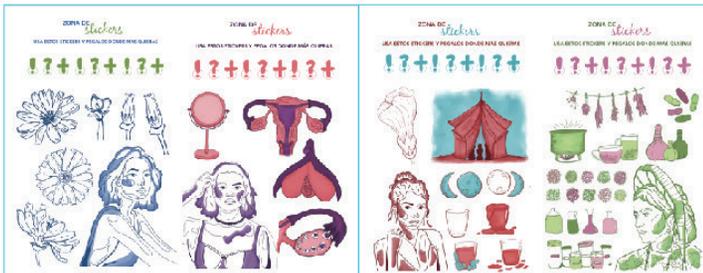
ELABORADO POR  
 MELANY MANTANICO



MONTAJE - STICKERS



ARTE FINAL - STICKERS



CHECKLIST

- Excesos
- Respeto de márgenes
- Fonts en contorno
- Editorial (Adjuntas)
- Layers identificados
- MODO DE COLOR
- CMYK
- RGB
- Paleta de color ordenada
- Pruebas de color firmadas
- Guía de troquel
- Aplica \_\_\_\_\_
- No aplica
- Resolución 300 dpi
- Tamaño al 100% \_\_\_\_\_
- Modo de color CMYK
- Sustrato y papel \_\_\_\_\_ Adherisvo brillante

SISTEMA DE REPRODUCCIÓN

- Litografía
- Flexografía
- Serigrafía
- Digital

COLORES

- Proceso
- Fullcolor
- Pantone

ACABADOS

- Polímero
- Estampado
- Foil
- Troquelado
- No aplica

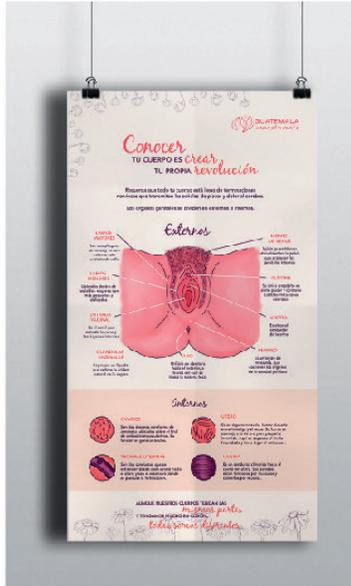
ARTE: Stickers  
 VERSIÓN: Ai - PDF  
 UNIDADES: 10 Digital

APROBADO

Nombre Melany Mantanico  
 Cliente GUATEMALA MENSTRUANTE  
 Producto STICKERS  
 Medidas 11 \* 8.5"  
 Material ADHESIVO BRILLANTE  
 Fecha JULIO 2018

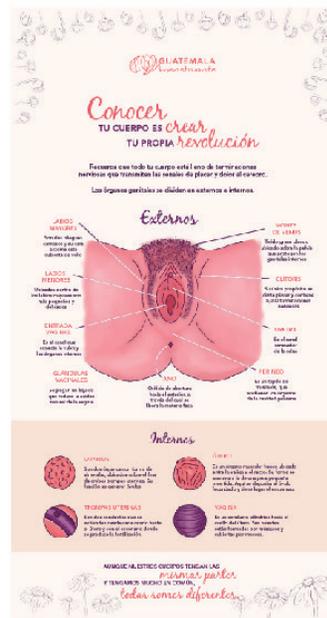
Firma \_\_\_\_\_

ELABORADO POR  
 MELANY MANTANICO



ARTE FINAL - INFOGRAFIA F2

MONTAJE - INFOGRAFÍA F2



CHECKLIST

- Excesos
- Respeto de márgenes
- CMYK
- RGB
- Resolución 300 dpi
- Tamaño al 100%
- Modo de color CMYK
- Fonts en contorno
- Editorial (Adjuntas)
- Layers identificados
- Paleta de color ordenada
- Pruebas de color firmadas
- Guia de troquel
- Aplica
- No aplica
- Sustrato y papel Couche

SISTEMA DE REPRODUCCIÓN

- Litografía
- Flexografía
- Serigrafía
- Plotter

COLORES

- Proceso
- Fullcolor
- Pantone

ACABADOS

- Polimero
- Estampado
- Foil
- Troquelado
- No aplica

ARTE: Infografia-F2  
 VERSIÓN: Ai - PDF  
 UNIDADES: 10 Digital

APROBADO

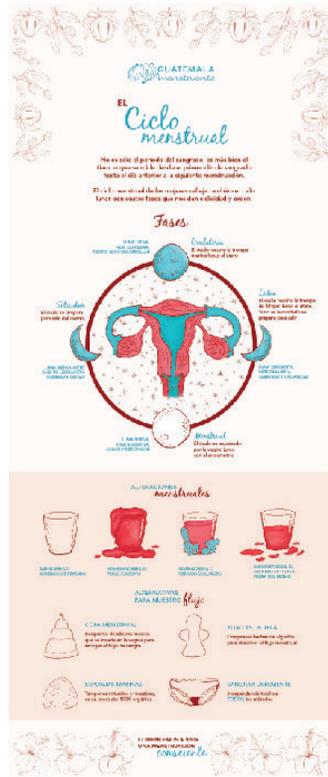
Nombre Melany Mantanico  
 Cliente GUATEMALA MENSTRUANTE  
 Producto INFOGRAFÍA F2  
 Medidas 11" x 21"  
 Material COUCHE  
 Fecha JULIO 2018  
 Firma \_\_\_\_\_

ELABORADO POR  
 MELANY MANTANICO



ARTE FINAL - INFOGRAFÍA F3

MONTAJE - INFOGRAFÍA F3



CHECKLIST

- Excesos
  - Respeto de márgenes
  - Fonts en contorno
  - Editorial (Adjuntas)
- MODO DE COLOR**
- CMYK
  - RGB
  - Layers identificados
  - Paleta de color ordenada
  - Pruebas de color firmadas
  - Guia de troquel
- IMÁGENES**
- Resolución 300 dpi
  - Tamaño al 100%
  - Modo de color CMYK
  - Aplica
  - No aplica
- Sustrato y papel Couche

SISTEMA DE REPRODUCCIÓN

- Litografía
- Flexografía
- Serigrafía
- Plotter

COLORES

- Proceso
- Fullcolor
- Pantone

ACABADOS

- Polimero
- Estampado
- Foil
- Troquelado
- No aplica

ARTE: Infografia-F3  
 VERSIÓN: Ai - PDF  
 UNIDADES: 10 Digital

APROBADO

Nombre Melany Mantanico  
 Cliente GUATEMALA MENSTRUANTE  
 Producto INFOGRAFIA F3  
 Medidas 11" x 26.5"  
 Material COUCHE  
 Fecha JULIO 2018  
 Firma                                     

ELABORADO POR  
**MELANY MANTANICO**



ARTE FINAL - INFOGRAFÍA F4

MONTAJE - INFOGRAFÍA F4



CHECKLIST

- Excesos
  - Respeto de márgenes
  - CMYK
  - RGB
  - Fonts en contorno
  - Editorial (Adjuntas)
  - Layers identificados
  - Paleta de color ordenada
  - Pruebas de color firmadas
  - Guía de troquel
  - Aplica \_\_\_\_\_
  - No aplica
- Resolución 300 dpi
- Tamaño al 100% \_\_\_\_\_
- Modo de color CMYK
- Sustrato y papel Couche

SISTEMA DE REPRODUCCIÓN

- Litografía
- Flexografía
- Serigrafía
- Plotter

COLORES

- Proceso
- Fullcolor
- Pantone

ACABADOS

- Polimero
- Estampado
- Foil
- Troquelado
- No aplica

ARTE: Infografía-F4  
 VERSIÓN: Ai - PDF  
 UNIDADES: 10 Digital

APROBADO

Nombre Melany Mantanico

Cliente GUATEMALA MENSTRUANTE

Producto INFOGRAFÍA F4

Medidas 11" x 32"

Material COUCHE

Fecha JULIO 2018

Firma \_\_\_\_\_

ELABORADO POR  
**MELANY MANTANICO**

## 16.2 INFORME TÉCNICO QUE ACOMPaña LOS ARCHIVOS FINALES

A continuación se presenta el informe dirigido a los miembros del colectivo Guatemala Menstruante el cual tendría a su cargo la fase estratégica de comunicación y el lanzamiento del material. Esto con el fin que se comprenda la distribución de los archivos de manera correcta, de igual manera encuentren los archivos en el CD que se entrega al cliente y los cuales están segmentados de la siguiente manera:

### Material a Reproducir - Guatemala Menstruante

- > Material Impreso
  - Fascículos
    - Fascículo 1
    - Fascículo 2
    - Fascículo 3
    - Fascículo 4
  - Infografías
    - Infografía F2
    - Infografía F3
    - Infografía F4
  - Stickers
- > Material Digital
  - Post Cuestionantes
  - Post Afirmativos
  - Post Conteo
  - Post Frases

## CARTA PARA CLIENTE

Guatemala Agosto, 2018

Sra. Andrea Aguilar  
Fundadora  
Colectivo Guatemala Menstruante  
Presente

**Estimada Sra. Aguilar:**

El motivo de la presente es para explicar sobre las especificaciones técnicas de las piezas que pertenecen al proyecto **DESARROLLO DE MATERIAL EDUCATIVO Y PROMOCIONAL**, que se encuentran en el CD que se entrega adjunto.

Se adjunta un CD el cual lleva el nombre "**Material a Reproducir - Guatemala Menstruante**", dentro de esa carpeta encontrará 2 carpetas generales en las que se divide el material:

- Material Impreso
  - Fascículos
  - Infografías
  - Stickers
- Material Digital

Dentro de cada carpeta se encuentran los archivos para impresión con sus respectivas fichas técnicas, las cuales establecen los parámetros para que se reproduzcan de manera adecuada.

Las piezas se encuentran tanto con sus PDF o JPG y el package o editable correspondiente por cada una especificando el material.

En caso de cualquier duda o consulta, por favor comuníquese con mi persona. Agradeciendo su comprensión y colaboración.

Atentamente,

Melany Mantanico  
Melanyamm1@gmail.com  
Teléfono: 5510-8520

## CARTA PARA CENTRO DE IMPRESIÓN O IMPRENTA

Guatemala Agosto, 2018

A quien interese:  
Informe Técnico

El motivo de la presente es para explicar la especificaciones técnicas de la piezas pertenecientes al Colectivo Guatemala Menstruante. Se realizó una planificación del lanzamiento de varios artes como motivo de lanzar un nuevo material educativo para mujeres guatemaltecas. En el siguiente informe se detallan las especificaciones para el manejo, reproducción e implementación de las piezas. Estas se dividen en 2 áreas y van acompañadas de un CD con los documentos que se detallan a continuación:

### - Material Impreso

#### FASCÍCULO 1

**Nombre del Archivo:** Fasciculo-1  
**Tamaño:** 5,5" x 8,5" (cerrado)  
**Cantidad de páginas:** 12  
**Modo de Color:** CMYK, Full Color  
**Tipo de Archivo:** PDF  
**Soporte:** Bond 80 grms páginas internas  
Husky 10 portada y contraportada  
**Desarrollado en:** InDesign CC 2018  
**No. de Reproducciones:** 10  
**Sistema de impresión:** Digital

#### FASCÍCULO 3

**Nombre del Archivo:** Fasciculo-3  
**Tamaño:** 5,5" x 8,5" (cerrado)  
**Cantidad de páginas:** 28  
**Modo de Color:** CMYK, Full Color  
**Tipo de Archivo:** PDF  
**Soporte:** Bond 80 grms páginas internas  
Husky 10 portada y contraportada  
**Desarrollado en:** InDesign CC 2018  
**No. de Reproducciones:** 10  
**Sistema de impresión:** Digital

#### STICKERS

**Nombre del Archivo:** Stickers-Fasciculos  
**Tamaño:** 11" x 8,5"  
**Cantidad de páginas:** 2  
**Modo de Color:** CMYK, Full Color  
**Tipo de Archivo:** PDF  
**Soporte:** Adhesivo brillante, troquelado  
**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018  
**No. de Reproducciones:** 10  
**Sistema de impresión:** Digital

#### FASCÍCULO 2

**Nombre del Archivo:** Fasciculo-2  
**Tamaño:** 5,5" x 8,5" (cerrado)  
**Cantidad de páginas:** 36  
**Modo de Color:** CMYK, Full Color  
**Tipo de Archivo:** PDF  
**Soporte:** Bond 80 grms páginas internas  
Husky 10 portada y contraportada  
**Desarrollado en:** InDesign CC 2018  
**No. de Reproducciones:** 10  
**Sistema de impresión:** Digital

#### FASCÍCULO 4

**Nombre del Archivo:** Fasciculo-4  
**Tamaño:** 5,5" x 8,5" (cerrado)  
**Cantidad de páginas:** 32  
**Modo de Color:** CMYK, Full Color  
**Tipo de Archivo:** PDF  
**Soporte:** Bond 80 grms páginas internas  
Husky 10 portada y contraportada  
**Desarrollado en:** InDesign CC 2018  
**No. de Reproducciones:** 10  
**Sistema de impresión:** Digital

#### INFOGRAFÍA F2

**Nombre del Archivo:** Infografia-F2  
**Tamaño:** 11" x 21"  
**Modo de Color:** CMYK, Full Color  
**Tipo de Archivo:** PDF  
**Soporte:** Couche  
**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018  
**No. de Reproducciones:** 10  
**Sistema de impresión:** Plotter

**INFOGRAFÍA F3**

**Nombre del Archivo:** Infografia-F3  
**Tamaño:** 11 ' 26.5"  
**Modo de Color:** CMYK, Full Color  
**Tipo de Archivo:** PDF  
**Soporte:** Couche  
**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018  
**No. de Reproducciones:** 10  
**Sistema de impresión:** Plotter

**INFOGRAFÍA F4**

**Nombre del Archivo:** Infografia-F4  
**Tamaño:** 11 ' 32"  
**Modo de Color:** CMYK, Full Color  
**Tipo de Archivo:** PDF  
**Soporte:** Couche  
**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018  
**No. de Reproducciones:** 10  
**Sistema de impresión:** Plotter

**- Material Digital**

**POST CUESTIONANTES**

**Nombre del Archivo:** Post-Cuestionantes  
**Tamaño:** 1000 ' 1000 px  
**Modo de Color:** RGB  
**Tipo de Archivo:** JPG  
**Soporte:** Digital  
**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018  
**No. de Reproducciones:** 4

**POST AFIRMATIVOS**

**Nombre del Archivo:** Post-Afirmativos  
**Tamaño:** 1000 ' 1000 px  
**Modo de Color:** RGB  
**Tipo de Archivo:** JPG  
**Soporte:** Digital  
**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018  
**No. de Reproducciones:** 4

**POST CONTEO**

**Nombre del Archivo:** Post-Conteo  
**Tamaño:** 1000 ' 1000 px  
**Modo de Color:** RGB  
**Tipo de Archivo:** JPG  
**Soporte:** Digital  
**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018  
**No. de Reproducciones:** 4

**POST FRASES**

**Nombre del Archivo:** Post-Conteo  
**Tamaño:** 1000 ' 1000 px  
**Modo de Color:** RGB  
**Tipo de Archivo:** JPG  
**Soporte:** Digital  
**Desarrollado en:** Illustrator CC 2018  
**No. de Reproducciones:** 12

En caso de cualquier duda o consulta, por favor comuníquese con mi persona.  
 Agradeciendo su comprensión y colaboración.

Atentamente,

Melany Mantanico  
 Melany.amm1@gmail.com  
 Teléfono: 5510-8520

## 16.3 PRESUPUESTO DE REPRODUCCIÓN Y DISEÑO

Tomando en cuenta que la asociación no cuenta actualmente con un presupuesto establecido, sino que son financiadas por las integrantes del colectivo, gracias a donaciones de terceros o mediante alianzas con otras entidades y organizaciones, se buscó realizar un presupuesto para el material necesario como primera inversión y que fuera reproducido a corto plazo.

De igual manera se reconoce la importancia de la implementación y autofinanciamiento que necesita el proyecto para subsistir a largo plazo, por lo que de acuerdo con solicitudes de cotización realizadas a los centros de impresión Digital House, Last Minute y Thesign **(Anexo 10)** se recomienda realizar la impresión de los distintos materiales por separado por costos y control de calidad.

### COTIZACIÓN DIGITAL

PIEZA	DESCRIPCIÓN	RED SOCIAL	TIEMPO	TOTAL
<b>CAMPAÑA EXPECTATIVA</b>	Campaña pagada para dar a conocer el lanzamiento de un nuevo material por parte del colectivo	<b>Facebook</b>	<b>1 mes</b>	<b>Q210.00</b>
<b>MANTENIMIENTO</b>	Campaña pagada para recordar sobre el lanzamiento del nuevo material y convocatoria a talleres y/o charlas		<b>3 trimestres</b>	<b>Q2,025.00</b>

COTIZACIÓN IMPRENTA

PIEZA	DESCRIPCIÓN	CENTRO DE IMPRESIÓN	CANTIDAD	TOTAL
FASCÍCULO 1	Full Color / 12 páginas / 2 caras Tamaño: 5.5 * 8.5" (cerrado) Soporte: Bond 120 grms páginas internas Husky 10 portada y contraportada	Digital House	10 unidades	Q350.00
FASCÍCULO 2	Full Color / 36 páginas / 2 caras Tamaño: 5.5 * 8.5" (cerrado) Soporte: Bond 120 grms páginas internas Husky 10 portada y contraportada		10 unidades	Q800.00
FASCÍCULO 3	Full Color / 28 páginas / 2 caras Tamaño: 5.5 * 8.5" (cerrado) Soporte: Bond 120 grms páginas internas Husky 10 portada y contraportada		10 unidades	Q670.00
FASCÍCULO 4	Full Color / 32 páginas / 2 caras Tamaño: 5.5 * 8.5" (cerrado) Soporte: Bond 120 grms páginas internas Husky 10 portada y contraportada		10 unidades	Q720.00
STICKERS	Full Color / 2 páginas / 1 cara Tamaño: 11 * 8.5" Soporte: Adhesivo brillante, troquelado	Last Minute	10 unidades	Q80.00
INFOGRAFÍA F2	Full Color / 1 cara Tamaño: 11 * 21" Soporte: Couche	Thesign	10 unidades	Q495.00
INFOGRAFÍA F3	Full Color / 1 cara Tamaño: 11 * 26.5" Soporte: Couche		10 unidades	Q630.00
INFOGRAFÍA F4	Full Color / 1 cara Tamaño: 11 * 32" Soporte: Couche		10 unidades	Q810.00

**TOTAL Q6,790.00**



## PRESUPUESTO DE DISEÑO

PIEZA	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	PRECIO UNITARIO	PRUEBA DE IMPRESIÓN	TOTAL
<b>LÍNEA GRÁFICA</b>	Realización de elementos gráficos, pruebas tipográficas, técnicas de ilustración	<b>1</b>	Q4,500.00	-	<b>Q5,500.00</b>
<b>ILUSTRACIONES SENCILLAS</b>	Ilustraciones sencillas a línea y color plano 1/4 de carta o menos	<b>60</b>	Q50.00	-	<b>Q3,000.00</b>
<b>ILUSTRACIONES COMPLEJAS</b>	Ilustraciones complejas con degradados de color 1/2 de carta o menos	<b>12</b>	Q300.00	-	<b>Q3,600.00</b>
<b>DISEÑO EDITORIAL</b>	Redacción y edición de textos, pruebas de diagramación	<b>216 páginas</b>	Q35.00	Q580.00	<b>Q8,140.00</b>
<b>PORTADAS Y CONTRAPORTADAS</b>	Ilustración y diagramación	<b>4</b>	Q475.00	Q60.00	<b>Q1,960.00</b>
<b>STICKERS</b>	Sets de ilustraciones diferentes por fascículo y troquelado	<b>4 sets</b>	Q50.00	Q46.50	<b>Q246.50</b>
<b>INFOGRAFÍAS</b>	Redacción y edición de textos, diagramación de la información e ilustraciones	<b>3</b>	Q500.00	Q193.50	<b>Q1,693.50</b>
<b>REDES SOCIALES</b>	Redacción y edición de textos, machote	<b>24</b>	Q250.00	-	<b>Q6,000.00</b>

**TOTAL FINAL Q30,140.00**

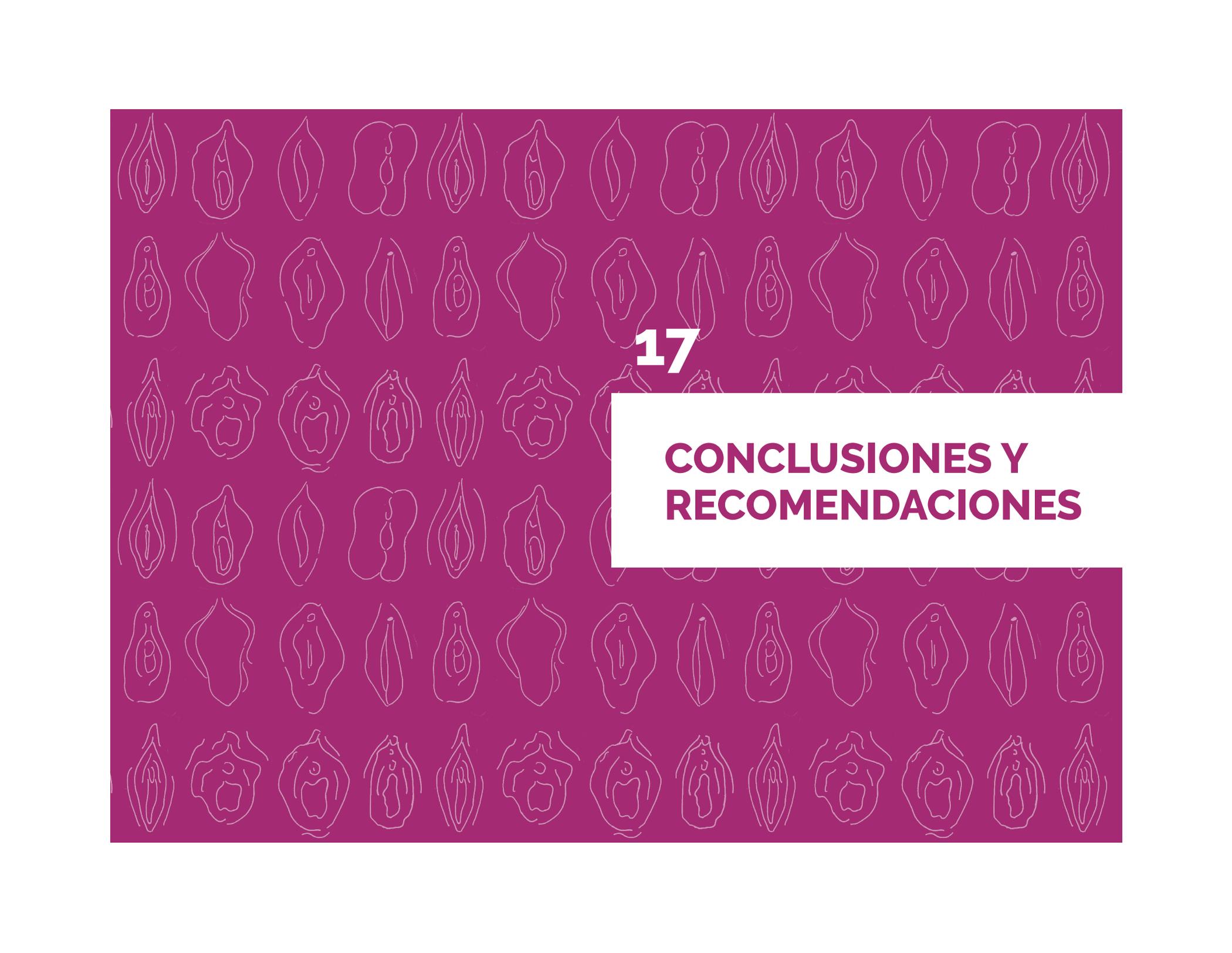
Para la realización del presupuesto de diseño del material desarrollado, se realizó una serie de cálculos y comparaciones de precios actualmente usados en el mercado de diseño gráfico; tomando en cuenta el tarifario de la empresa Ikimedios y de los Profesionales de la Comunicación Visual, los cuales establecen una serie de precios fijos dependiendo el área de diseño, tipo de cliente y especificaciones de piezas.

Al ser un proyecto para el cual tuvo que crearse no solo contenido gráfico sino también contemplar la edición de textos para el material se le dio suma importancia al abordaje visual y de los textos en todas las piezas para lograr un impacto visual en el grupo objetivo, por lo que tanto el proceso de conceptualización de ideas, como desarrollo de las ilustraciones y diseño de las piezas en general requirieron de una gran cantidad de tiempo y trabajo para lograr un resultado profesional, estético y funcional.

Al precio base del presupuesto de diseño, se le sumó el costo de pruebas de impresión que sirvieron tanto para validación del material como para la aprobación de colores, tamaño, legibilidad y estructura de las piezas. Al igual como sirvieron para la presentación de dummies al cliente.

El total final del presupuesto de reproducción y diseño desde el concepto base del proyecto hasta su desarrollo e implementación para llegar a la propuesta final se estima en un total de:

**Q36,930.00**



17

## **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

## CONCLUSIONES

- El diseño del material educativo se logró a través del desarrollo de un concepto central y línea gráfica de acuerdo a la personalidad y mensaje que busca transmitir el Colectivo, donde refleja la importancia de empoderar a las mujeres desde todos los aspectos de su vida, en este caso desde el aspecto sexual y de como se visualizan estos temas en la sociedad guatemalteca.

Esto se logró reflejar por medio de varios elementos de diseño como las distintas paletas de color, que transmitieron distintas emociones y sensaciones según el tema que trataba el material como tranquilidad, erotismo, fuerza, relajación, entre otros.

Otro elemento por el cual las mujeres perciben el mensaje del colectivo es gracias a las ilustraciones desarrolladas a lo largo del material que dan un acercamiento a la realidad desde una perspectiva amigable y delicada por el estilo de ilustración y técnica utilizada según el mensaje que se buscaba transmitir.

Como la ilustración científica para mostrar las distintas partes del cuerpo femenino, las ilustraciones botánicas para identificar a las distintas plantas medicinales y el uso de analogías para representar distintas secciones del texto de una manera amigable y simple.

Gracias a la mediación de los textos que van desde lo simple a lo complejo en el desarrollo de las temáticas entre fascículo y fascículo hace del material educativo fácil de seguir, ya sea con el apoyo de una facilitadora o por parte de la alumna por su propia cuenta.

Y aparte de la implementación de varios formatos, el lenguaje y orden lógico de la información hacen énfasis en que el Colectivo es un lugar donde pueden acercarse con confianza y sin sentir miedo a ser juzgadas, para de esta manera autoconocerse a ellas mismas y a muchas otras mujeres guatemaltecas.

- Se propuso realizar también material informativo / promocional para dar a conocer a las usuarias sobre el lanzamiento del nuevo material y de esta manera puedan adquirirlo en los distintos medios de distribución; al igual que enterearse y asistir a los espacios, talleres y eventos que el Colectivo ofrece, por lo cual para aumentar la actividad y participación dentro de la comunidad tanto dentro de redes sociales como dentro de eventos se realizó una serie de publicaciones donde se crea un diálogo con las usuarias sobre temas de sexualidad femenina y se les anuncia sobre el lanzamiento del material con el fin de educar a las mujeres guatemaltecas y recaudar ingresos para el sostenimiento del proyecto.

## RECOMENDACIONES

- Se recomienda que para el desarrollo de materiales educativos en temas de sexualidad, especialmente enfocados para mujeres latinoamericanas donde el tema es tabú en la sociedad donde viven, se debe considerar utilizar el lenguaje adecuado para transmitir conceptos, ideas y mensajes que no incomoden de más a la usuaria y llamar a las cosas como son sin querer censurar el contenido por medio del uso de modismos para referirse a partes del cuerpo u otros conceptos mencionados en el material desarrollado.
- Para el desarrollo de ilustraciones para materiales educativos en temas de sexualidad se recomienda utilizar un estilo y técnica que se asemejen a los objetos reales para no enviar un mensaje erróneo y confuso a las usuarias y/o estudiantes al que va dirigido el material.
- Se resalta el uso de color para el diseño de materiales educativos en temas de sexualidad dirigidos a mujeres, de no caer en el típico uso de colores como el rosa, rojo o lila para representar a la mujer. Ya que debe tenerse presente el hecho de que existen gran diversidad de mujeres, donde cada una se identifica con distintos elementos visuales y de esta manera lograr llegar a un grupo más amplio donde ellas puedan sentirse identificadas con los colores del material.
- Para la continuación de este proyecto, se recomienda continuar con la fase de autoplacer y sexualidad en pareja para que la mujer pueda visualizar que el sexo debe realizarse con amor ya sea en pareja o ella en su espacio privado, que este va más allá de la procreación y puede ser una actividad para disfrutar y explorar el florecimiento de su sexualidad.



18

**REFERENCIAS  
BIBLIOGRÁFICAS**  
LISTADO DE FUENTES CONSULTADAS

## A

Acero, J. (2014). Rutinas de Satisfacción, Proyecto de Tesis. Bogotá, Colombia: Incolors.

## B

Berrocal. (2016). Ilustración tradicional y digital: del boceto a la impresión. Febrero 2018, de Domestika Sitio web: <https://www.domestika.org/es/courses/79-ilustracion-tradicional-y-digital-del-boceto-a-la-impresion>

## C

CESOLAA. (2016). Sexualidad humana. Febrero 2018, de CESOLAA Sitio web: <http://educacionsexual.uchile.cl/index.php/hablando-de-sexo/la-educacion-sexual/conceptos>

Castillo A. y Donoso J. (comp.) (2017). Diseño de personajes. SENA - Servicio Nacional de Aprendizaje. Febrero 2018, de Sitio web: <https://dibujourjc.files.wordpress.com/2017/10/disec3b1odepersonajes1.pdf>

Cerezo. (2016). Marco legal DDSSRR de la Mujeres en Guatemala. Febrero 2018, de Asociación pasmo. Sitio web: [asociacionpasmo.org/asociacionpasmo/wp-content/.../Marco-Legal-DDSSRR6.ppt](http://asociacionpasmo.org/asociacionpasmo/wp-content/.../Marco-Legal-DDSSRR6.ppt)

Ciarte y si. (2016). Dimensiones de la sexualidad. Febrero 2018, de Ciarte y si Sitio web: <http://app.ciartesysi.org/index.html>

Colás, M. (2009) El libro de texto y las ilustraciones: enfoques y perspectivas en la investigación educativa. España.

Costa. (2008). Diseñar para los ojos. Barcelona: Costa Punto Com.

Cámara, S. (2006). El dibujo animado. 2da. Edición. Barcelona: Parramón.

## D

Diccionario de estudios de género y feminismos. (2007). Las columnas sobre mujeres en la revista La Nota. En Diccionario de estudios de género y feminismos (85). Buenos Aires: Libros del Rojas.

## E

Entero, M. (2012). Ilustración Digital. Febrero 2018, de Nereajausoro Sitio web: <https://cursowordpress2012.wordpress.com/magazine/tecnologia/ilustracion-digital/>

## F

FCarracedo. (2015). ¿QUE ES LA ILUSTRACIÓN EDITORIAL?. Febrero 2018, de FCarracedo Sitio web: <https://fcarracedo.wordpress.com/que-es-la-ilustracion-editorial/>

Fiori. (2014). Tipografía: Todo lo que debes saber. Febreo 2018, de Staff creativa Sitio web: <http://www.staffcreativa.pe/blog/tipografia/>

Fundación Neuronilla. (2010). Técnicas de Creatividad. Marzo 2018, de Neuronilla Sitio web: <https://www.neuronilla.com/desarrolla-creatividad/tecnicas-creatividad/>

Fundadores Column Five. (2012). Infografías, el poder del storytelling visual. Estados Unidos: John Wiley & Sons, Inc.

## G

Galindo T. (2010). Que es una infografía, cómo se hacen, cómo se diseña una infografía. Abril 2018, de Sitio web: <http://www.ofifacil.com/ofifacil-infografias-que-es-definicion-como-se-hacen.php>

Gnatural. (2014). GINECOLOGÍA NATURAL: MUCHO MÁS QUE UN MANUAL. Febrero 2018, de Ginecosofía Sitio web: <https://ginecologianatural.wordpress.com/2014/10/01/ginecologia-natural-mucho-mas-que-un-manual/>

## I

Instituto Guttmacher. (2017). La educación en sexualidad en Guatemala debe implementarse a fondo para responder a las necesidades de las y los adolescentes. Febrero 2018, de Instituto Guttmacher Sitio web: <https://www.guttmacher.org/es/news-release/2017/la-educacion-en-sexualidad-en-guatemala-debe-implementarse-fondo-para-responder>

## L

Lambert, S. (1999). El dibujo, técnica y utilidad,. Barcelona: Tursen Editorial.

Leurs, B. (2009). Grid systems. Estados Unidos: Hogeschool Rotterdam.

López. (2014). Tématicas para los ejes del Diseño Gráfico. Febrero 2018. Universidad Rafael Landívar

López, E. (2016). La Ilustración en el Diseño Gráfico. Febrero 2018, de Roast brief Sitio web: <http://www.roastbrief.com.mx/2016/04/la-ilustracion-en-el-diseno-grafico/>

## M

Maillard. (2015). ¿Qué es una mujer liberada?. Febrero 2018, de Doctissimo Sitio web: <http://www.doctissimo.com/es/sexualidad/sexualidad-femenina/ellas-y-el-sexo/mujer-liberada>

Marshall, L. y Meacher L.. (2012). Cómo utilizar la tipografía. España: Blume.

Martínez, L. (2016). Colores influyen en tu vida sexual. Febrero 2018, de Sexualidad 180 Sitio web: <http://sexualidad.salud180.com/sexualidad/colores-influyen-en-tu-vida-sexual>

Martínez. (2014). Fundamentos del diseño: ¿Cómo crear jerarquía visual?. Febrero 2018, de Aula Informativa Sitio web: <http://blog.aulaformativa.com/fundamentos-del-diseno-como-crear-jerarquia-visual/>

McCary. (1996). Sexualidad humana de McCary. México: Manual Moderno.

Mujer e Igualdad de CCOO. (2017). ¿Qué significa el "empoderamiento" de las mujeres?. Febrero 2018, de Mujer e Igualdad de CCOO Secretaría Confederal de Mujer e Igualdad de CCOO Sitio web: <http://www.tribunafeminista.org/2017/02/que-significa-el-empoderamiento-de-las-mujeres/>

## O

ONU Mujeres. (2014). Guatemala. Febrero 2018, de ONU Mujeres Sitio web: <http://lac.unwomen.org/es/donde-estamos/guatemala>

ONU Mujeres. (s.f.). Empoderamiento económico. Febrero 2018, de ONU Mujeres Sitio web: <http://www.unwomen.org/es/what-we-do/economic-empowerment>

Ospina, D. (2008). Los materiales educativos. Febrero 2018, de Universidad de Antioquia Medellín Sitio web: <http://aprendeonline.udea.edu.co/banco/html/materialeseducativos/>

**P**

Papalia, D. (2012). Desarrollo humano: (12a. ed.--.). México D.F.: McGraw Hill.

Parramón. (2003). Todo sobre la técnica de la ilustración. Barcelona: Parramón Ediciones, S.A..

Planned Parenthood. (2015). ¿Qué es la educación sexual?. Febrero 2018, de Planned Parenthood Sitio web: <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/para-educadores/que-es-la-educacion-sexual>

Planned Parenthood. (2016). Menstruación. Febrero 2018, de Planned Parenthood Sitio web: <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/salud-y-bienestar/menstruacion>

Pro/Web. (2017). MARKETING EN REDES SOCIALES O SOCIAL MEDIA MARKETING. Marzo 2018, de Pro/Web Sitio web: <http://proweb.marketing/marketing-en-redes-sociales-que-es-y-por-que-es-importante/>

Pérez F. y Prieto D. (1991). La mediación pedagógica. Guatemala: RNTC, USAC y URL.

Pérez, P. (2015). Manual Introductorio a la Ginecología Natural. Bolivia: Ginecosofía Ediciones.

ProDatos. (2016). Nosotros los Guatemaltecos. Guatemala: ProDatos.

## R

Reverso diccionario. (2017). stickers definición. Marzo 2018, de Reverso diccionario Sitio web: <https://diccionario.reverso.net/ingles-definiciones/stickers>

Rose, C. (2017). La educación en sexualidad en Guatemala. Febrero 2018, de Guttmacher Institute Sitio web: <https://www.guttmacher.org/es/news-release/2017/la-educacion-en-sexualidad-en-guatemala-debe-implementarse-fondo-para-responder>

Rosenthal, M. (2012). Human Sexuality: From Cells to Society. Estados Unidos: Cengage Learning.

Rutgers. (2016). Sexual and gender diversity. Febrero 2018, de Rutgers Sitio web: <https://www.rutgers.international/what-we-do/sexual-and-gender-diversity>

## S

Samara T. (2004). Diseñar con y sin retícula. Barcelona: Gustavo Gili, S.A..

Secretaría Confederal de Mujer e Igualdad de CCOO. (2017). ¿Qué significa el "empoderamiento" de las mujeres?. Febrero 2018, de Tribuna Feminista Sitio web: <https://tribunafeminista.elplural.com/2017/02/que-significa-el-empoderamiento-de-las-mujeres/>

Sociedad Americana de Artistas Botánicos. (2014). Ilustración Científica –Botánica-. Marzo 2018, de ASBA Sitio web: <http://www.asba-art.org/>

## T

Torres A. (2015). Los 10 principales tipos de orientación sexual. Febrero 2018, de Psicología y mente Sitio web: <https://psicologiaymente.net/sexologia/tipos-orientacion-sexual>

## U

UNESCO. (2016). VIH y Educación Sexual. Febrero 2018, de UNESCO Sitio web: <https://es.unesco.org/themes/educacion-salud/vih-educacion-sexual>

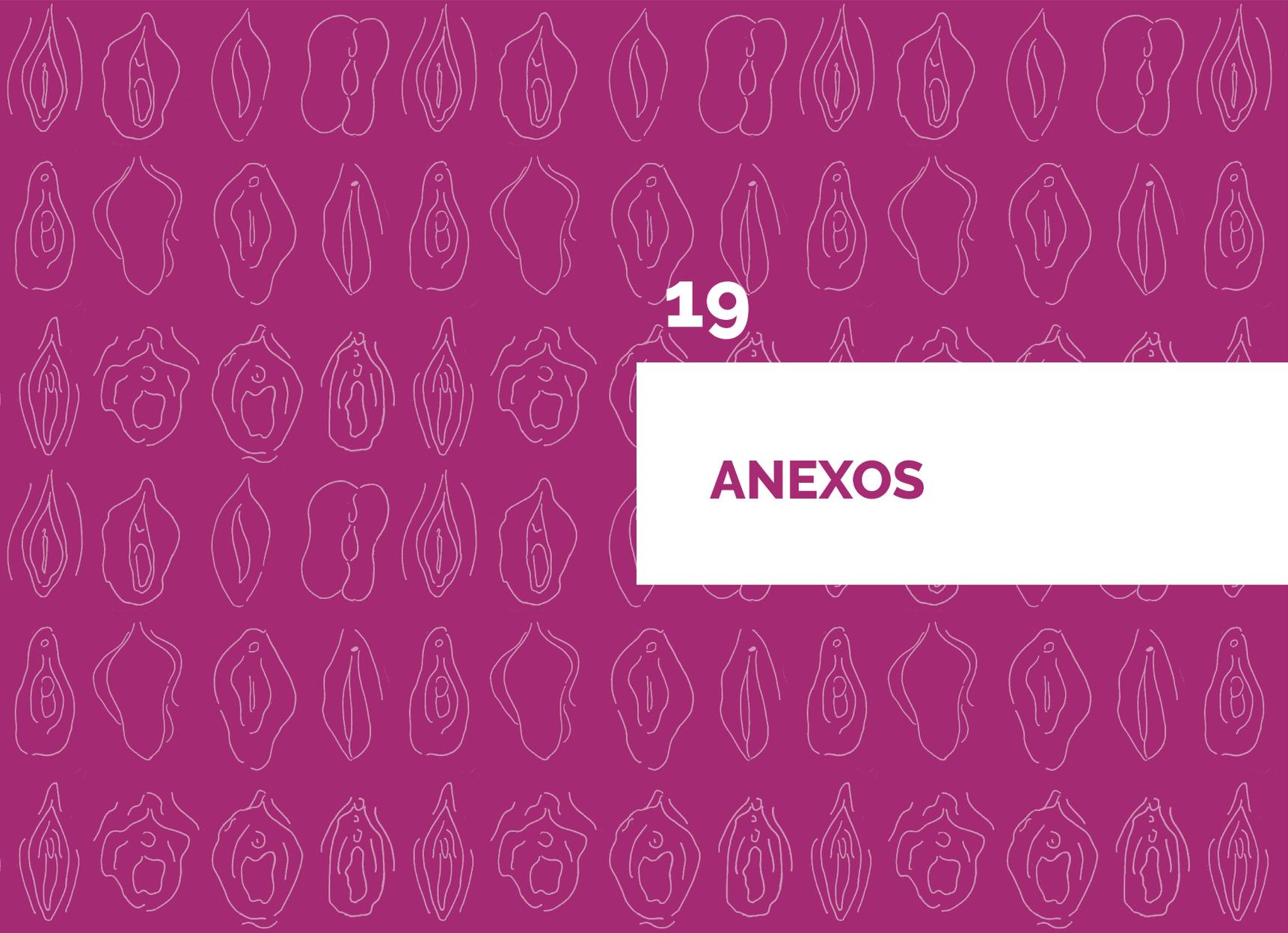
## V

Valdés. (2012). Qué es material didáctico. Febrero, 2018, de Sitio web: <http://es.slideshare.net/Vanessavvs/concepto-de-material-didactico>

Vaslam. (2017). Guía básica para aprender a elegir y combinar tipografías. Marzo 2018, de - Sitio web: <https://jessicavaslam.com/elegir-y-combinar-tipografias/>

Velaio. (2015). Marketing en redes sociales. Marzo 2018, de Velaio Sitio web: <https://www.velaio.com/redes-sociales-marketing/mercadeo-redes-sociales.html>

Villarini. (2006). Desarrollo humano, pedagogía y andragogía. Marzo 2018, de - Sitio web: <https://www.monografias.com/trabajos37/pedagogia-andragogia/pedagogia-andragogia2.shtml>



19

## ANEXOS

A continuación se muestra los anexos citados durante el proceso del informe. Debido a su extensión, se realiza el siguiente índice, con el objetivo de facilitar su visualización al lector:

**ANEXO 1** - Brief Cliente / Entrevista Inicial ----- **pág 398**

**ANEXO 2** - Guías de Observación - Instrumento ----- **pág 401**

**2.1** - Antecedentes

**2.2** - Competencia 1

**2.3** - Competencia 2

**ANEXO 3** - Sujeto de Estudio - Experto en el Tema ----- **pág 409**

**ANEXO 4** - Sujetos de Estudio - Expertos en Diseño ----- **pág 419**

**4.1** - Fex Magazine

**ANEXO 5** - Objetos de Estudio - Instrumento ----- **pág 424**

**5.1** - Caso Análogo 1

**5.2** - Caso Análogo 2

**ANEXO 6** - Instrumento Grupo Objetivo ----- **pág 428**

**6.1** - Tabulaciones Resultados

**ANEXO 7** - Entrevista Experto Perfil Psiciopedagógico ----- **pág 435**

**ANEXO 8** - Instrumentos de Validación ----- **pág 442**

**8.1** - Expertos en el Tema

**8.2** - Expertos en Diseño

**8.3** - Grupo Objetivo

**ANEXO 9** - Resultados de Validación ----- **pág 452**

**9.1** - Expertos en el Tema

**9.2** - Expertos en Diseño 1ra. Fase

**9.3** - Grupo Objetivo 1ra. Fase

**9.4** - Expertos en Diseño 2da. Fase

**9.5** - Grupo Objetivo 2da. Fase

**ANEXO 10** - Cotizaciones Imprentas ----- **pág 471**



**ANEXO 1**  
BRIEF CLIENTE /  
ENTREVISTA INICIAL

# ANEXO 1

## BRIEF / ENTREVISTA INICIAL CLIENTE

- ¿Cómo manejan el colectivo?  
Manejan las Carpas Rojas una vez al mes, también realizan reuniones con otros colectivos, van a mercaditos y ferias ecológicas para vender los productos de Nana Luna.
- ¿Qué hacen en las reuniones?  
Se dan charlas respecto a la temática  
Cantidad de personas que llegan: 20 en promedio 15-25
- ¿Qué antecedentes gráficos tienen?  
Materiales artesanales. a ha habido material. muy artesanal, por ellas mismas o imágenes de internet.
- ¿Poseen algún material propio?  
Fanzine por Elena
- ¿Tienen una imagen institucional?  
Manual de identidad realizado por estudiantes de la Landívar se mantenga. Hay libertad con la paleta de color.
- ¿Qué tipo de material es?  
Educativo

- ¿Tienen los textos?  
Didáctico: contenido -> actividad -> evaluación de lo aprendido.  
Debe incluir una reflexión, se debe dar capacitación luego se da el material, se deben realizar los textos
- ¿Tienen banco de imágenes?  
Biblioteca de fotografías, ilustraciones, etc. Han realizado sesiones de fotografías, imágenes realizadas por los estudiantes, aparte de eso no hay nada.

### *Grupo objetivo*

- ¿Tienen estudios de grupo objetivo?  
G.O. principal: Estudiantes de colegio, universidad (jóvenes)  
G.O. secundario: mujeres entre 18-35 años  
G.O. terciario: mujeres del interior, mayormente indígenas, analfabetas. (25-45 años)
- ¿Qué tipo de mujeres son las que se involucran, llegan a las reuniones? ¿edades? ¿zona de residencia? ¿gustos?  
artistas, activistas, maestras, mamás, estudiantes universitarias, psicólogas, antropólogas, biólogas, sociólogas.

### *Retos del proyecto*

- ¿Qué quieren lograr con este proyecto? (objetivos)  
Informar, educar, dar a conocer, reunir fondos. Llega a haber

censura. Trabajar de manera objetiva o sin ofender a nadie..  
En cuanto a difusión el apoyo de las instituciones en recursos económicos

- ¿Que alcance esperan tener?  
Solo Guatemala, a nivel latinoamericano. Ambas, por el tono y manera (español neutro).

### *Resultados esperados*

- ¿Cómo esperan medir esos resultados?  
No se ha echo antes, ver alternativas de como medirlos.
- ¿Fases/etapas del proyecto?  
Puede ser un mes de una y otro de otra
- ¿Fecha de lanzamiento?  
Posiblemente en Junio-Julio

### *Presupuesto*

- Gastos factibles  
Impresiones de material, renta del espacio que se utiliza, quieren empezar a dar refacciones.
- ¿Cómo obtienen ingresos?  
Nana luna (depende de ellas), autofinanciado por las integrantes.

Quieren implementar donaciones en las carpas.

- ¿Patrocinadores, donadores?  
No han habido experiencias previas.

### *Competencia*

- ¿Tienen convenios o se unen con otras organizaciones?  
Mujeres artesanas de paz antigua (productos, talleres)  
Atitlan welthness center (charlas, productos)  
IncideJoven (charlas, articulaciones políticas, incidencia)
- ¿Cuál es la mayor diferencia entre GM y otras organizaciones?  
El tema de menstruación como central, porque es algo que une a todas la mujeres. Desde un aspecto, político, espiritual.



**ANEXO 2**  
GUÍAS DE OBSERVACIÓN  
ANTECEDENTES Y COMPETENCIAS

# ANEXO 2

## INSTRUMENTO GUÍAS DE OBSERVACIÓN PARA MATERIAL EDUCATIVO EN TEMAS DE SEXUALIDAD

- Nombre de la pieza:
  
- Tipo de material educativo / didáctico:
  - Impreso
  - Gráfico
  - Mixto
  - Auditivo
  
- ¿Qué características de tratamiento de la forma presenta?
  - Enriquece el tema y la percepción
  - Hace comprensible el texto
  - Establece un ritmo
  - Da lugar a sorpresas, rupturas
  - Logra variedad en la unidad
  - No aplica
  
- El papel de la ilustración en la pieza es:
  - Atraer
  - Adornar
  - Comunicar un mensaje
  - Reforzar el texto
  - Destacar parte del texto
  - Agregar significado al texto
  - Representar el texto

Narrar una historia / interpretar un guión

- Tipo de ilustración:
  - Conceptual
  - Narrativa
  - Decorativa
  - Comic
  - Científica y/o técnica
  - Editorial
  - Educativa
  
- Tipo de ilustración educativa:
  - Información inventaria
  - Localización espacial
  - Información descriptiva
  - Composición espacial
  
- Técnica de ilustración:
  - Manual
  - Digital
  - Mixta
  
- Técnica manual utilizada:
  - Acuarela
  - Marcador
  - Lápices de colores
  - No aplica
  
- Técnica digital utilizada:
  - Vectorial
  - Mapa de bits

No aplica

- Soporte animado de los personajes:

Relación de exhibición

Relación de presentación

Relación de implicación

- ¿Por cuáles formas básicas geométricas está compuesto el personaje?

El personaje cuenta con los ejes:

Eje de gravedad

Eje de hombros y caderas

Ejes de perspectiva

No se define / no posee

- ¿Qué línea de flotación posee?

Cóncava (temperamental, valiente)

Convexa (tímido, indeciso)

No se define / no posee

- La pose del personaje:

Posee línea de acción

No posee línea de acción

No se define

- Tipo de tipografía utilizada:

Tipos con serifa

Tipos sin serifa

Mixto

No aplica

- Legibilidad y fluidez de la lectura se define por:

Uso de mayúsculas y minúsculas

Dimensión de la línea y espaciado

Color

Tamaño

Alineación del texto

No aplica

- La jerarquía visual se destaca por:

Tamaño

Contraste

Color

Proximidad

Alineación

Repetición

- Uso del color más sobresaliente y su significado:

- Rojo: propicia el apetito sexual, brinda fuerza y resistencia, ya que llama la atención debe ser usado de manera mínima.

- Naranja: aumenta la concentración, estimula la sexualidad y emotividad, sensación de calidez.

- Amarillo: estimula la capacidad de autodomínio y vitalidad, es un estimulante natural de las emociones.

- Blanco: asociado a limpieza y pureza, este color genera confianza y acercamiento.

- Azul: propicia tranquilidad, nivela la ansiedad y controla ataques de atracción sexual obsesiva.

- Violeta: está relacionado con el erotismo, fantasías y el sexo sofisticado.

- Rosado: color universal del romance, estimula el buen

humor, sensibilidad, es relajante e inductor del sueño; revela inmadurez sexual.

- Verde: asociado con la propia aceptación, amor compartido y la compasión. Transmite frescura y relajación.
- Negro: representa la noche, el misterio, en la ropa interior puede resultar ampliamente erótico.

- ¿Qué tipo de semiótica de color se presenta?

Color realista

Color Fantasioso

Color Signico

- Réticula utilizada:

Manuscrita

Varias columnas

Modular

Jerárquica

## ANEXO 2.1

### GUÍA DE OBSERVACIÓN - ANTECEDENTE

#### GUATEMALA MENSTRUANTE CARPAS ROJAS - CHARLAS CICLO MENSTRUAL

- Nombre de la pieza:  
Ciclo menstrual
- Tipo de material educativo / didáctico:  
Impreso - tarjetones
- ¿Qué características de tratamiento de la forma presenta?  
Enriquece el tema y la percepción
- El papel de la ilustración en la pieza es:  
Atraer  
Comunicar un mensaje  
Narrar una historia / interpretar un guión
- Tipo de ilustración:  
Narrativa  
Científica y/o técnica
- Tipo de ilustración educativa:  
Información inventaria
- Técnica de ilustración:



Manual

- Técnica manual utilizada:  
Otro: Tempera, pasteles
- Técnica digital utilizada:  
No aplica
- Soporte animado de los personajes:  
No aplica
- ¿Por cuáles formas básicas geométricas está compuesto el personaje?  
No aplica
- El personaje cuenta con los ejes:  
No aplica
- ¿Qué línea de flotación posee?  
No aplica
- La pose del personaje:  
No aplica
- Tipo de tipografía utilizada:  
No aplica
- Legibilidad y fluidez de la lectura se define por:  
No aplica
- La jerarquía visual se destaca por:  
Tamaño

- Uso del color más sobresaliente y su significado:  
Rojo: propicia el apetito sexual, brinda fuerza y resistencia, ya que llama la atención debe ser usado de manera mínima.  
Amarillo: estimula la capacidad de autodominio y vitalidad, es un estimulante natural de las emociones.  
Azul: propicia tranquilidad, nivela la ansiedad y controla ataques de atracción sexual obsesiva.
- ¿Qué tipo de semiótica de color se presenta?  
Color realista - naturalista
- Reticula utilizada:  
No aplica

# ANEXO 2.2

## GUÍA DE OBSERVACIÓN - COMPETENCIA 1

### ÍNDICE JOVEN, EDUCACIÓN PARA LA VIDA: UN RETO DE GENERACIONES, MANUAL SOBRE SEXUALIDAD

- Nombre de la pieza:  
Educación para la vida: un reto de generaciones
- Tipo de material educativo / didáctico:  
Impreso - manual
- ¿Qué características de tratamiento de la forma presenta?  
Enriquece el tema y la percepción  
Hace comprensible el texto  
Logra variedad en la unidad
- El papel de la ilustración en la pieza es:  
Reforzar el texto  
Destacar parte del texto  
Representar el texto
- Tipo de ilustración:  
Científica y/o técnica  
Educativa
- Tipo de ilustración educativa:  
Información inventaria

#### Información descriptiva

- Técnica de ilustración:  
Digital
- Técnica manual utilizada:  
No aplica
- Técnica digital utilizada:  
Mapa de bits
- Soporte animado de los personajes:  
Relación de exhibición
- ¿Por cuáles formas básicas geométricas está compuesto el personaje?  
Círculos y óvalos - cabeza  
Rectángulos - Tórax y extremidades
- El personaje cuenta con los ejes:  
No se define / no posee
- ¿Qué línea de flotación posee?  
No se define / no posee
- La pose del personaje:  
No se define
- Tipo de tipografía utilizada:  
Tipos sin serifa

- Legibilidad y fluidez de la lectura se define por:  
Tamaño  
Alineación del texto
- La jerarquía visual se destaca por:  
Color  
Alineación
- Uso del color más sobresaliente y su significado:  
Naranja: aumenta la capacidad de concentración, estimula la sexualidad y emotividad, da sensación de calidez.  
Azul: propicia tranquilidad, nivela la ansiedad y controla ataques de atracción sexual obsesiva.  
Verde: asociado con la propia aceptación, amor compartido y la compasión. Transmite frescura y relajación.
- ¿Qué tipo de semiótica de color se presenta?  
Color realista - naturalista
- Réticula utilizada:  
Manuscrita  
Varias columnas

## ANEXO 2.3

### GUÍA DE OBSERVACIÓN - COMPETENCIA 2

#### REDLAC - AUTOCUIDAO Y AUTODEFENSA PARA MUJERES ACTIVISTAS. MANUAL DE AUTOAPLICACIÓN

- Nombre de la pieza:  
Autocuidado y autodefensa para mujeres activistas
- Tipo de material educativo / didáctico:  
Impreso - Manual de autoaplicación
- ¿Qué características de tratamiento de la forma presenta?  
Enriquece el tema y la percepción
- El papel de la ilustración en la pieza es:  
Adornar
- Tipo de ilustración:  
Decorativa  
Educativa
- Tipo de ilustración educativa:  
Información descriptiva
- Técnica de ilustración:  
Digital

- Técnica manual utilizada:

No aplica

- Técnica digital utilizada:

Vectorial

- Soporte animado de los personajes:

No aplica

- ¿Por cuáles formas básicas geométricas está compuesto el personaje?

No aplica

- El personaje cuenta con los ejes:

No aplica

- ¿Qué línea de flotación posee?

No aplica

- La pose del personaje:

No aplica

- Tipo de tipografía utilizada:

Tipos sin serifa

- Legibilidad y fluidez de la lectura se define por:

Tamaño

- La jerarquía visual se destaca por:

Tamaño

- Uso del color más sobresaliente y su significado:

Blanco: asociado a limpieza y pureza, este color genera confianza y acercamiento.

Negro: representa la noche, el misterio, en la ropa interior puede resultar ampliamente erótico.

- ¿Qué tipo de semiótica de color se presenta?

No aplica

- Retícula utilizada:

Manuscrita



**ANEXO 3**  
SUJETO DE ESTUDIO  
EXPERTO EN EL TEMA

# ANEXO 3

## SUJETO DE ESTUDIO EXPERTO EN EL TEMA

### ENTREVISTA A CECILIA PÉREZ - COFUNDADORA DE GUATEMALA MENSTRUANTE

#### 1. ¿En que se está desarrollando profesionalmente en la actualidad?

Estudié psicología, tengo estudios de género y feminismo en mujeres tanto en Canadá como aquí en Guatemala y tengo formación de Moon Mother que son terapias alternativas para la menstruación.

Inicialmente comencé como consultora independiente en áreas sociales de psicología social, pero siempre me interesó trabajar con mujeres y poco a poco me he ido desarrollando en trabajar siempre con mujeres. Entonces la verdad, para mi no hay una diferenciación de quien soy yo como profesional y quien soy yo como colectiva ya que ese también es mi trabajo.

Si trabajo consultorías van a ser que estén muy relacionadas a medio ambiente y al impacto que tienen las mujeres en el medio ambiente y de cómo se tiene que trabajar desde el medio ambiente involucrando a las mujeres.

Y por el momento soy maestra auxiliar supliendo a una maestra que acaba de tener a su bebe en la Universidad Francisco Marroquín dando clases de antropología cultural para la carrera de Psicología.

#### 2. ¿Cómo empezó tu involucración con el colectivo?

Lo comenzamos con Andrea quien también es mi socia de Nana Luna y pues comenzó hablando entre nosotras, somos muy amigas entonces tenemos una relación muy íntima y de mucha confianza. Cuando yo me quise animar con la copa menstrual, la verdad no tenía con quien hablar y preguntar "vos la has escuchado" "que pensás" "haceme ganas" y ese acompañamiento que ella me dio y que yo se lo di más adelante a ella me pareció que era fundamental y que no habían esos espacios de diálogo. Ni siquiera entre amigas e inclusive me costó hablarlo con ella. Entonces fue al como, "bueno hablemos de menstruación, de que es algo muy importante que no se habla" y gracias a nuestras carreras logramos tener un pensamiento más crítico donde nos dimos cuenta que la menstruación trasciende el cuerpo y de todo el impacto social, económico, cultural que tiene menstruar en un país como Guatemala. Un país posguerra, un país con muchísima división social, racismo impresionante, no hay acceso a salud; entonces todo lo que eso implica a un cuerpo menstruante la represión es todavía más fuerte y si no estamos hablando entonces nos hace falta mucho para trabajar como país.

Y no solo a partir de lo personal, sino entender que es una problemática que lo puedes ver desde infinitos ejes. Entonces así inició la colectiva, en un página en facebook donde transmitimos información sin tabú y también sobre las diferentes alternativas que existen para el flujo menstrual y entonces ahí surge la necesidad también de traerlos, importarlos ya que no había nadie que estuviera fabricando y eso llevaba de la mano que no había quien diera los talleres para informar,



enseñar a usar o deconstruir. Entonces fue algo como "sabes que ahora tenemos que dar talleres, tenemos que vender las copas" es decir, si no hay alguien más, entonces nos fuimos metiendo cada vez más tareas.

3. ¿Realiza en la actualidad algún proyecto relacionado con la sexualidad en general o sexualidad femenina fuera del colectivo? ¿Podría contar un poco al respecto?

Si, bueno es también parte de la colectiva pero es un nuevo proyecto que inició en noviembre de 2016 que con otras 13 colectivas y organizaciones de jóvenes que de alguna u otra manera estábamos trabajando el tema de sexualidad y sexualidad femenina, lo que nos unía era la salud sexual y reproductiva.

Entonces armamos ese grupo que se llama la Plataforma Nacional de Juventudes y el objetivo principal es la incidencia política. Incidir políticamente, Guatemala en su constitución y en sus leyes este país es tan genial pero cuando se trata de llevarlo a la práctica estamos años luz de lo que está escrito. Y no solo son las leyes actuales sino son otros grupos de sociedad civil incluso que están haciendo incidencia y que no necesariamente va a ser positivo. Hay grupos que con propuestas de ley que van totalmente en contra de los derechos humanos, que están retrocediendo los pocos avances que por lo menos en papel que se tienen. Hay grupos que están poniendo más obstáculos y afectando negativamente la realidad del país. Por lo que debemos estar muy despiertas a saber que esas propuestas no lleguen al Congreso, que no pasen las lecturas. Saber que si nosotras como sociedad civil decidimos a los diputados que están ahí, entender

que nosotras podemos decidir y tener un impacto en que leyes ellos van a aprobar.

Entonces este es el objetivo principal de esta plataforma, que como juventud y juventud femenina hagamos incidencia, hagamos presión, estemos al tanto de las leyes que se están pasando o que se van a aprobar y en la medida que podamos detener las que nos van a afectar negativamente y exigir que se cumplan las que se tienen que cumplir porque son nuestro derechos humanos fundamentales.

Ese es un proyecto, y el otro sería que soy secretaria de la junta directiva de la red Incide Joven que es una organización igual para la incidencia política. De ahí, como te decía al principio llevo ya quizá un año, dos años en donde no logró separar una cosa de la otra, lo que yo hago como colectiva si bien no nos financia si bien es un gran reto para mi puede llegar a ser un trabajo de tiempo completo.

4. Dentro de la definición de la educación integral en sexualidad, específicamente en mujeres, ¿que aspecto considera se ha dejado de lado o no se ha manejado lo suficiente en Guatemala?

Todo. Comenzando con el CNB (Currículo Nacional Base) se hizo una gran lucha por incluir de manera manual y de manera acorde al desarrollo humano y el desarrollo infantil; se hizo un gran lucha para incluir en el CNB temas que son obligación de toda institución pública y privada de este país que cubran esos temas, no se cubren.

Una no se cubre y dos si se van a cubrir, catedráticos se agarran de la libertad de cátedra donde dicen que pueden imponer sus juicios

morales y valores sobre los niños y adolescentes. Cuando la libertad de cátedra significa que yo sí les voy a enseñar cómo crece un árbol puedo escoger, que salgan al campo y ver los árboles o escoger agarrar un frasquito de vidrio, metan un algodón, la semilla y vean como crece. Habla más de metodología que de contenido, entonces cuando se transgiversa el contexto de libertad de cátedra vienen los docentes, profesores y profesoras, inclusive directoras y dicen "ok, vamos a hablar de métodos anticonceptivos" "es pecado, si usas condón sos una promiscua y una prostituta". Eso no es libertad de cátedra, estas imponiendote moralmente a un grupo de mentes que todavía están en formación y que tienen la capacidad de absorción impresionante. Por eso la educación elemental y básica es elemental y por algo esos temas deben estar ahí y no se están cumpliendo o no se están llevando a cabo o haciendo de una manera que solo perjudica más a este país.

Luego si nos vamos a salud, la salud no es una prioridad en este país, empezando por los altos índices de mortalidad materno infantil. Guatemala creo es el primer país en embarazos de niñas y adolescentes (de 9 hasta 15 años) sabes que ese embarazo ahí es un delito, tiene que haber una condena y no se toma como un delito, no hay medida reparatoria para esas niñas, se les culpabiliza y no tienen acceso a salud. Entonces con las estadísticas que manejas sabes que en Guatemala no se está haciendo absolutamente nada a nivel estatal porque si vamos a sociedad civil, ahí se está luchando muchísimas organizaciones que estamos trabajando por una responsabilidad que no nos toca pero que la asumimos.

5. ¿A qué edad considera debe darse el primer acercamiento sobre educación sexual a la mujer y quien debería hacer este acercamiento?

Cuando entiendes que no es educación sexual, sino educación integral en sexualidad entendes que es algo mucho más complejo, mucho mejor elaborado. Porque van a venir ciertos grupos conservadores y te van a decir "¿cómo le vas a enseñar a una niña de 4 años que hay un pene y una vagina y así es como van a tener hijos?" Momento, partir desde la psicología, desde lo médico, desarrollo cognitivo, social, humano; o sea tenés tus bases que te dicen cuál es el pensamiento, las necesidades de la información en cada etapa de la vida.

Es gradual, toda la vida. Al terminar el colegio, probablemente vas a iniciar una vida en pareja, cambian tus necesidades de información y conocimiento; momento, ahora tienes 35 tu cuerpo pasa por cambios hormonales, físicos, biológicos. Ahora tienes 50, esta la andropausia, menopausia, ¿quién habla de eso? ¿quién está educando a los adultos? Entonces cuando lo entiendes así entendes que es desde el inicio y comenzando con estereotipos de género.

Cuando no llamas las cosas como son (el pajarito, la cuquita, etc.) a ciertas partes muy específicas de tu cuerpo, creas morbo, creas una curiosidad, cuando lo teñís de oscuridad porque no lo estás hablando, vas a buscar información y no necesariamente va a ser en los mejores lugares y no vas a tener las herramientas suficientes para discernir si está información es verídica, me sirve no me sirve, la acepto no la acepto en mi vida. Cualquier información que recibas va a ser bienvenida por que va a haber un gran vacío en la sexualidad. Ya sea

viendo pornografía, cualquier página web en internet, hablando con amigos, yendo a prostíbulos, etc.

La familia es una gran base, porque se comienza desde el embarazo y se imponen muchos estereotipos de género desde ese momento. Pero cómo vamos a esperar ahorita y decir, que es algo que dicen los conservadores religiosos "no se metan con mis hijos" "nosotros los vamos a educar en casa" ¿cómo vas a educar a tu hijo en casa? cuando vos no recibiste educación sexual, ¿qué educación le vas a estar brindando vos a tu hijo?

Entonces si tocaría un primer paso como una alianza o algo, escuelas para padres; que desde la escuela se agarre capacitaciones a docentes y directores sí, pero también se tiene que educar a los padres de familia porque ellos no tienen las herramientas para hablarles a sus hijos. Si la educación comienza desde que se embaraza alguien, dale las herramientas.

6. ¿Cuál es su opinión respecto a cómo se maneja el tema de la menstruación en Guatemala?

Es sorprendente la verdad, porque tanto aquí en la capital en lugares con gente de "más dinero" como en los lugares más recónditos de Izabal, en el Petén, en donde sea. Tu primera experiencia menstruando fue, sin información.

La información que tu necesitas no es la misma a tus 11 años que estas menstruando, no es lo mismo menstruar a los 15 años que ya estás empezando un relación de pareja, no es lo mismo a los 18 y 20

años cuando ya estás teniendo relaciones sexuales, no es la misma información que necesitas saber. Y eso pasa desde los colegios más caqueros como en las escuelas más públicas y con menos recursos.

7. ¿Cuál es su opinión sobre el uso de productos alternativos para la menstruación? ¿Qué ventajas/desventajas hay a comparación de las toallas y tampones comerciales?

Nosotras lo tomamos con diferentes puntos de vista desde donde verlos, desde la parte biológica, estás utilizando productos que tienen toxinas que ni siquiera lo dejan usar a gente que fabrica cremas corporales y esas toxinas nadie las ha regulado para fabricar las toallas y los tampones. Cuando se sabe científicamente que la vagina y la vulva son tejidos super absorbentes y super sensibles.

No hay regulación, porque es un imperio, un negocio redondo, que entonces te enfermas, "aquí está tu óvulo, que lo fabrica mi farmacéutica hermana" "¿este óvulo artificial te dió resequeidad vaginal?" "toma esta crema, este jabón que te cambia tu ph vaginal" "entonces ahora te duele la cabeza, toma dorival" es un negocio redondo, juegan y ganan una cantidad de dinero absurda con un cuerpo menstruante.

Entonces usas algodón natural para hacer una toalla de tela no hay ningún químico, ninguna toxina que tu cuerpo absorba. Usas una copa menstrual que es el mismo producto con el que se hacen los implantes, no guarda bacterias, no da alergia como el látex; no hay ningún daño al cuerpo. O usas una esponja marina natural que absorbe pero no te reseca, son opciones mucho más amigables para la salud.

También está la contaminación, la mujer al mes tira 5 libras de basura menstrual, porque no te venden solo la toalla sino también el papel que viene pegado atrás, la bolsa individual, la bolsa grande, luego la caja. 5 libras de basura que tardan más de 100 años en degradarse, que están flotando en los mares, en los ríos, en los manglares. Y eso es solo el producto ya hecho, la producción con altas cantidades de cloro y rayón, contaminando toneladas de agua para hacer una sola toalla desechable y un tampón.

Entonces son muchas implicaciones que le vemos a los productos desechables y por lo tanto, muchas cosas, muchas ventajas que le vemos a los productos alternativos que por lo tanto no vas a ver comercializados. Que como te decía, es un gran monopolio.

Y lo último es... son herramientas de autoconocimiento, cuando con una toalla desechable, la publicidad de "oculta la menstruación en esos días, que tu vida siga igual" entonces hay una gran desconexión de tu cuerpo, no hay un espacio de reflexión contigo misma.

Ahora con la copa menstrual puedes hasta ver la consistencia de tu menstruación, cuánto te viene cada día, darte cuenta que no huele mal; es un indicador de salud no solo de tu vientre, sino también de riñones por el color que hay en mi sangre menstrual. Toda esa información está ahí y es información que solo la vas a poder conocer usando alternativas que no estén contaminadas.

8. ¿Cuál considera son las razones por las cuales la masturbación femenina no es tan practicada o conversada a diferencia de la masturbación masculina y que efectos tiene en la vida de la mujer?

Hay varios factores, los medios de comunicación juegan un gran papel, es común que en series de televisión donde hay una familia con un hijo y una hija adolescentes que la mamá descubra al güiro tocándose bajo la sábana y la niña jamás nunca nadie la descubrió porque nunca se toco, mentira.

Y volvemos a caer en ese sistema patriarcal en donde el macho es un macho sexual, hasta un depredador sexual que puede tener muchas parejas, mientras más tenga más macho. En cambio una está esperando que la cortejen, yo no voy a acercarme a alguien, yo no voy a buscar placer, ni siquiera hacer el placer conmigo misma y mucho menos placer entre mujeres.

Y llega un punto de control, que aún en mucho lugares es legal la ablación femenina, cuando el clitoris es el único órgano en un cuerpo humano que solo esté para el placer y no hay conocimiento de que es el clitoris.

Y la religión también tiene un rol muy fuerte en tirar la culpa, las mujeres sentimos mucha culpa de sentir placer. Y bueno, si vas a hablar de placer autogestionado, de masturbaciones, si yo se lo que me gusta, me se da placer, tengo orgasmos sola, ¿para qué necesito una pareja? Entonces postergas tu primera relación sexual y cuando la postergas vas a poder decirle a tu pareja "déjame que te enseñe lo que me gusta" "no vengas y hagas conmigo lo que sea aún cuando yo

no tenga placer y vos acabas después de los 2 minutos de sexo" "y yo me quede sin ningún placer" no tenes las herramientas para decir eso.

"Y si llegás a lastimarme, si llegas a violentarme yo ya sé que eso es violencia porque cuando lo hago conmigo misma lo hago con amor" entonces se aprende a diferenciar relaciones violentas, el poder que hay detrás de una mujer que siente placer, es un poder que rompe el sistema patriarcal. Por eso no se habla de masturbación femenina.

9. ¿Qué opina al respecto que los métodos anticonceptivos son principalmente utilizado en las mujeres? Siendo el condón masculino prácticamente el único utilizado exclusivamente por el hombre.

Es el control al cuerpo femenino. Se han hecho investigaciones y han intentado hacer la inyección masculina "pero ay... tienen efectos secundarios y me duele la cabeza" ¡man! ¿A vos te duele la cabeza? a mi me salieron quistes en los ovarios por tomar esos, a me volviste infértil, a mi me quitaron... ¿esos no son efectos secundarios que valen más la pena decir dejen de tomar y ya no se inyecten nada? y además, cuando vas al ciclo femenino y al ciclo fértil, las mujeres somos fértiles 48 horas, si es así porque estoy tomando hormonas artificiales los 28 días de mi ciclo si solo 2 días soy fértil. Ok, usted macho que tiene pene ¿cuánto tiempo es fértil? 24 horas al día, 365 días del año. ¿Porque no se está controlando a esa productividad de espermatozoides? Control femenino.

Otra cosa es que la mayoría van a estar enfocados a la prevención de un embarazo; pero tienes gonorrea, sífilis, papiloma, etc. Tienes tantas

cosas de que cuidarte de los métodos anticonceptivos que existen, solamente 2 condones (el masculino y femenino) te van a proteger de todas esas enfermedades de transmisión sexual.

10. ¿Qué conoce respecto a la ginecología natural? ¿Qué puede comentar respecto al tema?

Yo creo que se tiene que hacer una conciliación entre conocimientos ancestrales y naturales y la medicina occidental. No vamos a negar que la información de la medicina occidental es valiosa, sin embargo ¿vamos a creer que es la única verdad? estamos muy mal. Cuando vemos además que solo el 7% de la población mundial tiene acceso o accede a la medicina occidental. Y entonces el resto del 93% ¿qué medicina están utilizando? la medicina ancestral, la medicina natural. Que tienen menos implicaciones dañinas a nuestros cuerpos en algunos casos.

Entonces tomás lo que te beneficia, puede ayudar de ambas. "Ah, esto es lo que me dice la medicina occidental, esto es lo que me dice la comadrona, lo que me dijo el médico chino" "esto no me gusta por tal cosa" yo puedo tomar la decisión por mi misma de que quiero, que medicina es mejor para mi cuerpo, que medicina va mejor conmigo.

Entonces la ginecología natural al final es retomar mucho esos conocimientos ancestrales y aquí en Guatemala con las comadronas hay mucha información todavía viva. Y mucha de esa ginecología puede ser autogestionada, porque yo no voy a permitir que mi ginecologo sepa más de mi cuerpo que yo misma. Vuelve ser otra herramienta de autoconocimiento.



11. ¿Considera que los derechos sexuales y reproductivos en Guatemala se conocen y cumplen?

Hay muy poco conocimiento porque se ha hecho esta diferenciación civil de que si yo no soy diputado, no trabajo en el congreso, etc. "Yo de leyes no tengo que saber nada" y eso no es cierto, esa clase apolítica que se ha creado en Guatemala es muy peligrosa porque desconociendo esas leyes escritas no exigimos esos derechos.

12. ¿Cómo se vincula el empoderamiento de la mujer con la toma de decisiones sobre su propia sexualidad?

Se vincula en todo. Nosotras usamos un concepto que se llama cuerpo territorio y principalmente un cuerpo como un territorio de lucha. Nos están invadiendo, nos están saqueando, nos dicen que solo servimos para madres, que tenemos que usar cosas que nos están enfermando, que no servimos, que no somos feas, gordas, flacas, etc. En el momento que tu decís "este es mi cuerpo, yo no lo voy a conocer completito y es mío" nadie pasa sobre vos. Y cuerpo no de sexualidad pero sí muy importante para tu sexualidad.

Entonces yo voy a decidir con quien estar y regresando a la masturbación, si yo se que es lo que me gusta, no voy a dejar que alguien me de menos, no voy a dejar que cualquier me penetre, cualquiera me toque, cualquiera me acaricié o que lo hagan de la forma en que ellos quieran. Voy a exigir que cuando vaya a un centro de salud, ese centro de salud esté abastecido para mis necesidades, porque conozco cuales son mis necesidades y tengo las herramientas

para alzar la voz, para exigir en todos los espacios que mi cuerpo se respeta y que las decisiones que yo tome de acuerdo con mi cuerpo, mi sexualidad, mi identidad sexual, mi todo, se va a respetar. Entonces sexualidad y empoderamiento no los puedes separar.

13. Podría contar un poco sobre la trayectoria, experiencias y proyectos que han tenido como colectivo

Comenzamos como una página en Facebook y comenzamos compartiendo información sobre la menstruación, que no era sangre sucia cuando es la única sangre del cuerpo que sale sin violencia y sin una enfermedad, sangre violenta es la sangre de las guerras, de las balaceras, sangre sucia la que el gobierno derramó hace un año de 41 niñas que murieron calcinadas. Mi sangre que sale porque mi cuerpo está sano, porque está funcionando, esa no es sangre sucia ni violenta. Entonces esa información es la que queríamos transmitir y hacerle ver a las chavas de guate y comenzando con puros mensajes.

Y aprender también a conectar que somos parte de la naturaleza y que por tanto todo este ciclo que tenemos es reflejo y coincide con los ciclos de la naturaleza. Entonces cómo va a ser algo que tiene que ser modificado hormonalmente y químicamente, como va a ser algo desagradable que me estoy volviendo loca por esos cambios que estoy teniendo. Que no me gusta menstruar.

Y partiendo desde la experiencia propia y cuestionarnos y pensar mucho en eso. Y como te decía Andrea y yo somos científicas sociales entonces teníamos esta visión que nos hacía cuestionarnos muchos otros ejes. Entonces fuimos evolucionando y cada vez cambiando:

vendiendo los productos, dando talleres y no ya sólo de menstruación, ya que vimos que le abríamos la puerta a la menstruación, le abríamos la puerta a todo el cuerpo; hablar de emociones, maternidades, paternidades, hablar de abusos, de violaciones sexuales, del acoso callejero, cómo conectas con tu niña interior, de cómo conectas con tus energías cíclicas.

Entonces vamos evolucionando en los temas que hemos tocado y si tocamos un tema una vez, lo seguimos tocando para siempre. Y comenzamos dando un par de talleres sobre las copas y las toallas de tela; nos gusto la experiencia de que muchas chicas hablarán de ellas mismas, luego descubrimos la dinámica de las carpas rojas que son espacios de mujeres para dialogar. Seguras, sin ser juzgadas; coincidir en algún momento.

Y luego fuimos cada una formando en diferentes ramas y temáticas y fuimos armando nuestra propia experiencia personal y profesional y fuimos ampliando más temas; tanto que ya vamos a colegios y a institutos educativos, escuelas; somos aliadas con muchas organizaciones que piden que vayamos a dar talleres, capacitaciones a docentes, talleres para padres y madres, talleres para niñas que aún no han menstruado, etc.

14. ¿Qué criterios toman en cuenta para la selección de contenidos a compartir como colectivo?

Somos 7 en la colectiva y cada una siento muy afines a nuestras carreras profesionales cada una nos desenvolvemos en ámbitos muy diferentes, entonces lo que compartimos es lo que a ti te mueve. Y

sabemos que si entre nosotras 7 somos tan diversas, las personas que nos siguen son aún más diversas y no vamos a buscar que con nuestro discurso denigrar ni violentar. Entonces partimos desde ahí, si esto aporta a 10 mujeres, es importante; al igual que aportará a 50 mil, es igual de importante; y hay que compartirlo y hay que hablarlo.

15. ¿Cuál es su metodología y qué resultados han tenido?

Nuestros fuertes han sido las redes sociales. Ahi comenzamos y también creciendo con otras colectivas latinoamericanas que hacen activismo en redes. Las redes sociales han jugado un papel muy importante pues permiten que personas del interior del país o de otros países puedan ser parte de la charla y actividades; y quiera que no es verle el lado positivo a la redes sociales como una herramienta que nos permite llegar a mucha gente. Luego están las carpas rojas y alianzas con otras organizaciones y colectivas y los mercaditos donde vendemos nuestros productos.

16. ¿Qué limitantes han encontrado en el camino para compartir esta información?

Las nuevas políticas de Facebook donde hay que pagar para tener mayor exposición y sino la gente no lo mira. Sin embargo, en el transcurso de 5 años considero hemos logrado posicionarnos muy bien, antes de nosotras no había alguien que vendiera tan públicamente las copas menstruales. Ahora hay más marcas, entonces se está hablando más, hemos logrado que la menstruación se hable y somos un referente de menstruación. Porque además somos la única colectiva que ha creado un movimiento social entorno a la menstruación y lo trabajamos desde

diferentes aspectos y ejes.

Y otra limitante es que nos hemos quedado muy centralizadas, todas somos de la ciudad capital, entonces la mayoría de nuestras acciones van a ser para lugares de la ciudad capital, para mujeres mestizas ladinas de clases media altas. Entonces estamos teniendo un impacto mucho menor en otros municipios, otros departamentos y con poblaciones indígenas.

17. ¿De qué manera o que medios utilizan para realizar convocatoria de personas para que conozcan el colectivo?

Facebook y twitter son las que más utilizamos y luego las redes, las alianzas que tenemos entre organizaciones y colectivos.

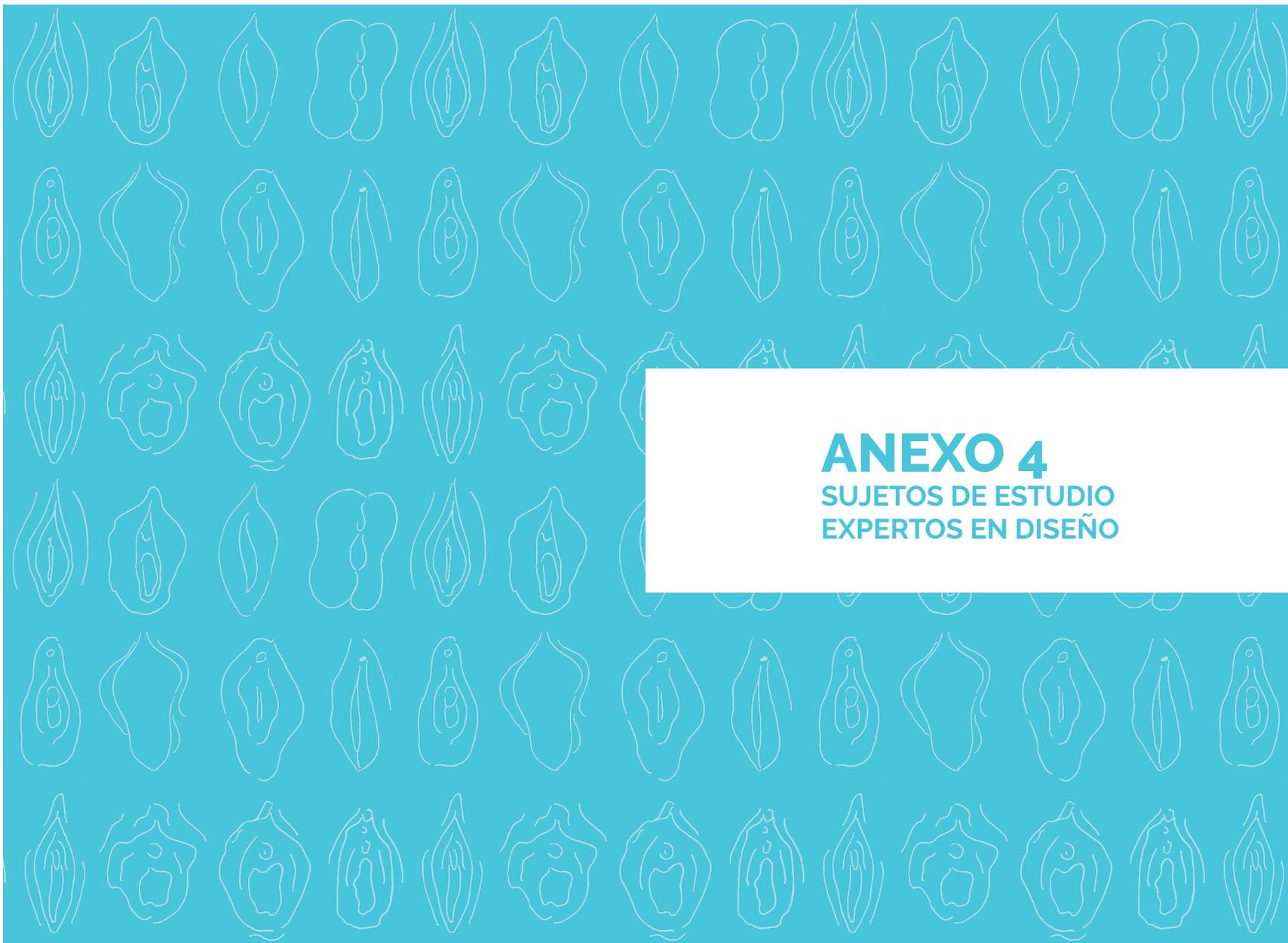
18. ¿Cómo han estructurado los contenidos trabajados en los talleres? ¿y cual es su opinión en manejar una primera fase de autoconocimiento y una segunda sobre la sexualidad en pareja?

Es básico, nosotras siempre partimos de la experiencia personal para luego poder construir otras experiencias colectivas. Si yo no sé ni siquiera relacionarme conmigo misma, no voy a saber construir otro tipo de relaciones. Si yo no sé de amor propio, no se amar a otro ser.

19. ¿Qué actividades han resultado efectivas en el desarrollo de los talleres y qué sugerencias podría compartir para nuevas actividades?

A mi me gusta que sean talleres en donde no llego yo con una diapositiva a leer contenido. Tienen que ser dinámicas que permitan la autoreflexión, porque si yo no tengo una reflexión personal sobre lo que he vivido, como lo viví, como me hubiera gustado vivir, qué información me hubiera gustado recibir, si yo no hago esa reflexión y no la exteriorizo, sino la comparto con otros. Solo me estoy aprendiendo conceptos y eso ya vimos que no funciona.

Entonces si que sea algo que sea un diálogo, hacemos muchos diálogos, el espacio es para un diálogo y no llegar nosotras a imponer un conocimiento. Algo que también es fundamental es nombrar las cosas como son.



**ANEXO 4**  
**SUJETOS DE ESTUDIO**  
**EXPERTOS EN DISEÑO**

# ANEXO 4.1

## SUJETOS DE ESTUDIO EXPERTOS EN DISEÑO

### ENTREVISTA A PATRICIA SALINA Y ANDREA ZAMBRANO - FEX MAGAZINE

#### 1. ¿Cuál ha sido su formación y desarrollo profesional y académico?

Andrea: Ambas estudiamos Diseño Gráfico en la UDEM | Universidad de Monterrey, Patricia ya se graduó a mi me hace falta un semestre. Yo he trabajado en varias agencias, una de redes sociales y ahora en una que trabaja proyectos diferentes como branding, editorial.

Patricia: Si, de hecho yo me gradué y Andrea también se va a graduar en la concentración de diseño editorial, en los últimos 3 semestres tomamos una clase especial enfocada en diseño editorial en la cuál fue donde hicimos esta revista. Y también he tenido 2 años de experiencia en una agencia pequeña que se encarga de redes sociales, branding, etc.

#### 2. ¿Cuentan con alguna fuente de inspiración o se rigen por algún estilo o influencia?

Andrea: Creo que depende del proyecto que estemos haciendo las fuentes que usemos.

Patricia: Yo creo que cada quien ya tiene un estilo al diseñar pero igual como quiera, usamos mucho *Pinterest* y *Behance* para referencias y así.

#### 3. ¿Para ustedes qué importancia tiene el bocetaje a mano en el desarrollo de algún proyecto?

Andrea: Creo que depende del proyecto, pero pienso que si te ayuda un poco a visualizar antes de ya llevar las cosas a la computadora, como tener un idea un poquito más clara antes de empezar a hacer las cosas.

Patricia: Y bueno, la verdad nosotras para este proyecto si bocetamos mucho a mano. Por si viste, las ilustraciones y la tipografía también fue todo hecho a mano. Fue mucho de bocetar, bocetar y bocetar; pero en general creo que sí es muy recomendable por lo menos hacer un sketch así rápido como para plasmar bien tu idea.

#### 4. ¿Qué tantos bocetos consideran deberían realizarse antes de elegir una idea en concreto?

Andrea: No solo depende del proyecto sino también que tan bien hayas definido tu concepto del proyecto, porque cuando todavía no tienes nada estable necesitas bocetar mucho más que cuando la idea llega rápido.

#### 5. ¿Qué aspectos técnicos toman en cuenta al momento de diseñar? (ya sea en cuanto al presupuesto y la producción del material)

Patricia: Enfocándonos en la revista, ok ¿cuál es nuestro mercado? son jóvenes de tantas y tantas edades, queremos que sea una revista barata entonces tienen que ser tanto número de páginas, a tantas tintas, etc.

#### 6. Para el proyecto de Fex magazine ¿cuál fue el proceso creativo que siguieron para llegar a la idea central del material?

Andrea: Tuvimos que ver muchas referencias e investigar porque creo



que los proyectos que hacemos son como para gente más grande o para diseñadores, entonces fue reto ya que era para adolescentes entonces que fuera algo un poquito más saturado, más amigable, las ilustraciones tenían que ser un poquito más desbaratas comparado con otros diseños. Ya que las dos tenemos un estilo más minimalista y sencillo y la revista fue todo lo contrario a lo que hacemos en general.

Patricia: Sí, cuando la comenzamos como dice Andrea fue todo un reto y ya con nuestra maestra íbamos, "ok, enfoquense bien en lo que les gusta a su mercado, vean bien que es lo que está de moda, que ven ellos, que leen ellos, etc." Para ya poder llegar a ese tipo de idea.

7. ¿A su criterio qué papel desempeña la ilustración en el diseño de Fex Magazine?

Andrea: Pues si era un papel importante porque eran las portadas, queríamos que fueran amigables y al ser una revista para niñas que pudieran verla y sentirse identificadas con lo que están viendo. Entonces creo que fue un papel como de la primera impresión.

Patricia: Sí, creo que eso le dio un sentido de identidad a la revista. Porque fue como, ¿qué ponemos en el frente? Y todas las revistas para chavitas de esa edad tenían que a los famosos y así. Entonces dibujamos a una niña, que no sea nadie en específico y que ellas pudieran identificarse.

8. ¿Cómo definen el nivel de abstracción de las ilustraciones que acompañan el texto?

Andrea: Nos basamos un poquito más en caricaturas, lo que tienden a estar viendo las niñas de esa edad, para que se viera más o menos de ese estilo.

9. ¿Cómo se realizaron las ilustraciones para las 3 ediciones de Fex Magazine?

Andrea: Comenzamos bocetando a mano, para qué era lo que nos gustaba más, luego las pasamos a la computadora y las hicimos en Illustrator.

10. ¿Qué aspectos toman en cuenta al momento de elegir y combinar tipografías?

Patricia: La tipografía también fue hecha a mano, con un pincel de acuarelas y eso lo escaneamos y lo hicimos vector en la computadora.

Andrea: También nos dimos cuenta que en las revistas para chavitas habían muchas de estas intervenciones por eso decidimos hacerlo.

11. ¿Qué función tiene la tipografía en el diseño de Fex Magazine?

Andrea: Sí y es que esa etapa es cuando entras en rebeldía y quieres ser más libre. Creo entonces que una tipografía a mano también puede reflejar esas cosas. Así ellas lo vean y se sientan aún más identificadas con lo que están viendo.

12. ¿Cómo fue su proceso de elección de color en cada edición?

Patricia: Bueno, la primera que es rosa con negro, el rosa lo elegimos por ser edición septiembre - octubre y octubre es el mes rosa por el cancer de mama. Entonces por ser revista para niñas elegimos ese color y la portada es negra por ser una edición especial, sería la

primera que saldría al mercado. Y las demás ya era por ir cambiando de color por temporadas.

Andrea: Las siguientes ya eran azul y amarilla, azul como por el invierno más o menos en noviembre - diciembre comienza el invierno acá y enero - febrero el amarillo.

13. ¿Qué papel juega el color en la comunicación visual de cada una de las 3 ediciones de Fex Magazine?

Andrea: En la primera, escogimos el negro ya que refleja misterio, oscuridad y bueno, no se como será en Guatemala pero por lo menos aquí en México la sexualidad si es un tema muy tabú en las niñas y como queremos que deje de serlo entonces las demás ediciones dejamos de usar el negro en la portada y aparte nos dimos cuenta que es un color que está asociado con la sexualidad. Entonces si creo que fue súper importante que la primera portada fuera de color negro, en las siguientes seguimos usando el negro pero ya como una segunda tinta y no como la principal.

14. ¿Al momento de definir la diagramación, que parámetros utilizarán?

Patricia: En base a las investigaciones nos dimos cuenta que las revistas de este tipo de mercado utilizan mucha variación de colores, variación en los tamaños de los textos, las ilustraciones, las imágenes; entonces quisimos aplicar eso a nuestra revista pero basándonos en un buen diseño.

Andrea: Cómo un desorden ordenado (risas). O un desorden limpio por decirlo de alguna manera.

15. ¿De qué manera lograron crear jerarquías dentro de la composición de cada revista?

Andrea: En los títulos utilizamos una tipografía que se llama *Single* que es una tipografía muy geométrica, muy redonda y nos gusto porque se ve como muy humana y que va con el tema ya que es como de humanidad. Y una serif para los textos y subtítulos también. Queríamos que fuera serif para darle formalidad al tema pero a la vez era una serif muy redonda, que fuera formal pero suave.

Patricia: Y como tiene varios temas adentro, era bueno tiene que tener tantas portadas por cada capítulo y ya de acuerdo con eso acomodar y ver cuánta información íbamos a poner que no fueran textos muy largos, que fueran por puntos, fácil de leer. Al principio sí fue como complicado pero ya después se fue repitiendo.

16. ¿Cómo creen que influencia el grupo objetivo en el diseño de un proyecto?

Andrea: Pues lo influenció totalmente ¿no?

Patricia: Si, inclusive nosotras nos dabamos cuenta que en nuestro mismo salón de clase cuando nosotras exponíamos nuestro tema y eran algunos casos que sí, o sea como que si se cohibían un poco al escuchar cosas como la palabra sexo. Entonces si, había que tratar usar palabras medicas como deben de ser, pero también de una manera sutil. Que si alguien la lleva en la mano que no le de vergüenza leerla o que alguien vea que la trae.

17. ¿Cómo creen que influencia el contexto o cultura en el que se diseña un proyecto?

Patricia: La cultura acá en México es... a todo le puedes encontrar un doble sentido.

Andrea: Le encontramos la burla a todo. Siempre haciendo ese tipo de bromas.

Patricia: Si y bueno, si es un tema delicado y no se la gente se puede reír o puede hablar de ti, etc. Y si es ya difícil de hablar el tema con alguien, pues que sea más si lo quieren leer ya sea solas o tranquilas.

Andrea: Porqué pues México si es un país machista, entonces para las niñas hablar de sexo si es super tabú. No se les enseña mucho, no hay educación sexual, hay muchísimas cosas que las chavas llegan a los 30 años y todavía no las saben.

18. ¿Cuál fue la respuesta o recibimiento del material por parte del grupo objetivo? ¿Tuvieron alguna retroalimentación de parte del g.o.?

Andrea: Pues lo probamos un poco con algunas compañeras y la verdad todas se quedaban muy picadas con la revista y habían muchas cosas que ellas decían "ay, yo no sabía esto." Y eran un poquito más grandes que del mercado objetivo pero aún así si a ellas les funcionó a un mercado más chiquito creemos que les funciona todavía mejor.

Patricia: Al igual, mes con mes íbamos teniendo retroalimentación, por parte de nosotras dos, por parte de la maestra, entonces de la primera

propuesta que presentamos a la última fue totalmente lo contrario. Y cuando presentamos el final fue como wow... esta muy padre la revista y si sería una que me interesaría leer.

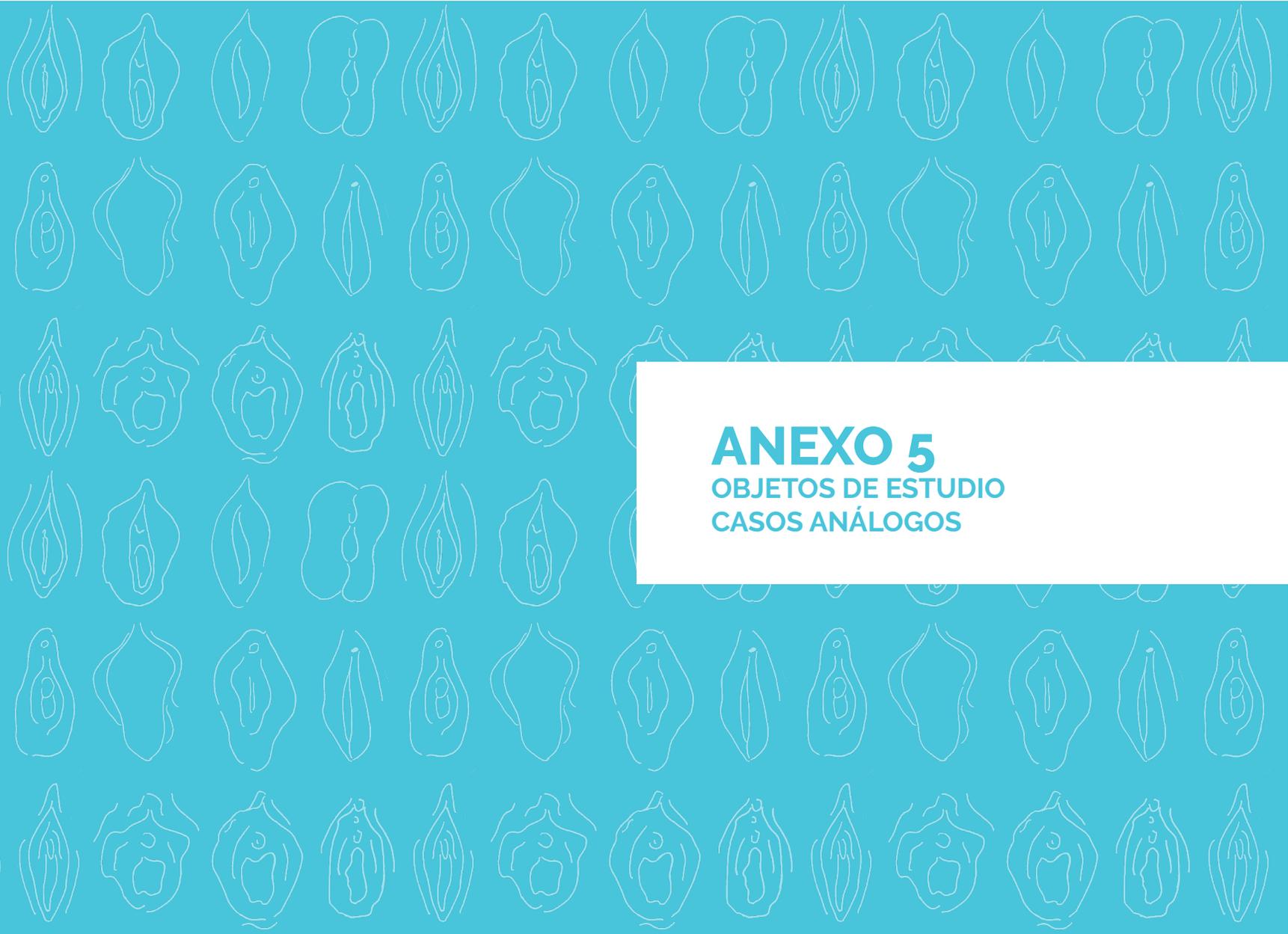
19. ¿Cómo fue distribuido el material?

Andrea: Ya que fue un proyecto para una clase en la universidad lo que hicimos fue pensar en los puntos de venta, pensamos mucho en universidades o prepas para que tengan más acceso a los estudiantes. Pensamos también en la típica revistería.

Patricia: Si, igual no se si pudiste ver que entregamos un empaque para que fuera, bueno tu la puedes agarrar y la gente no se va a dar cuenta que es lo que hay adentro. Y para que ese empaque ellas después lo pudieran utilizar para traer sus cosas personales como toallas sanitarias, maquillaje, etc. Y la pueden mover sin problema alguno.

20. ¿Cómo decidieron el nombre del material?

Andrea: Pues parte de nuestra idea era representar partes del cuerpo con comida, por ejemplo, para hablar de la autoexploración mostramos cómo se debían tocar los senos con una naranja. Entonces el nombre nace de "food and sex."



**ANEXO 5**  
OBJETOS DE ESTUDIO  
CASOS ANÁLOGOS

# ANEXO 5.1

## GUÍAS DE OBSERVACIÓN CASO ANÁLOGO 1

### PRIMERO CONMIGO, EDUCACIÓN SEXUAL CONSCIENTE PARA JÓVENES

- Nombre de la pieza:  
Primero Conmigo, educación sexual consciente para jóvenes
- Tipo de material educativo / didáctico:  
Mixto - página web, infografías impresas
- ¿Qué características de tratamiento de la forma presenta?  
Enriquece el tema y la percepción  
Hace comprensible el texto  
Establece un ritmo  
Da lugar a sorpresas, rupturas  
Logra variedad en la unidad
- El papel de la ilustración en la pieza es:  
Atraer  
Comunicar un mensaje  
Reforzar el texto  
Representar el texto  
Narrar una historia / interpretar un guión
- Tipo de ilustración:  
Narrativa  
Científica y/o técnica

Educativa

- Tipo de ilustración educativa:  
Información inventaria  
Información descriptiva
- Técnica de ilustración:  
Digital
- Técnica manual utilizada:  
No aplica
- Técnica digital utilizada:  
Vectorial
- Soporte animado de los personajes:  
Relación de exhibición
- ¿Por cuáles formas básicas geométricas está compuesto el personaje?  
Círculos y óvalos - cabeza  
Rectángulos - Tórax y extremidades
- El personaje cuenta con los ejes:  
Eje de gravedad
- ¿Qué línea de flotación posee?  
No se define / no posee
- La pose del personaje:  
No se define



- Tipo de tipografía utilizada:  
Tipos sin serifa
- Legibilidad y fluidez de la lectura se define por:  
Uso de mayúsculas y minúsculas  
Color  
Tamaño
- La jerarquía visual se destaca por:  
Tamaño  
Contraste  
Color
- Uso del color más sobresaliente y su significado:  
Naranja: aumenta la capacidad de concentración, estimula la sexualidad y emotividad, da sensación de calidez.  
Azul: propicia tranquilidad, nivela la ansiedad y controla ataques de atracción sexual obsesiva.  
Violeta: está relacionado con el erotismo, fantasías y el sexo sofisticado.  
Rosado: color universal del romance, estimula el buen humor, sensibilidad, es relajante e inductor del sueño; revela inmadurez sexual.
- ¿Qué tipo de semiótica de color se presenta?  
Color Fantasioso - imaginario y arbitrario
- Réticula utilizada:  
Varias columnas  
Modular  
Jerárquica

## ANEXO 5.2

### GUÍAS DE OBSERVACIÓN CASO ANÁLOGO 2

#### FEX MAGAZINE

- Nombre de la pieza:  
FEX Magazine
- Tipo de material educativo / didáctico:  
Impreso - revista informativa
- ¿Qué características de tratamiento de la forma presenta?  
Enriquece el tema y la percepción  
Establece un ritmo  
Da lugar a sorpresas, rupturas
- El papel de la ilustración en la pieza es:  
Adornar  
Reforzar el texto  
Destacar parte del texto  
Representar el texto
- Tipo de ilustración:  
Decorativa  
Editorial
- Tipo de ilustración educativa:  
Información inventaria

- Técnica de ilustración:

Mixta

- Técnica manual utilizada:

No aplica

- Técnica digital utilizada:

Vectorial

- Soporte animado de los personajes:

No aplica

- ¿Por cuáles formas básicas geométricas está compuesto el personaje?

Círculos y óvalos - cabeza

- El personaje cuenta con los ejes:

No se define / no posee

- ¿Qué línea de flotación posee?

Cóncava (temperamental, valiente)

- La pose del personaje:

No posee línea de acción

- Tipo de tipografía utilizada:

Mixto

- Legibilidad y fluidez de la lectura se define por:

Uso de mayúsculas y minúsculas

Color

Tamaño

Alineación del texto

- La jerarquía visual se destaca por:

Tamaño

Contraste

Color

- Uso del color más sobresaliente y su significado:

Blanco: asociado a limpieza y pureza, este color genera confianza y acercamiento.

Rosado: color universal del romance, estimula el buen humor, sensibilidad, es relajante e inductor del sueño; revela inmadurez sexual.

Negro: representa la noche, el misterio, en la ropa interior puede resultar ampliamente erótico.

- ¿Qué tipo de semiótica de color se presenta?

Color Signico - emblemático

- Retícula utilizada:

Modular

Jerárquica



**ANEXO 6**  
INSTRUMENTOS DEL  
GRUPO OBJETIVO

# ANEXO 6

## INSTRUMENTO ENCUESTA GRUPO OBJETIVO

- Rango de edad:

19 o menor

20-25

26-30

31-35

36 en adelante

- Estado Civil:

Soltera

Casada

Divorciada

Viuda

- Nivel de escolaridad:

Primaria

Secundaria

Diversificado

Licenciatura

Maestría

Doctorado

- Ocupación:

- Preferencia / orientación sexual:

Heterosexual

Bisexual

Homosexual (lesbiana, gay)

Pansexual

Demisexual

Otro:

- ¿En qué zona vive?

- ¿Cómo se moviliza de un lugar a otro?

Transporte público

Taxi / uber

Automóvil propio

Me lleva alguien más

- ¿Con qué religión se identifica o profesa?

Católica

Evangélica

Testigo de Jehová

Mormona

Islam

Religión Maya

- ¿De qué manera pasa su tiempo libre?

Leer

Escuchar música

Ver televisión

Cocinar



Ejercicio

Otro:

- ¿Cómo supo de Guatemala Menstruante?
  - Redes sociales
  - Artículos, noticias en internet
  - Otra organización
  - Por una amiga
  - Por un taller o charla impartido
  - Nana Luna (mercadito)
- Del 1 al 5 qué tanto considera sabe sobre la temática de la sexualidad femenina. Siendo 1 muy poco y 5 conozco bastante
- ¿A qué edad tuvo el primer acercamiento sobre educación sexual?
  - 5-10
  - 11-15
  - 16-20
- ¿Y quien le orientó?
  - Padre
  - Madre
  - Hermana/o
  - Maestro
  - Amistades
  - Alguien de confianza

Otro:

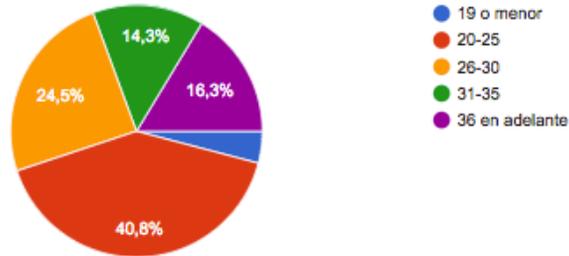
- ¿Cuáles son las dudas que suele tener relacionadas a la sexualidad femenina? ya sea sobre el ciclo menstrual, masturbación, etc. (temas a hablar en el material)
  - ¿En qué soporte, medio o tipo de material preferiría recibir información sobre sexualidad femenina?
  - ¿Qué estilo de ilustración relaciona más con un material educativo sobre sexualidad femenina?
  - ¿Qué paleta de color relaciona más con un material educativo sobre sexualidad femenina?
  - ¿Qué tipo de letras relaciona más con un material educativo sobre sexualidad femenina? (que sea composición tipográfica cuerpo y título)
  - ¿Qué textura visual relaciona más con la mujer?
  - ¿Cómo considera puede representarse visualmente el empoderamiento de la mujer?
- Color
- Ilustración
- Tipografía
- Otro:

# ANEXO 6.1

## TABULACIÓN DE RESULTADOS ENCUESTA GRUPO OBJETIVO

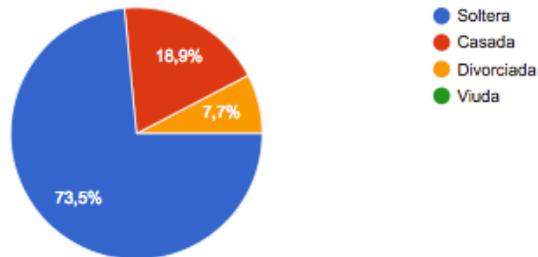
### 1. Rango de edad:

196 respuestas



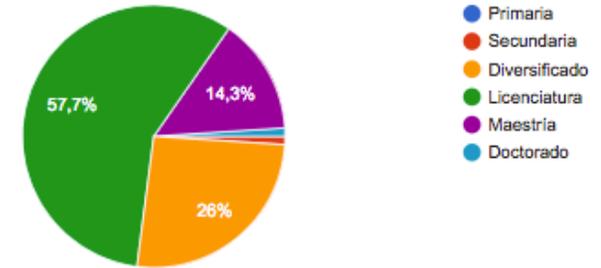
### 2. Estado Civil:

196 respuestas



### 3. Nivel de escolaridad:

196 respuestas



### 4. Ocupación

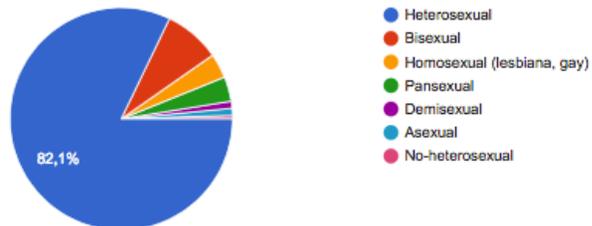
196 respuestas

Estudiante (39)
Psicóloga (5)
Diseñadora gráfica (4)
Psicóloga (4)
Estudiante (3)
Administración (3)
Maestra (3)
Secretaria (3)
Turismo (3)
Docente (2)
Bióloga (2)
Call center (2)



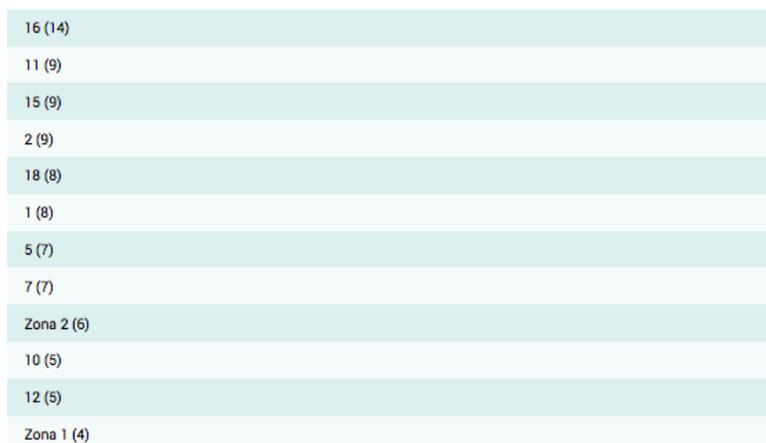
5. Preferencia / orientación sexual:

196 respuestas



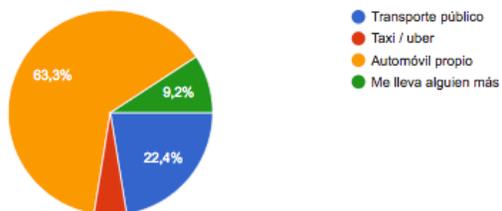
6. ¿En qué zona vive?

196 respuestas



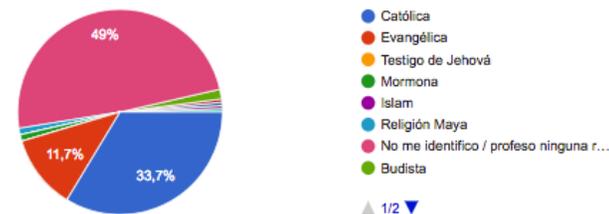
7. ¿Cómo se moviliza de un lugar a otro?

196 respuestas



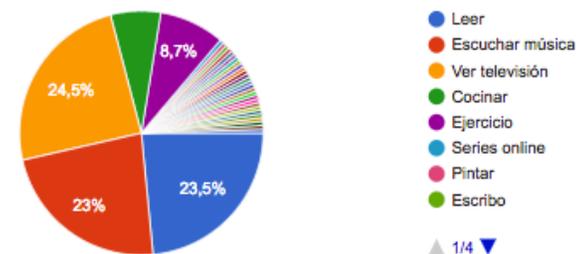
8. ¿Con qué religión se identifica o profesa?

196 respuestas



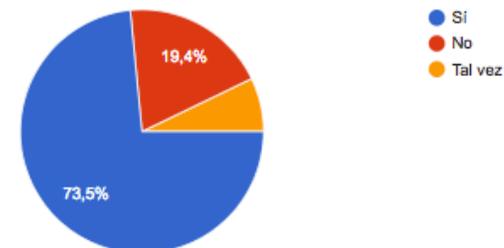
9. ¿De qué manera pasa su tiempo libre?

196 respuestas



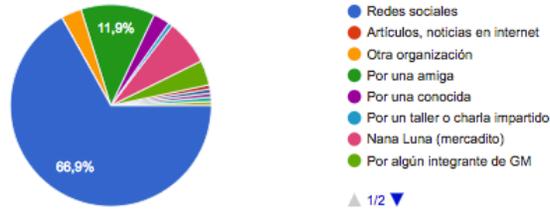
10. ¿Conoce el colectivo Guatemala menstruante?

196 respuestas



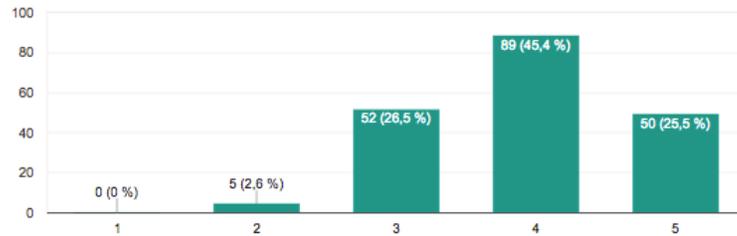
11. Si su respuesta fue si, ¿Cómo supo de Guatemala Menstruante?

151 respuestas



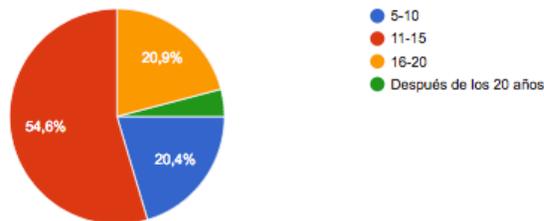
12. Del 1 al 5 qué tanto considera sabe sobre la temática de la sexualidad femenina.

196 respuestas



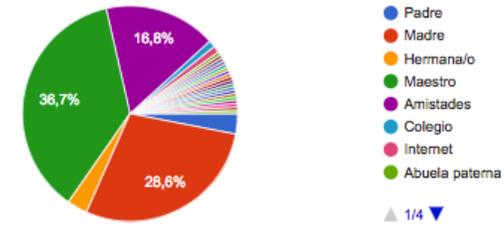
13. ¿A qué edad tuvo el primer acercamiento sobre educación sexual?

196 respuestas



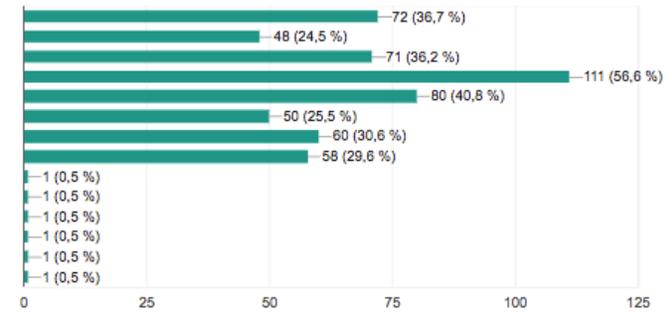
14. ¿Y quien le orientó?

196 respuestas



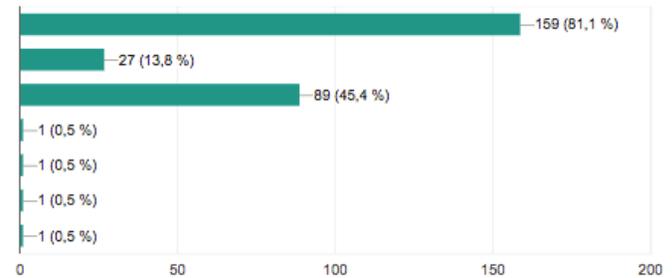
15. ¿Cuáles son las dudas que suele tener relacionadas a la sexualidad femenina? Puede escoger más de una

196 respuestas



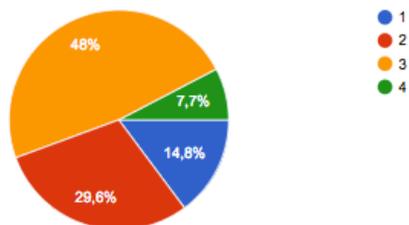
16. ¿En qué soporte, medio o tipo de material preferiría recibir información sobre sexualidad femenina?

196 respuestas



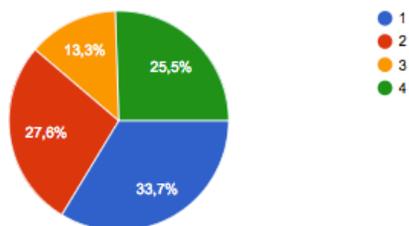
17. ¿Qué estilo de ilustración relaciona más con un material educativo sobre sexualidad femenina?

196 respuestas



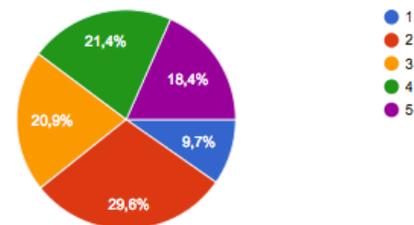
18. ¿Qué paleta de color relaciona más con un material educativo sobre sexualidad femenina?

196 respuestas



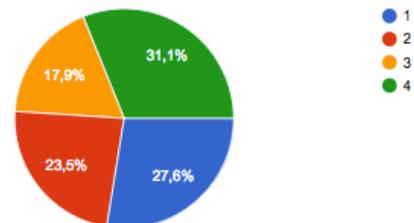
19. ¿Qué tipo de letras relaciona más con un material educativo sobre sexualidad femenina?

196 respuestas



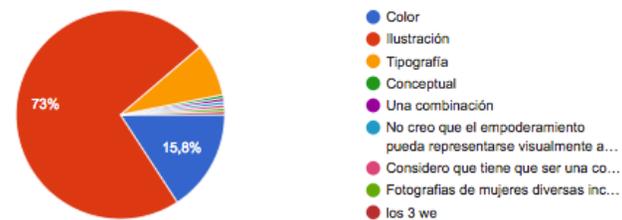
20. ¿Qué textura visual relaciona más con la mujer?

196 respuestas



21. ¿Cómo considera puede representarse visualmente el empoderamiento de la mujer?

196 respuestas





**ANEXO 7**  
ENTREVISTA EXPERTO  
PERFIL PSICOPEDAGÓGICO

# ANEXO 7

## ENTREVISTA PERFIL PSICOPEDAGÓGICO A GLENDA MARTÍNEZ

Experiencia / biografía:

### 1. ¿Cuál ha sido su experiencia en materiales psicopedagógico / educativos?

En los proyectos de salud materno infantil se ha trabajado diseño de materiales, validación de materiales porque mucho de ellos van enfocados a las áreas de salud y a las comunidades meta. Sin embargo una de las debilidades de la validación de materiales psicopedagógicos es que los materiales siempre se hacen de arriba hacia abajo es decir del nivel central del ministerio de salud pública de los programas por ejemplo de salud materno infantil, del programa del control del niño y niña sana, del programa de eduquemos a la niña, nada se hace de abajo hacia arriba, eso es una de las cosas que ha fallado en los materiales de Guatemala. Regularmente las comunidades tienen otra percepción de las cosas y es a partir de ello es que hay que ir cambiando pensamientos y actitudes.

Es decir el CAP (conocimientos, actitudes y prácticas). Entonces se debe ir realizar los talleres participativos a nivel local para que ahí usted pueda sacar los materiales que puedan cambiar ese conocimiento. Hace poco estuvimos haciendo una encuesta en unas comunidades de Quiché en las comunidades Ixchil y entonces las niñas de 14 o 15 años y ya tienen niños de 1 año, otra que ya está embarazada y yo les pregunto: Por qué quieren tener hijos y ellas responden porque la vida es aburrida. Entonces realmente la vida es aburrida para ellas porque las niñas se están en la comunidad sin nada que hacer más

que solo torteando. Entonces como quiere usted saber si uno les puede preguntar que quiere saber de las relaciones sexuales, u otros temas, y viene la abuela, la suegra o quien este a la par y quita a las niñas chiquitas de ahí, pero en realidad esas niñas pequeñas ya deben ir escuchando ese tipo de temas, porque son a las mismas niñas que negocian, entonces se le quiere enseñar a esas niñas de 10 o 12 años que ya está casada con dos hijos materiales hechos por "expertos" pero que al final son materiales no aplicables, por eso existe mucha falla de los programas materno-infantil que hay aquí en Guatemala. Por qué no hemos tenido impacto? Por qué seguimos con esos indicadores de mortalidad materna? Por qué seguimos con esas altas tasas de nacimientos? Y de relaciones sexuales en jóvenes sin protección? La respuesta es porque la educación no ha llegado como tiene que ser.

### 2. ¿Ha tenido vinculación o relación con algún proyecto de educación sexual?

Basicamente los proyectos en los que he trabajado son de salud materno-infantil pero en sí de salud sexual solamente recuerdo haber estado vinculada en uno que era para el tema "Transgenero, travestis y prostitutas pero considero que ese tema está relacionado al VIH SIDA, para prevención pues inclusive esta gente carece de información de enfermedades de transmisión sexual, no conocen los síntomas, no conocen los signos, los riesgos a los que están expuestos es decir que ni en esa población hemos logrado llegar. Ellos también forman parte de las aldeas de Quiché. En algún momento estuvimos vinculados también cuando hicimos el diagnostico previo a este proyecto con el personal de enfermería pero es puramente para saber su opinión respecto a como les gustaría que se les impartiera la información a las escuelas sobre educación sexual pero profundizar de lleno en el tema definitivamente no, solamente a nivel comunitario.



Temática:

3. Dentro de la educación sexual, específicamente femenina, ¿qué temas considera son los más recurrentes o de mayor relevancia?

Considero que recurrencia y relevancia son diferentes. Por ejemplo en las escuelas lo que se trata es enseñar sobre educación sexual y básicamente es enseñarles a los niños y a las niñas desde cuarto, quinto y sexto primaria sobre el sistema genital femenino y masculino. Pero a veces las mismas instituciones solicitan permiso a los padres de familia para preguntar si consideran que a los niños se les puede enseñar de una forma grupal o individual respecto a este tema. En sí el tema sexual considero que debe comenzarse por como empieza una relación, porque actualmente no se enseña más que los aparatos reproductores y en su momento temas de menstruación, pero en sí no les enseñan palabras tales como "coito" o "eyaculación", o también a veces también les enseñan más de algún video del tema embarazo, tampoco se habla de pastillas anticonceptivas para prevenir si en dado caso tienen relaciones sexuales, con un vocabulario explícito y bien fundamentado, por el contrario usan palabras como "la palomita" y cosas así que hasta los mismos maestros expresan de este modo o expresarse a esas partes como "la polvorosa", "la champurrada".

De esta forma ni siquiera se utiliza vocabulario específico y necesario para poder educar a los muchachos. Así que en resumen los más recurrentes son esos: el período menstrual, el aparato reproductor masculino y femenino, pero más allá de esos temas personalmente no creo que haya más en las escuelas primarias. En los básicos los patojos se informan pero a través de los medios. El mismo personal docente tanto en nivel primario como secundario no se ha recibido la capacitación correspondiente para poder realizar esa inducción e

introducción al contenido sexual. Por otro lado los padres de familia no dejan que los maestros hablen de estos temas, incluso existe la presión de la iglesia evangélica, la iglesia católica se pronuncia muchas veces cuando se quieren introducir estos temas de educación sexual.

4. ¿A qué edad considera debe darse el primer acercamiento sobre educación sexual a la mujer y quién debería hacer el acercamiento?

Considero que es complicado. Por ejemplo con mi familia empecé a tratar de educación sexual con mi hija desde los tres años para entrar al Kinder, no de forma explícita pero usted como padre de familia debe empezar la introducción de conceptos o de situaciones que uno puede vivir. También se debe tomar en cuenta la educación sexual a la niña menor de 11 años y desde los 9 años, según mi percepción. Sin embargo considero que es un proceso, tal y como las matemáticas la niña debería ir aprendiéndolo desde los 3 años. Por ejemplo el cuidado de su vagina, como tiene que limpiarse para no infectarse para empezar con la educación sexual.

5. ¿Cuál es su opinión respecto a cómo se maneja el tema de la menstruación en material educativos?

En Guatemala según tengo entendido están reproduciendo material respecto a la menstruación, en forma de dibujos animados o también dibujos en cartones. Pero lo único que expresan es del ciclo de cada 28 días, pero no explican el proceso hormonal que es parte de la educación de fisiología, anatomía y sexualidad. Preguntas como: Por qué tenés la regla cada mes, por qué podés quedar embarazada en tales días. Inclusive el año pasado tuvimos un taller de salud reproductiva y materiales anticonceptivos con personal de enfermería del ministerio de salud y no sabían, entonces: cómo pueden enseñar? Aún cuando se

enseña hemorragia temprana en una mujer embarazada el ministerio de salud tiene "cartones" con imágenes erróneas que no van acorde a la cantidad de flujo que es en realidad y lo que está representado en la imagen.

6. Con respecto a los temas de masturbación, anticonceptivos, etc. etc. ¿Cómo debería presentarse este tipo de información?

Yo pienso que cualquier tipo de tema, independientemente sigue siendo un tabú para muchas personas hablar de eso. A mi hija por ejemplo yo le decía que se mirara al espejo desnuda, pero eso viene de un padre de familia porque sería incorrecto que ese comentario proviniera de un maestro. Tienen que aprender a verse, aprender a tocarse, o saber con qué parte de su cuerpo se puede excitar más o menos, para evitar que en algún momento la toquen por aquí o la besen por allá porque esto es cuestión de experimentar, esto nadie se los puede enseñar. Ahora tampoco es que se deba de experimentar con un hombre o una mujer específicamente porque esto tiene su momento. Pero en todo caso lo que sucede es que los maestros y el personal de salud no tiene las competencias necesarias para poder enseñar esos temas. Entonces cada escuela debería de tener una persona que sea psicóloga o incluso un antropólogo porque tenemos tantos grupos étnicos que hay diferentes concepciones sobre la sexualidad.

Entonces como entrarle a esos temas para enseñarle a los niños, el maestro debe tener las herramientas necesarias, primero en conocimiento, conocer las herramientas y hacerlo dinámico y participativo. Porque no es nada más de hablar de los temas al aire, sino más bien preguntar algo como: Tú crees que está bien esto? Te han hablado de aquello? Ya que un maestro no está acostumbrado a

hacer un diagnóstico de conocimientos. Entonces usted entra con un grupo con las herramientas que se tienen preguntar: Han escuchado esto? Les gustaría saber más de esto? Con respuestas de: Sí, no, por qué?. Es decir ese tipo de habilidades no lo tienen los maestros, ellos regularmente imparten clases en modo autocrático, se paran, hacen dictados, dan su clase y se van. Las preguntas son pocas durante la clase porque además el grupo que tienen en la clase es sesenta personas en las públicas, las privadas tienen como veinticinco o treinta pero no se platica de eso. No se platica porque el maestro no tiene la confianza en sí mismo de hablar de ese tema, por otro lado todavía tenemos muchos tabús en la cabeza, inclusive para mí. También considero que no se habla mucho de masturbación a la niña.

En el tema de anticonceptivos, la gente habla cosas como: Si toma anticonceptivos es una prostituta, entonces usted puede tener relaciones sexuales con medio mundo y no queda embarazada. Eso es lo que dicen en las comunidades. O por ejemplo los hombres o quieren que las mujeres en sí tomen anticonceptivos porque entonces dicen que lo están engañando con otro hombre, entonces ese conocimiento llámese empírico o ancestral se lo trasladan a la niña, la niña no sabe nada de anticonceptivos y por eso hoy en día las mujeres se ponen el parche o las inyecciones cada tres meses, porque tampoco quieren ir cada mes al centro de salud ya que el marido no las deja.

Entonces imagínense hablarle a una niña de métodos anticonceptivos cuando el papá es un machista, cuando la mamá no tiene conocimiento y depende de lo que le diga el marido, por lo cual si se quiere hablar de esos temas a las niñas tiene que pedir permiso primero. El maestro, profesor u orientador debe ser sumamente hábil para hablar de este tema. La información se debe presentar de acuerdo a un previo diagnóstico.

7. ¿Considera que el empoderamiento de la mujer debería relacionarse con el tema de la sexualidad en un material educativo?

No necesariamente, el empoderamiento es un conjunto de conocimientos que adopta la mujer como tal pero que no parte solamente del punto de vista sexual, el empoderamiento es pensar, razonar, hacer análisis de procesos. En el tema sexual una mujer tiene que saber para tomar su propia decisión.

8. ¿Con respecto al tema de ginecología natural, cómo debería presentarse este tipo de información?

Personalmente no sé mucho de la aplicación natural, pero por ejemplo lo que uno recomienda a las niñas es usar calzón de algodón, por el sudor, calor o irritación. No usar el pantalón muy apretado, etc. O inclusive los baños de agua con vinagre para cuando se tiene mucha comezón. No lavarse con jabón de olor o de manos. En general no tengo conocimiento de eso y me refiero o sé más que todo por conocimiento de "abuelita" en abuelita o conocimiento ancestral.

9. ¿Cómo debería manejarse el tema de derechos sexuales y reproductivos en Guatemala en un material educativo y qué tan profundo debería ser?

Lo que sucede es que cuando se habla de derechos sexuales, se habla también de leyes y normativas. En el país no manejamos al cien los temas constitucionales, laborales, de tránsito, etc., habiendo entonces una deficiencia total y absoluta en ese sentido. Yo pienso que que deben de haber leyes y normativas pero muy básicas. Por

ejemplo Veracruz, México tiene más de treinta y ocho lenguas, siendo su extensión territorial la misma que la de Guatemala pero ellos si han logrado desarrollar en el tema de salud sexual reproductiva con los grupos indígenas de allá porque han manejado la información no con el idioma. En Guatemala es por de más que la información se quiera colocar en la lengua local porque la gente no lo lee. Para poner un ejemplo: El reggaetón y el perreo ha llegado a todas las aldeas, la tecnología y los medios deben ser utilizados para los medios. Hay que hacer los talleres rurales participativos para ir conociendo qué es lo que quieren saber.

10. ¿Cómo dividiría el contenido o las temáticas para trabajar en sesiones?

Primero se debe realizar un diagrama de procesos, empezar preguntando: Usted sabe cómo nació? Por ejemplo. Que conoce el niño de ese tema y derivado de lo que se conoce impartir los temas. Todos los conceptos deben definirse para conocer lo básico. Cuando ya uno sabe lo básico, ya puede definir qué es un ovario, los aparatos reproductores, etc. Empezar con cosas como: Qué es una ovulación, qué es una hormona, entre otras. Para que cuando ya se entre de lleno en el tema se tenga una base conceptual. Debe tomarse en cuenta la población meta.

11. ¿Qué metodología sugiere para trabajar los temas? (intro del tema, presentar la info, actividades,

Le apuesto mucho a la metodología participativa. En Guatemala hemos acostumbrado a callar a los niños diciendo: "La maestra tiene razón" y no les permitimos ver sus dudas. Que es lo que pasa en Guatemala? La ignorancia resulta en embarazo. Temas como el aborto, por qué la

gente tiene que decirle a una niña embarazada que no aborte? Si al final la decisión es de ella. La salud sexual reproductiva es como un proyecto de vida. Qué quiero hacer con mi vida? No es correcto que el niño esté sólo recibiendo información. La comunicación estratégica es esencial para cualquier tipo de transmisión de mensaje en doble vía.

12. ¿Qué criterios deberían tomarse en cuenta para la estructura de un material educativo sobre sexualidad femenina?

La estructura va a variar dependiendo de su grupo meta. Cada persona tendrá diferente dinámica y estructura para abordar el tema. La estructura varía de acuerdo a ese primer acercamiento de diagnóstico con el grupo meta. La persona que realiza esto tiene que ser un buen facilitador de procesos y de aprendizaje para hacer pensar y reflexionar a la persona que se va a estudiar.

13. ¿En qué soporte, medio o tipo de material es conveniente trasladar información sobre sexualidad femenina?

Debe haber un complemento de materiales. Someramente la PEA tiene celular y tiene tres a cuatro números, eso quiere decir que bien podría haber una aplicación que envíe un mensaje a todos. Por ejemplo: "No te olvides que tu embarazo se puede prevenir con tal y tal cosa" o con los varones: "Cuidate para no tener enfermedades durante las relaciones sexuales". También pueden utilizarse todos los medios al alcance, incluso buses y taxis. Ahora como medio impreso, depende del grupo ya que no todos lo leen. Teatros entre otras forma, pero aprovechar todos los medios con voluntad política para estas campañas.

14. ¿Qué limitantes se enfrentan al presentar estos temas y cómo

podrían superarse?

Personalmente considero que son limitantes la iglesia católica y la iglesia evangélica. También que no hay personas preparadas en ese tema específicamente. Para esto podría darse una alianza del MINEDUC con las universidades para formar personas orientadas a ese tema y que asimismo puedan conseguir trabajo en su rama, que esas personas estuvieran en las escuelas primarias. También es limitante que no hay formación específica para este tema. Las escuelas deben implementar una persona extra que dé de estas pláticas de forma proactiva y participativa.

15. ¿Conoce el colectivo GM (explicación) y qué opinión tiene de cómo trabajan los temas?

Pienso que es una buena técnica que utilizan los facilitadores para dar a conocer el tema. También considero que esta metodología de presentarse en círculo y que haya una presentadora capacitada es una muy buena técnica en cuanto a talleres participativos. El hecho que la facilitadora le dé la palabra a todas y la persona tiene que estar capacitada para seguir articulando las cosas sin emitir su opinión. Lo único que debe considerarse es la edad, personalmente no participaría en una actividad así.

16. ¿Qué estilo de ilustración sugiere o considera es la más adecuada para un material educativo sobre sexualidad femenina?

Yo no estoy de acuerdo en usar mucha figura. Sería ideal utilizar una fotonovela, fotos desde el punto de vista erótico. No pornográfico. Es decir, demostrar que el sexo es algo bonito más no pornográfico. La fotonovela le puede dar posturas y posiciones que sea acogedor, y

que no es vulgar y al mismo tiempo que la persona se sienta cómoda con la ilustración.

17. ¿Qué colores relaciona con el tema de sexualidad femenina para un material educativo?

No le podría decir a colores totalmente, pero personalmente preferiría a blanco y negro. Ahora si es a colores deberá ser una muy buena fotografía.

18. ¿Qué tipo de letras considera las más adecuadas para la legibilidad y comprensión del tema de sexualidad femenina en un material educativo?

Partamos que la gente no lee, según el diagnóstico en Guatemala es que la gente no lee, prefieren algo musical, no se tiene el hábito de lectura y por más que se ponga la mejor maravilla de letra aún así la gente no lo va a leer. En mi opinión es suficiente con las figuras que expresen el tema.

19. ¿Qué actividades y/o reflexiones sugeriría para un material educativo de sexualidad femenina con los temas mencionados anteriormente?

En el caso de la menstruación podrían darse a conocer videos, también del embarazo, con fotografías reales. Explicar las fases de la sexualidad en pareja por ejemplo. La masturbación de la mujer es un tema difícil de representar. En el tema de autoconocimiento podría hacerse un ensayo frente a un espejo para que se conozca. Que la persona sepa que le gusta y que no le gusta. Hacer simulaciones.

En una ocasión llegó una señora que había tenido once hijos y me

preguntaba mi opinión porque el esposo de la señora sólo deseaba tener relaciones sexuales anales. Le indiqué que debía de hablarlo con su esposo, y usar condón por ejemplo. La cuestión es conocer que es lo que le gusta a uno como persona. Pero pensar en estas cuestiones para una actividad o reflexión es complicado porque es un tema muy personal.

20. ¿Cómo se evaluarían estos temas en un material educativo dentro de una dinámica como la del colectivo?

Con los talleres participativos nosotros evaluamos a la persona por ejemplo: ¿Qué tema le gustó? ¿Qué tema quedó inconcluso? ¿Qué no le gustó? Por ejemplo. Y que den una respuesta de forma anónima. De esa manera uno evalúa a las personas.



**ANEXO 8**  
INSTRUMENTOS  
DE VALIDACIÓN

# ANEXO 8.1

## INSTRUMENTO EXPERTOS EN EL TEMA

### 1. Orden y estructura del contenido

¿Cómo considera el orden y la estructura del contenido siendo las temáticas?

- Tienen un orden lógico en cuanto que es lo que debe aprender primero la usuaria.
- Pueden reestructurarse algunos temas o subtemas, el orden puede mejorar.
- No tiene un orden lógico, deben reestructurarse los temas.

Si considera que el orden o estructura del contenido puede o debe mejorar, ¿cómo lo trabajaría usted?

### 2. Cantidad y calidad de información

En relación a la calidad y cantidad de la información, considera que:

- Hay suficiente información, tanto la calidad como cantidad es la adecuada.
- Hay demasiada información, podría reducirse creando más gráficas, no toda es relevante o necesaria.
- Hay muy poca información, debería haber mayor cantidad y calidad, está incompleta.

### 3. Tipo de lenguaje

En relación al tipo de lenguaje, considera que:

- El tipo de lenguaje de los fascículos es el adecuado; es agradable y ayuda a que la espectadora se sienta identificada.
- El tipo de lenguaje del material puede mejorar; ya que puede crear confusión hacia quien se dirige.

- El tipo de lenguaje no es el adecuado, la espectadora no lograría sentirse identificada.

### 4. Texto y su legibilidad

En relación al texto y su legibilidad, considera que:

- La elección de tipo de letras es adecuada, son legibles y se asocian con la temática y el grupo objetivo.
- Existen problemas con el texto, hay grados de dificultad en su legibilidad, puede crear confusión.
- Es ilegible, la combinación de textos no funcionan juntos y no se relacionan con la temática y grupo objetivo.

### 5. Color

En relación a los colores, considera que:

- Son adecuados, agradables a la vista y se relacionan con la temática de educación sexual.
- Pueden funcionar, pero no se relacionan con la temática.
- No se relación con la temática o el mensaje, no funcionan juntos.

¿Qué le transmite la paleta de color? (F1) Tema: Una sexualidad sana

- Reflexión interna
- Paz
- Tranquilidad
- Elegancia

¿Qué le transmite la paleta de color? (F2) Tema: Conociendo tu cuerpo

- Delicadeza
- Romance
- Inmadurez sexual
- Misterio

¿Qué le transmite la paleta de color? (F3) Tema: La menstruación

- Pasión
- Calor
- Fuerza
- Vida

¿Qué le transmite la paleta de color? (F4) Tema: El autoplacer

- Erótico
- Calidez
- Madurez
- Magia

¿Qué le transmite la paleta de color? (F5) La ginecología natural

- Naturaleza
- Frescura
- Relajación
- Vitalidad

¿Qué le transmite la paleta de color? (F6) Compartiéndote - sexo en pareja

- Serenidad
- Unión
- Confianza
- Equilibrio

¿Cuál es su opinión sobre manejar una paleta de color diferente en cada fascículo?

- Es una manera atractiva de presentar el material, facilita identificación de cada fascículo y aporta bastante al material.
- Es confuso, usar varias paletas de color es muy amplio y

podría reducirse.

- No funciona o aporta al diseño, podría replantearse la paleta de color.

### 6. Ilustración principal - (relacionada con la temática)

En relación a la ilustración, considera que:

- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo puede mejorar.
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es difícil de entender.

### 7. Ilustración de apoyo - flores (relacionadas con el concepto)

En relación a la ilustración, considera que:

- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo puede mejorar.
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es difícil de entender.

### 8. Ilustración de portadas - (relacionadas con el grupo objetivo)

En relación a la ilustración, considera que:

- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se



relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo puede mejorar.

- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es difícil de entender.

¿Qué tan atractiva le resultan las ilustraciones de las portadas? 1-5

### 9. Tamaño del material

En cuanto al tamaño del material que se presenta (media carta cuando esta cerrado), considera que:

- Es un tamaño adecuado, fácil de manejar y utilizar.
- Es muy pequeño, difícil de manejar, debería ser más grande.
- Es muy grande, podría ser más pequeño.

### 10 Infografía

En cuanto a la infografía, considera que:

- La información es la adecuada, está bien resumida y redactada para el público que va dirigida, las gráficas apoyan de gran manera la información.
- La información es la adecuada pero existen problemas con la redacción que pueden crear confusión, la gráfica y distribución de información podría mejorar.
- La información no es relevante y la gráfica no aporta.

### 11. Contenido para redes sociales

En cuanto al contenido para redes sociales, considera que:

- Es información interesante y que aporta a educar al espectador respecto a la sexualidad femenina.
- La información es interesante pero hay problemas con la redacción.

- La información no es relevante para el grupo objetivo, no aporta respecto a educar la sexualidad femenina.

### 12. Material promocional (stickers)

En relación al material promocional, considera que:

- Son atractivos y una buena manera de atraer al grupo objetivo para la compra del material.
- Podrían mejorar en cuanto a que sean más amigables o atractivos para el grupo objetivo.
- Me parecen innecesarios ya que no aportan nada al proyecto.

Agradecería un comentario al respecto del material presentado, será de gran ayuda para realizar mejoras al proyecto para que mujeres guatemaltecas aprendan sobre su cuerpo y sexualidad para mejorar su calidad de vida.

Por último escriba su nombre (un nombre y apellido), profesión y si cuenta con alguna especialización (estos datos son solo como constancia de la validación).

# ANEXO 8.2

## INSTRUMENTO EXPERTOS EN DISEÑO

### 1. Cantidad y calidad de información

En relación a la calidad y cantidad de la información, considera que:

- Hay suficiente información, tanto la calidad como cantidad es la adecuada.
- Hay demasiada información, podría reducirse creando más gráficas, no toda es relevante o necesaria.
- Hay muy poca información, debería haber mayor cantidad y calidad, está incompleta.

### 2. Tipo de lenguaje

En relación al tipo de lenguaje, considera que:

- El tipo de lenguaje de los fascículos es el adecuado; es agradable y ayuda a que la espectadora se sienta identificada.
- El tipo de lenguaje del material puede mejorar; ya que puede crear confusión hacia quien se dirige.
- El tipo de lenguaje no es el adecuado, la espectadora no lograría sentirse identificada.

### 3. Diagramación

En relación a la diagramación, considera que:

- La diagramación del material es acertada y funcional para la legibilidad y seguimiento de la lectura.
- Es repetitivo lo cual lo vuelve tedioso de leer, podría haber más variaciones de diagramación.
- No funciona y dificulta el seguimiento de la lectura.

### 4. Legibilidad y tipografías

En relación a la legibilidad y tipografías, considera que:

- La elección de tipografías es adecuada, son legibles y se asocian con la temática y el grupo objetivo.
- Existen problemas con la tipografía, hay grados de dificultad en su legibilidad y/o jerarquías, puede crear confusión.
- Es ilegible, las tipografías no funcionan y no se relacionan con la temática y grupo objetivo.

### 5. Color

- En relación a la paleta de color, considera que:
- Es adecuada, es armoniosa y agradable a la vista.
- Existe armonía visual, pero no se relaciona con la temática o información presentada.
- Los colores son utilizados de manera errónea, no funcionan juntos.

¿Qué le transmite la paleta de color? (F1) Tema: Una sexualidad sana

- Reflexión interna
- Paz
- Tranquilidad
- Elegancia

¿Qué le transmite la paleta de color? (F2) Tema: Conociendo tu cuerpo

- Delicadeza
- Romance
- Inmadurez sexual
- Misterio

¿Qué le transmite la paleta de color? (F3) Tema: La menstruación

- Pasión



- Calor
- Fuerza
- Vida

¿Qué le transmite la paleta de color? (F4) Tema: El autoplacer

- Erótico
- Calidez
- Madurez
- Magia

¿Qué le transmite la paleta de color? (F5) La ginecología natural

- Naturaleza
- Frescura
- Relajación
- Vitalidad

¿Qué le transmite la paleta de color? (F6) Compartiéndote - Sexo en pareja

- Serenidad
- Unión
- Confianza
- Equilibrio

¿Cuál es su opinión sobre manejar una paleta de color diferente en cada fascículo?

- Es una manera atractiva de presentar el material, facilita identificación de cada fascículo y aporta bastante al material.
- Es confuso, usar varias paletas de color es muy amplio y podría reducirse.
- No funciona o aporta al diseño, podría replantearse la paleta

de color.

Si su respuesta fue que puede mejorar o habría que cambiar la paleta de color, ¿de qué manera lo trabajaría usted?

### 6. Ilustración principal - relacionada con la temática

En relación a la ilustración, considera que:

- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo puede mejorar.
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es difícil de entender.

### 7. Ilustración de apoyo - flores (relacionadas con el concepto)

En relación a la ilustración, considera que:

- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo puede mejorar.
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es difícil de entender.

### 8. Ilustración de portadas - (relacionadas con el grupo objetivo)

En relación a la ilustración, considera que:

- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.

- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo puede mejorar.
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es difícil de entender.

¿Qué tan atractiva le resultan las ilustraciones de las portadas? 1-5

### 9. Tamaño del material

En cuanto al tamaño del material que se presenta (media carta cuando esta cerrado), considera que:

- Es un tamaño adecuado, fácil de manejar y utilizar.
- Es muy pequeño, difícil de manejar, debería ser más grande.
- Es muy grande, podría ser más pequeño.

### 10. Infografías

En cuanto a la infografía, considera que:

- Muestra coherencia con el resto de piezas que se ha trabajado, la información está bien resumida y redactada para el público que va dirigida, hay jerarquías y las gráficas apoyan de gran manera la información.
- No termina de relacionarse con el resto de piezas y existen problemas de redacción en la información que pueden crear confusión, las jerarquías, gráfica y distribución de información podría mejorar.
- No se relaciona en nada con el resto de piezas y la información no es relevante para el lector, no existen jerarquías y la gráfica no aporta nada a la información.

### 11. Contenido para redes sociales

En cuanto al contenido para redes sociales, considera que:

- Se ve que está relacionada con los fascículos, la información es interesante e interactúa con el usuario.
- No se termina de relacionar con los fascículos o con la información que presentan.
- No se relaciona en nada con los fascículos y la información no es relevante para el grupo objetivo, no aporta respecto a educar sobre sexualidad y autoconocimiento.

### 12. Material promocional (stickers)

En relación al material promocional, considera que:

- Son atractivos y una buena manera de atraer al grupo objetivo para la compra del material.
- Podrían mejorar en cuanto a que sean más amigables o atractivos para el grupo objetivo.
- Me parecen innecesarios ya que no aportan nada al proyecto.

Agradecería un comentario al respecto del material presentado, será de gran ayuda para realizar mejoras al proyecto para que mujeres guatemaltecas aprendan sobre su cuerpo y sexualidad para mejorar su calidad de vida.

Por último escriba su nombre (un nombre y apellido), profesión y si cuenta con alguna especialización (estos datos son solo como constancia de la validación).

# ANEXO 8.3

## INSTRUMENTO GRUPO OBJETIVO

### 1. Manejo de información

En relación al manejo de información, considera que:

- Es fácil de entender, está muy bien resumido por lo que no hay problemas con la información.
- Puede haber cierta confusión, puede mejorar.
- No hay un orden lógico o la información no es la acertada, es confusa.

### 2. Tipo de lenguaje

En relación al tipo de lenguaje, considera que:

- El tipo de lenguaje de los fascículos es el adecuado; es agradable y me siento identificada con el mismo.
- El tipo de lenguaje del material puede mejorar; ya que es algo confuso.
- El tipo de lenguaje no es el adecuado, no logro sentirme identificada.

### 3. Texto y su legibilidad

En relación al texto y su legibilidad, considera que:

- La elección de tipo de letras es adecuada, son legibles y se asocian con la temática.
- Existen problemas con el texto, hay grados de dificultad en su legibilidad, puede crear confusión.
- Es ilegible, la combinación de textos no funcionan juntos y no se relacionan con la temática.

### 4. Color

En relación a los colores, considera que:

- Son adecuados, agradables a la vista y se relacionan con la temática.
- Pueden funcionar, pero no logro relacionarlo con la temática.
- Los colores son utilizados de manera errónea, no me parecen atractivos.

¿Qué le transmite la paleta de color? (F1) Tema: Una sexualidad sana

- Reflexión interna
- Paz
- Tranquilidad
- Elegancia

¿Qué le transmite la paleta de color? (F2) Tema: Conociendo tu cuerpo

- Delicadeza
- Romance
- Inmadurez sexual
- Misterio

¿Qué le transmite la paleta de color? (F3) Tema: La menstruación

- Pasión
- Calor
- Fuerza
- Vida

¿Qué le transmite la paleta de color? (F4) Tema: El autoplacer

- Erótico
- Calidez
- Madurez
- Magia



¿Qué le transmite la paleta de color? (F5) La ginecología natural

- Naturaleza
- Frescura
- Relajación
- Vitalidad

¿Qué le transmite la paleta de color? (F6) Compartiéndote - sexo en pareja

- Serenidad
- Unión
- Confianza
- Equilibrio

¿Cuál es su opinión sobre manejar una paleta de color diferente en cada fascículo?

- Es una manera atractiva de presentar el material, facilita identificación de cada fascículo y aporta bastante al material.
- Es confuso, usar varias paletas de color me parece demasiado.
- No funciona, podría replantearse la paleta de color.

### 5. Ilustración principal - relacionada con la temática

En relación a la ilustración, considera que:

- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo puede mejorar.
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es difícil de entender.

### 6. Ilustración de apoyo - flores (relacionadas con el concepto)

En relación a la ilustración, considera que:

- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo puede mejorar.
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es difícil de entender.

### 7. Ilustración de portadas - (relacionadas con el grupo objetivo)

En relación a la ilustración, considera que:

- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo puede mejorar.
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es difícil de entender.

¿Qué tan atractiva le resultan las ilustraciones de las portadas? 1-5

¿Con qué palabras asocias a las ilustraciones?

- Belleza
- Amor
- Vida
- Empoderamiento
- Feminismo
- Salud

- Informativo

### 8. Tamaño del material

En cuanto al tamaño del material que se presenta (media carta cuando esta cerrado), considera que:

- Me parece un tamaño adecuado, fácil de manejar y utilizar.
- Me parece muy pequeño, difícil de manejar, debería ser más grande.
- Me parece muy grande, podría ser más pequeño.

### 9. Infografías

En cuanto a la infografía, considera que:

- La información es la adecuada, está bien resumida y redactada, las gráficas apoyan de gran manera la información.
- La información es la adecuada pero existen problemas con la redacción que pueden crear confusión, la gráfica y distribución de información podría mejorar.
- La información no es relevante y las ilustraciones no aportan.

### 10. Contenido para redes sociales

En cuanto al contenido para redes sociales, considera que:

- Me parece información interesante y me motivan a informarme más respecto a la sexualidad femenina.
- La información es algo confusa, pueden mejorar en cuanto a redacción.
- La información no me parece relevante ni me motivan a informarme más respecto a la sexualidad femenina.

Si lo vieras en Facebook, ¿lo compartirías?

- Sí, me parece información valiosa e interesante que vale la

pena ser compartida.

- Sí, aunque yo no lo vea interesante o útil, para alguien más sí podría serlo.
- No, aunque me parece interesante y llama la atención.
- No, no me parece información valiosa ni interesante.

### 11. Material promocional (stickers)

En relación al material promocional, considera que:

- Me parecen atractivos y estaría interesada en adquirirlos.
- Me parecen atractivos pero no me interesan o no los compraría
- Me parecen innecesarios, no me interesan.

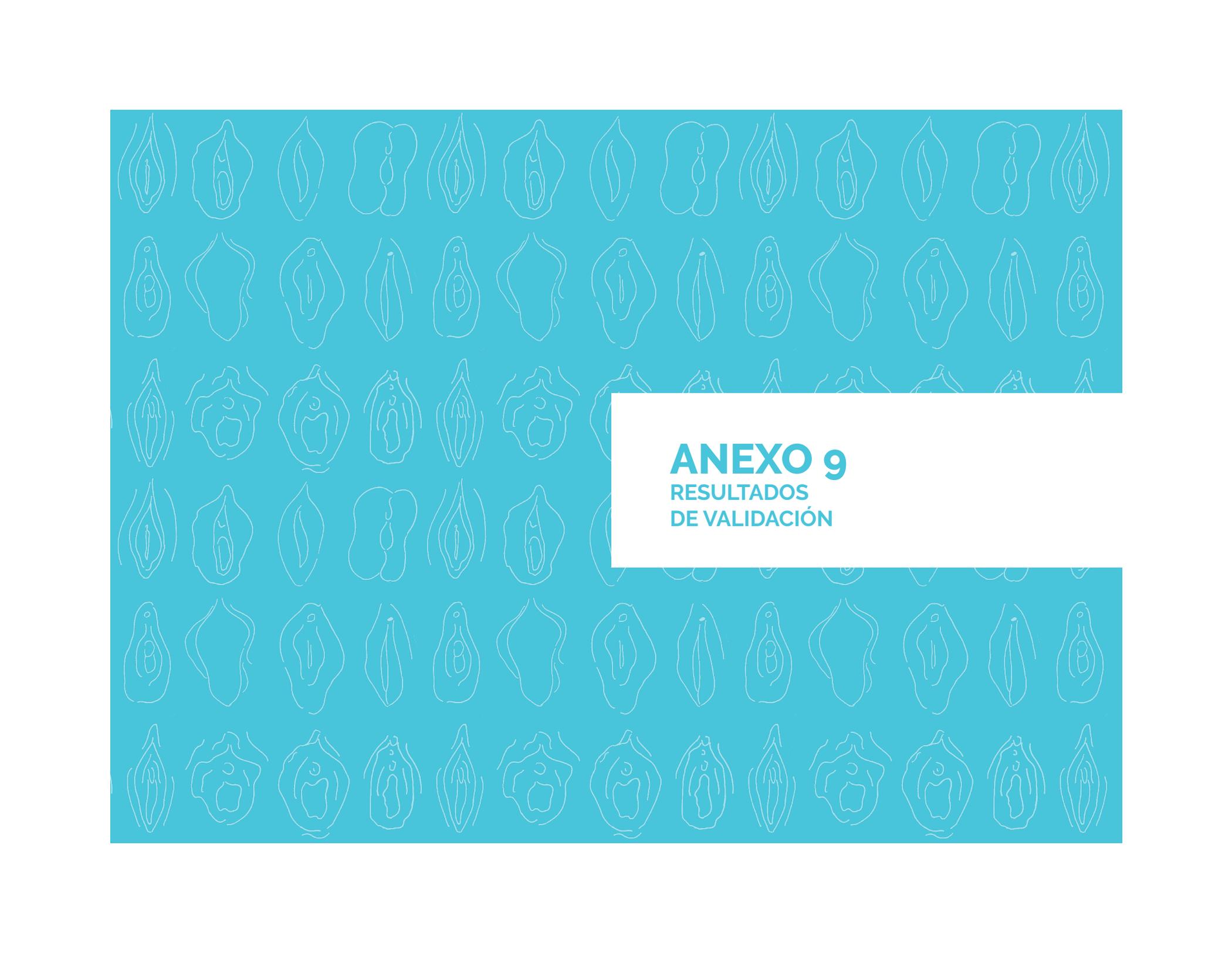
¿Considera necesario añadir una frase para reforzar a la ilustración de los stickers?

- Totalmente
- Me es indiferente
- Me parece innecesario

¿Logra identificar el material con el colectivo Guatemala Menstruante?

- Si, logro identificarlo como parte del colectivo fácilmente
- Si, aunque me resultó un poco difícil al principio.
- No, me cuesta identificarlo como parte del colectivo.

Agradecería un comentario al respecto del material presentado, será de gran ayuda para realizar mejoras al proyecto para que mujeres guatemaltecas aprendan sobre su cuerpo y sexualidad para mejorar su calidad de vida.



**ANEXO 9**  
RESULTADOS  
DE VALIDACIÓN

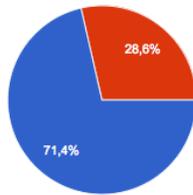
# ANEXO 9.1

## RESULTADOS EXPERTOS EN EL TEMA

### 1. Orden y estructura del contenido

¿Cómo considera el orden y la estructura del contenido siendo las temáticas?

7 respuestas

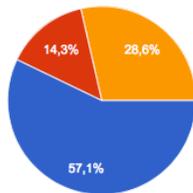


- Tienen un orden lógico en cuanto que es lo que debe aprender primero la usuaria.
- Pueden reestructurarse algunos temas o subtemas, el orden puede mejorar.
- No tiene un orden lógico, deben reestructurarse los temas.

### 2. Cantidad y calidad de información

En relación a la calidad y cantidad de la información, considera que:

7 respuestas

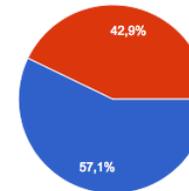


- Hay suficiente información, tanto la calidad como cantidad es la adecuada.
- Hay demasiada información, podría reducirse creando más gráficas, no toda es relevante o necesaria.
- Hay muy poca información, debería haber mayor cantidad y calidad, está incompleta.

### 3. Tipo de lenguaje

En relación al tipo de lenguaje, considera que:

7 respuestas

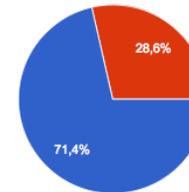


- El tipo de lenguaje de los fascículos es el adecuado; es agradable y ayuda a que la espectadora se sienta identificada.
- El tipo de lenguaje del material puede mejorar; ya que puede crear confusión hacia quien se dirige.
- El tipo de lenguaje no es el adecuado, la espectadora no lograría sentirse identificada.

### 4. Texto y su legibilidad

En relación al texto y su legibilidad, considera que:

7 respuestas

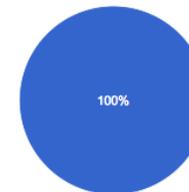


- La elección de tipo de letras es adecuada, son legibles y se asocian con la temática y el grupo objetivo.
- Existen problemas con el texto, hay grados de dificultad en su legibilidad, puede crear confusión.
- Es ilegible, la combinación de textos no funcionan juntos y no se relacionan con la temática y grupo objetivo.

### 5. Color

En relación a la paleta de color, considera que:

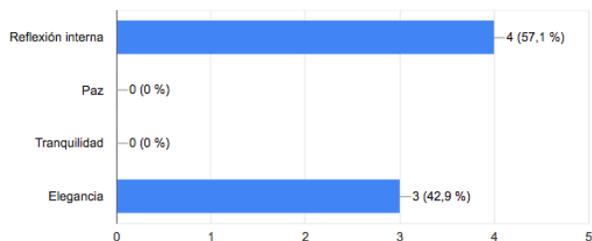
7 respuestas



- Son adecuados, agradables a la vista y se relacionan con la temática de educación sexual.
- Pueden funcionar, pero no se relacionan con la temática.
- No se relación con la temática o el mensaje, no funcionan juntos.

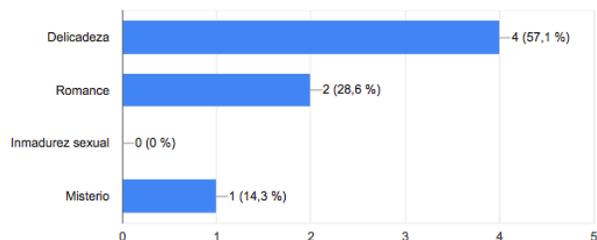
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 1) Tema: Una sexualidad sana

7 respuestas



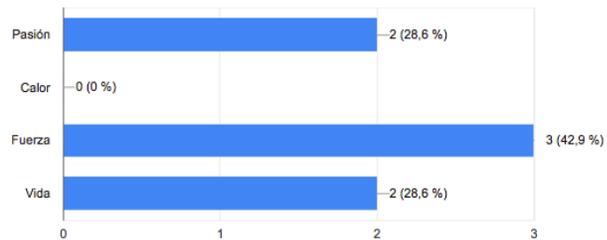
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 2) Tema: Conociendo tu cuerpo

7 respuestas



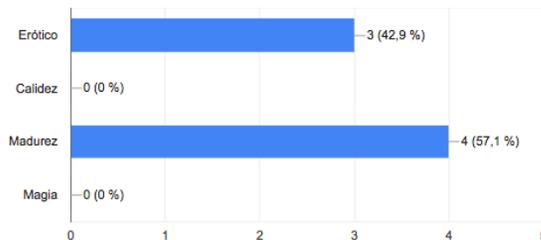
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 3) Tema: La menstruación

7 respuestas



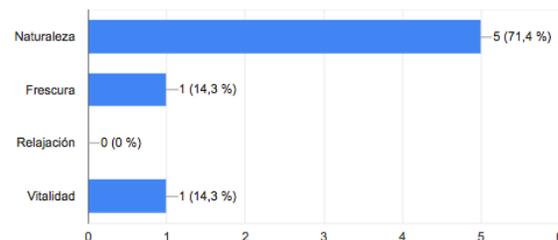
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 4) Tema: El autoplacer

7 respuestas



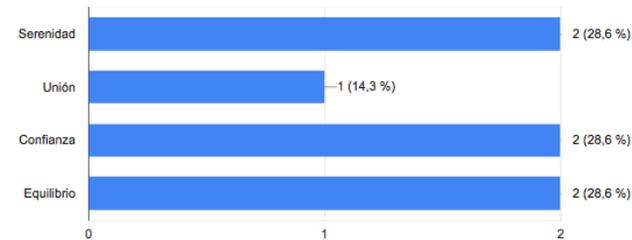
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 5) La ginecología natural

7 respuestas



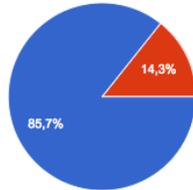
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 6) Compartiéndote - Sexo en pareja

7 respuestas



¿Cuál es su opinión sobre manejar una paleta de color diferente en cada fascículo?

7 respuestas

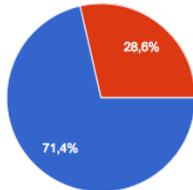


- Es una manera atractiva de presentar el material, facilita identificación de cada fascículo y aporta bastante al material.
- Es confuso, usar varias paletas de color es muy amplio y podría reducirse.
- No funciona o aporta al diseño, podría replantearse la paleta de color.

6. Ilustración principal - relacionada con la temática

En relación a la ilustración principal, considera que:

7 respuestas

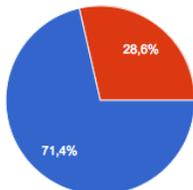


- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

7. Ilustración de apoyo - flores (relacionadas con el concepto)

En relación a la ilustración de apoyo, considera que:

7 respuestas

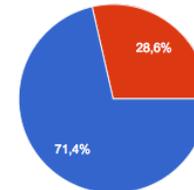


- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

8. Ilustración de portadas

En relación a la ilustración, considera que:

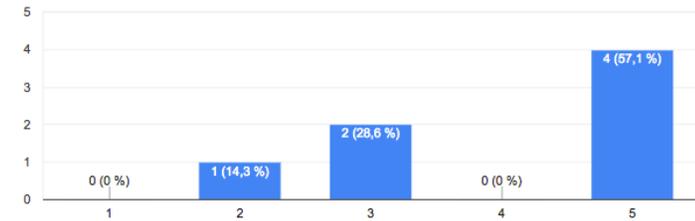
7 respuestas



- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

¿Qué tan atractiva le resultan las ilustraciones de las portadas?

7 respuestas



9. Tamaño del material

En cuanto al tamaño del material que se presenta (media carta cuando esta cerrado), considera que:

7 respuestas



- Es un tamaño adecuado, fácil de manejar y utilizar.
- Es muy pequeño, difícil de manejar, debería ser más grande.
- Es muy grande, podría ser más pequeño.



10. Infografía

En cuanto a la infografía, considera que:

7 respuestas

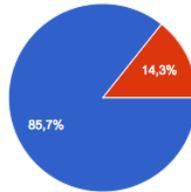


- La información es la adecuada, está bien resumida y redactada para el público que va dirigida, las gráficas apoyan de gran manera la información.
- La información es la adecuada pero existen problemas con la redacción que pueden crear confusión, la gráfica y distribución de información...
- La información no es relevante y la gráfica no aporta.

11. Contenido para redes sociales

En cuanto al contenido para redes sociales, considera que:

7 respuestas

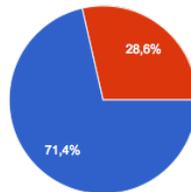


- Es información interesante y que aporta a educar al espectador respecto a la sexualidad femenina.
- La información es interesante pero hay problemas con la redacción.
- La información no es relevante para el grupo objetivo, no aporta respecto a educar la sexualidad femenina.

12. Material promocional (stickers)

En relación al material promocional, considera que:

7 respuestas



- Son atractivos y una buena manera de atraer al grupo objetivo para la compra del material.
- Podrían mejorar en cuanto a que sean más amigables o atractivos para el grupo objetivo.
- Me parecen innecesarios ya que no aportan nada al proyecto.

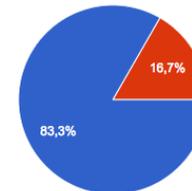
# ANEXO 9.2

## RESULTADOS EXPERTOS EN DISEÑO 1RA. FASE

1. Cantidad y calidad de información

En relación a la calidad y cantidad de la información, considera que:

6 respuestas

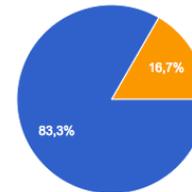


- Hay suficiente información, tanto la calidad como cantidad es la adecuada.
- Hay demasiada información, podría reducirse creando más gráficas, no toda es relevante o necesaria.
- Hay muy poca información, debería haber mayor cantidad y calidad, está incompleta.

2. Tipo de lenguaje

En relación al tipo de lenguaje, considera que:

6 respuestas

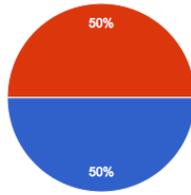


- El tipo de lenguaje de los fascículos es el adecuado; es agradable y ayuda a que la espectadora se sienta identificada.
- El tipo de lenguaje del material puede mejorar; ya que puede crear confusión hacia quien se dirige.
- El tipo de lenguaje no es el adecuado, la espectadora no lograría sentirse identificada.

3. Diagramación

En relación a la diagramación, considera que:

6 respuestas



- La diagramación del material es acertada y funcional para la legibilidad y seguimiento de la lectura.
- Es repetitivo lo cual lo vuelve tedioso de leer, podría haber más variaciones de diagramación.
- No funciona y dificulta el seguimiento de la lectura.

4. Legibilidad y tipografías

En relación a la legibilidad y tipografías, considera que:

6 respuestas

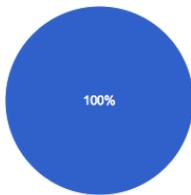


- La elección de tipografías es adecuada, son legibles y se asocian con la temática y el grupo objetivo.
- Existen problemas con la tipografía, hay grados de dificultad en su legibilidad y/o jerarquías, puede crear confusión.
- Es ilegible, las tipografías no funcionan y no se relacionan con la temática y grupo objetivo.

5. Color

En relación a la paleta de color, considera que:

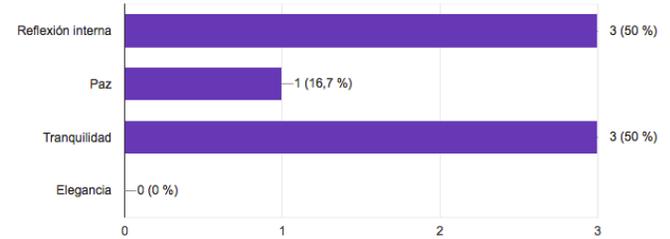
6 respuestas



- Es adecuada, es armoniosa y agradable a la vista.
- Existe armonía visual, pero no se relaciona con la temática o información presentada.
- Los colores son utilizados de manera errónea, no funcionan juntos.

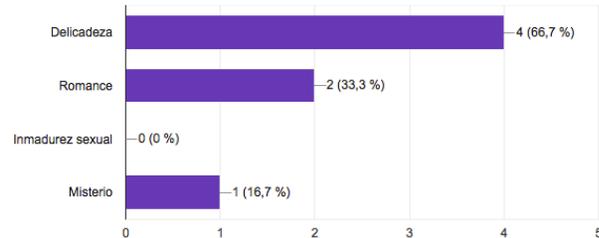
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 1) Tema: Una sexualidad sana

6 respuestas



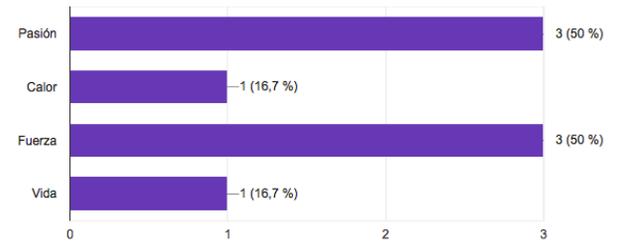
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 2) Tema: Conociendo tu cuerpo

6 respuestas



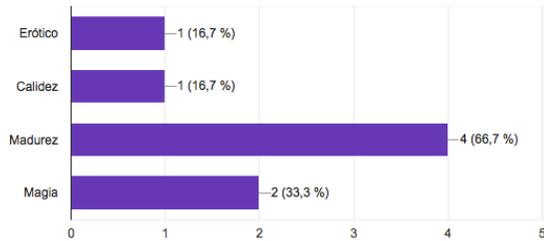
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 3) Tema: La menstruación

6 respuestas



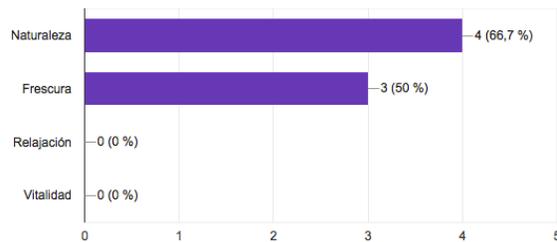
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 4) Tema: El autoplacer

6 respuestas



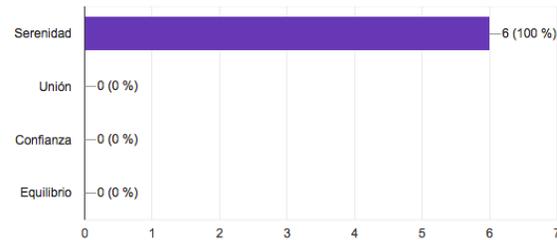
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 5) La ginecología natural

6 respuestas



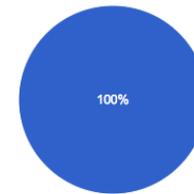
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 6) Compartiéndote - Sexo en pareja

6 respuestas



¿Cuál es su opinión sobre manejar una paleta de color diferente en cada fascículo?

6 respuestas

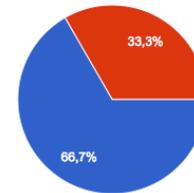


- Es una manera atractiva de presentar el material, facilita identificación de cada fascículo y aporta bastante al material.
- Es confuso, usar varias paletas de color es muy amplio y podría reducirse.
- No funciona o aporta al diseño, podría replantearse la paleta de color.

8. Ilustración principal - relacionada con la temática

En relación a la ilustración principal, considera que:

6 respuestas



- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

9. Ilustración de apoyo - flores (relacionadas con el concepto)

En relación a la ilustración de apoyo, considera que:

6 respuestas

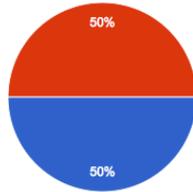


- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

10. Ilustración de portadas

En relación a la ilustración, considera que:

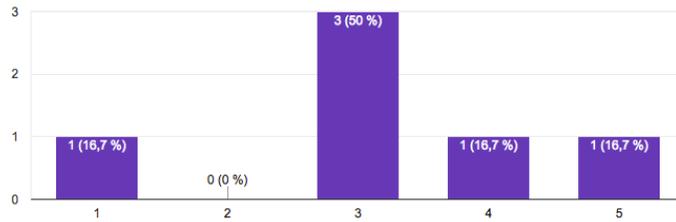
6 respuestas



- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

¿Qué tan atractiva le resultan las ilustraciones de las portadas?

6 respuestas



11. Tamaño del material

En cuanto al tamaño del material que se presenta (media carta cuando esta cerrado), considera que:

6 respuestas

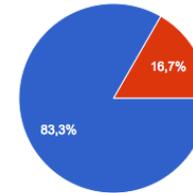


- Es un tamaño adecuado, fácil de manejar y utilizar.
- Es muy pequeño, difícil de manejar, debería ser más grande.
- Es muy grande, podría ser más pequeño.

12. Infografía

En cuanto a la infografía, considera que:

6 respuestas

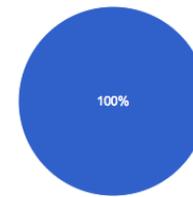


- Muestra coherencia con el resto de piezas que se ha trabajado, la información está bien resumida y redactada para el público que va dir...
- No termina de relacionarse con el resto de piezas y existen problemas de redacción en la información que pueden crear confusión, las jerarquí...
- No se relaciona en nada con el resto de piezas y la información no es relevante para el lector, no existen j...

13. Contenido para redes sociales

En cuanto al contenido para redes sociales, considera que:

6 respuestas

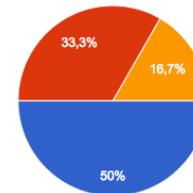


- Se ve que está relacionada con los fascículos, la información es interesante e interactúa con el usuario.
- No se termina de relacionar con los fascículos o con la información que presentan.
- No se relaciona en nada con los fascículos y la información no es relevante para el grupo objetivo, no aporta respecto a educar sobre sex...

14. Material promocional (stickers)

En relación al material promocional, considera que:

6 respuestas



- Son atractivos y una buena manera de atraer al grupo objetivo para la compra del material.
- Podrían mejorar en cuanto a que sean más amigables o atractivos para el grupo objetivo.
- Me parecen innecesarios ya que no aportan nada al proyecto.

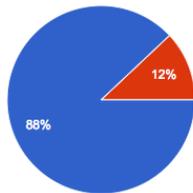
# ANEXO 9.3

## RESULTADOS GRUPO OBJETIVO 1RA. FASE

### 1. Manejo de información

En relación al manejo de información, considera que:

25 respuestas

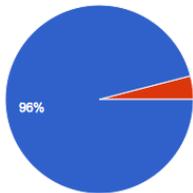


- Es fácil de entender, está muy bien resumido por lo que no hay problemas con la información.
- Puede haber cierta confusión, puede mejorar.
- No hay un orden lógico o la información no es la acertada, es confusa.

### 2. Tipo de lenguaje

En relación al tipo de lenguaje, considera que:

25 respuestas

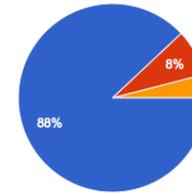


- El tipo de lenguaje de los fascículos es el adecuado; es agradable y me siento identificada con el mismo.
- El tipo de lenguaje del material puede mejorar; ya que es algo confuso.
- El tipo de lenguaje no es el adecuado, no logro sentirme identificada.

### 3. Texto y su legibilidad

En relación al texto y su legibilidad, considera que:

25 respuestas

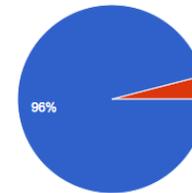


- La elección de tipo de letras es adecuada, son legibles y se asocian con la temática.
- Existen problemas con el texto, hay grados de dificultad en su legibilidad, puede crear confusión.
- Es ilegible, la combinación de textos no funcionan juntos y no se relacionan con la temática.

### 4. Color

En relación a la paleta de color, considera que:

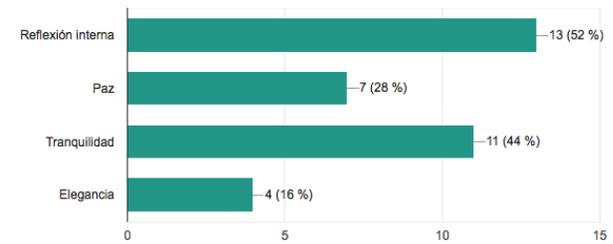
25 respuestas



- Son adecuados, agradables a la vista y se relacionan con la temática de educación sexual.
- Pueden funcionar, pero no se relacionan con la temática.
- No se relación con la temática o el mensaje, no funcionan juntos.

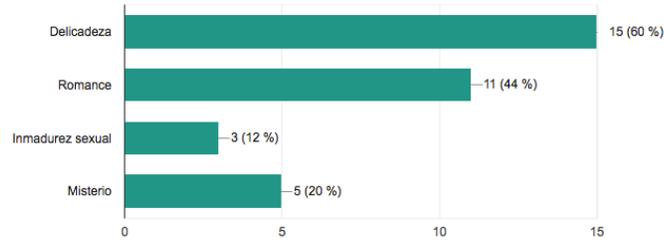
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 1) Tema: Una sexualidad sana

25 respuestas



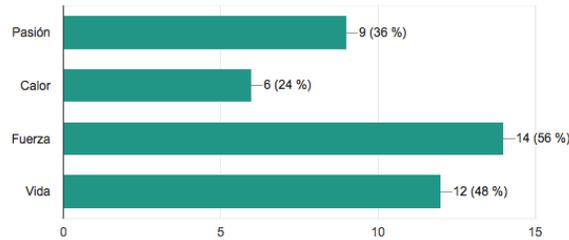
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 2) Tema: Conociendo tu cuerpo

25 respuestas



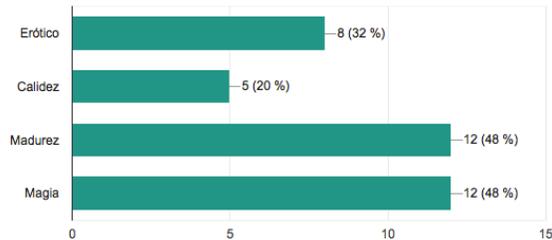
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 3) Tema: La menstruación

25 respuestas



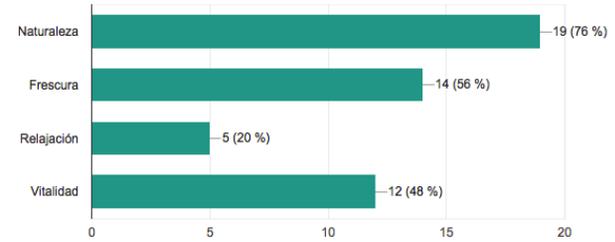
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 4) Tema: El autoplacer

25 respuestas



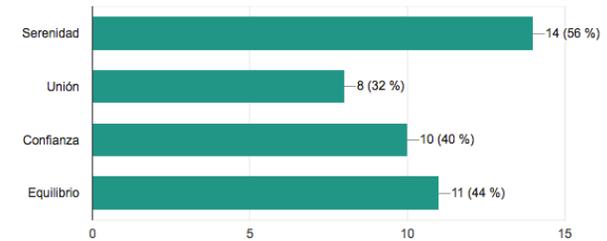
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 5) La ginecología natural

25 respuestas



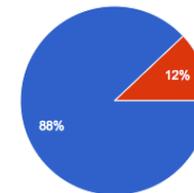
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 6) Compartiéndote - Sexo en pareja

25 respuestas



¿Cuál es su opinión sobre manejar una paleta de color diferente en cada fascículo?

25 respuestas



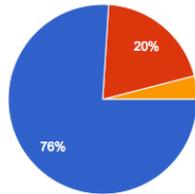
- Es una manera atractiva de presentar el material, facilita identificación de cada fascículo y aporta bastante al material.
- Es confuso, usar varias paletas de color me parece demasiado.
- No funciona, podría replantearse la paleta de color.



5. Ilustración principal - relacionada con la temática

En relación a la ilustración principal, considera que:

25 respuestas

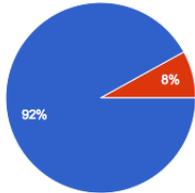


- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

6. Ilustración de apoyo - flores (relacionadas con el concepto)

En relación a la ilustración de apoyo, considera que:

25 respuestas

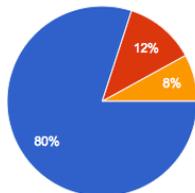


- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

7. Ilustración de portadas

En relación a la ilustración, considera que:

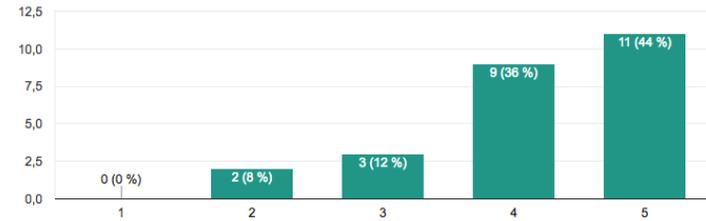
25 respuestas



- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

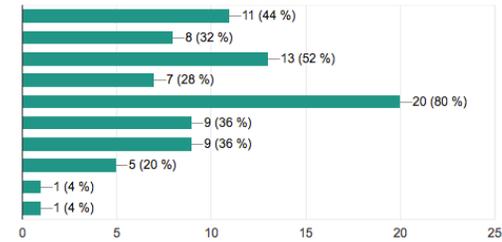
¿Qué tan atractiva le resultan las ilustraciones de las portadas?

25 respuestas



¿Con qué palabras asocias a las ilustraciones de portada?

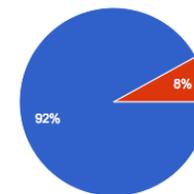
25 respuestas



8. Tamaño del material

En cuanto al tamaño del material que se presenta (media carta cuando esta cerrado), considera que:

25 respuestas

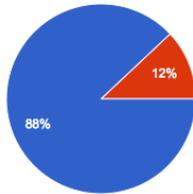


- Me parece un tamaño adecuado, fácil de manejar y utilizar.
- Me parece muy pequeño, difícil de manejar, debería ser más grande.
- Me parece muy grande, podría ser más pequeño.

9. Infografía

En cuanto a la infografía, considera que:

25 respuestas

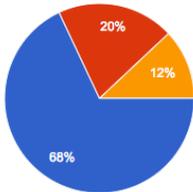


- La información es la adecuada, está bien resumida y redactada, las gráficas apoyan de gran manera la información.
- La información es la adecuada pero existen problemas con la redacción que pueden crear confusión, la gráfica y distribución de información podría mejorar.
- La información no es relevante y las ilustraciones no aportan.

10. Contenido para redes sociales

En cuanto al contenido para redes sociales, considera que:

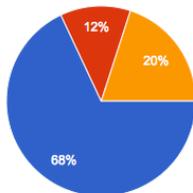
25 respuestas



- Me parece información interesante y me motivan a informarme más respecto a la sexualidad femenina.
- La información es algo confusa, pueden mejorar en cuanto a redacción.
- La información no me parece relevante ni me motivan a informarme más respecto a la sexualidad femenina.

Si lo vieras en Facebook, ¿lo compartirías?

25 respuestas

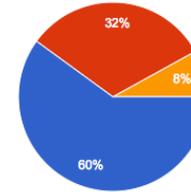


- Sí, me parece información valiosa e interesante que vale la pena ser compartida.
- Sí, aunque yo no lo vea interesante o útil, para alguien más sí podría serlo.
- No, aunque me parece interesante y llama la atención.
- No, no me parece información valiosa ni interesante.

11. Material promocional (stickers)

En relación al material promocional, considera que:

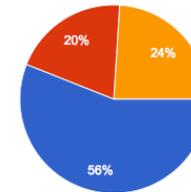
25 respuestas



- Me parecen atractivos y estaría interesada en adquirirlos.
- Me parecen atractivos pero no me interesan o no los compraría
- Me parecen innecesarios, no me interesan.

¿Considera necesario añadir una frase para reforzar a la ilustración de los stickers?

25 respuestas

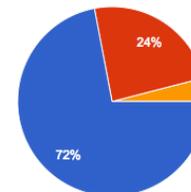


- Totalmente
- Me es indiferente
- Me parece innecesario

Por último

¿Logra identificar el material con el colectivo Guatemala Menstruante?

25 respuestas



- Sí, logro identificarlo como parte del colectivo fácilmente
- Sí, aunque me resultó un poco difícil al principio.
- No, me cuesta identificarlo como parte del colectivo.



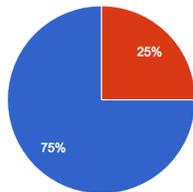
# ANEXO 9.4

## RESULTADOS EXPERTOS EN DISEÑO 2DA. FASE

### 1. Cantidad y calidad de información

En relación a la calidad y cantidad de la información, considera que:

4 respuestas

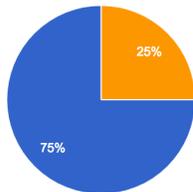


- Hay suficiente información, tanto la calidad como cantidad es la adecuada.
- Hay demasiada información, podría reducirse creando más gráficas, no toda es relevante o necesaria.
- Hay muy poca información, debería haber mayor cantidad y calidad, está incompleta.

### 2. Tipo de lenguaje

En relación al tipo de lenguaje, considera que:

4 respuestas

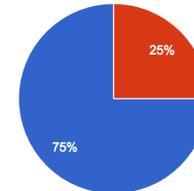


- El tipo de lenguaje de los fascículos es el adecuado; es agradable y ayuda a que la espectadora se sienta identificada.
- El tipo de lenguaje del material puede mejorar, ya que puede crear confusión hacia quien se dirige.
- El tipo de lenguaje no es el adecuado, la espectadora no lograría sentirse identificada.

### 3. Diagramación

En relación a la diagramación, considera que:

4 respuestas



- La diagramación del material es acertada y funcional para la legibilidad y seguimiento de la lectura.
- Es repetitivo lo cual lo vuelve tedioso de leer, podría haber más variaciones de diagramación.
- No funciona y dificulta el seguimiento de la lectura.

### 4. Legibilidad y tipografías

En relación a la legibilidad y tipografías, considera que:

4 respuestas



- La elección de tipografías es adecuada, son legibles y se asocian con la temática y el grupo objetivo.
- Existen problemas con la tipografía, hay grados de dificultad en su legibilidad y/o jerarquías, puede crear confusión.
- Es ilegible, las tipografías no funcionan y no se relacionan con la temática y grupo objetivo.

### 5. Color

En relación a la paleta de color, considera que:

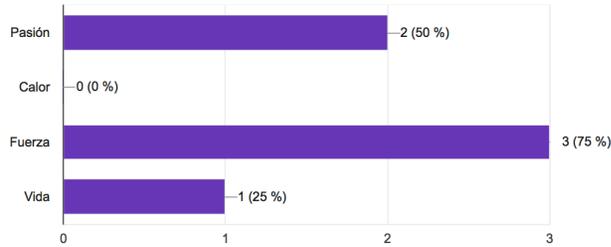
4 respuestas



- Es adecuada, es armoniosa y agradable a la vista.
- Existe armonía visual, pero no se relaciona con la temática o información presentada.
- Los colores son utilizados de manera errónea, no funcionan juntos.

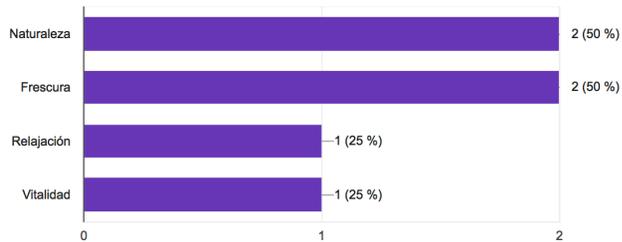
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 3) Tema: La menstruación

4 respuestas



¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 4) La ginecología natural

4 respuestas



¿Cuál es su opinión sobre manejar una paleta de color diferente en cada fascículo?

4 respuestas

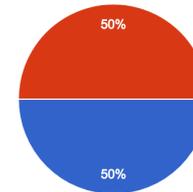


- Es una manera atractiva de presentar el material, facilita identificación de cada fascículo y aporta bastante al material.
- Es confuso, usar varias paletas de color es muy amplio y podría reducirse.
- No funciona o aporta al diseño, podría replantearse la paleta de color.

8. Ilustración principal - relacionada con la temática

En relación a la ilustración principal, considera que:

4 respuestas

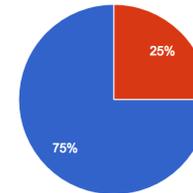


- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

9. Ilustración de apoyo - flores (relacionadas con el concepto)

En relación a la ilustración de apoyo, considera que:

4 respuestas

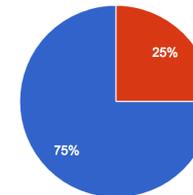


- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

10. Ilustración de portadas (relacionadas con el grupo objetivo)

En relación a la ilustración, considera que:

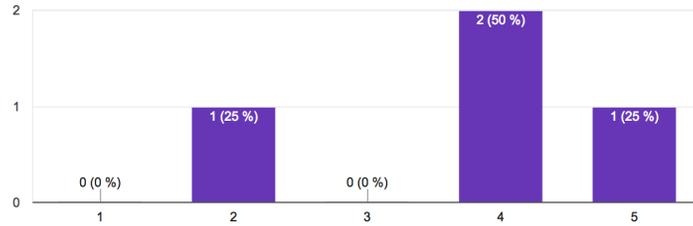
4 respuestas



- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

¿Qué tan atractiva le resultan las ilustraciones de las portadas?

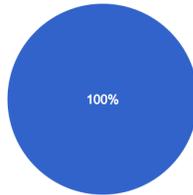
4 respuestas



11. Tamaño del material

En cuanto al tamaño del material que se presenta (media carta cuando esta cerrado), considera que:

4 respuestas

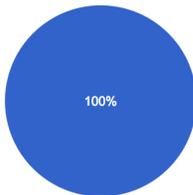


- Es un tamaño adecuado, fácil de manejar y utilizar.
- Es muy pequeño, difícil de manejar, debería ser más grande.
- Es muy grande, podría ser más pequeño.

12. Infografía

En cuanto a la infografía, considera que:

4 respuestas



- Muestra coherencia con el resto de piezas que se ha trabajado, la información está bien resumida y redactada para el público que va dir...
- No termina de relacionarse con el resto de piezas y existen problemas de redacción en la información que pueden crear confusión, las jerarquí...
- No se relaciona en nada con el resto de piezas y la información no es relevante para el lector, no existen j...

13. Contenido para redes sociales

En cuanto al contenido para redes sociales, considera que:

4 respuestas

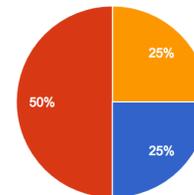


- Se ve que está relacionada con los fascículos, la información es interesante e interactúa con el usuario.
- No se termina de relacionar con los fascículos o con la información que presentan.
- No se relaciona en nada con los fascículos y la información no es relevante para el grupo objetivo, no aporta respecto a educar sobre sex...

14. Material promocional (stickers)

En relación al material promocional, considera que:

4 respuestas



- Son atractivos y una buena manera de atraer al grupo objetivo para la compra del material.
- Podrían mejorar en cuanto a que sean más amigables o atractivos para el grupo objetivo.
- Me parecen innecesarios ya que no aportan nada al proyecto.

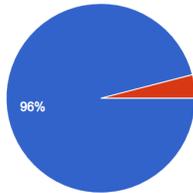
# ANEXO 9.5

## RESULTADOS GRUPO OBJETIVO 2DA. FASE

### 1. Manejo de información

En relación al manejo de información, considera que:

25 respuestas

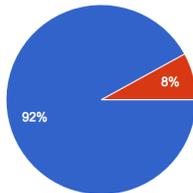


- Es fácil de entender, está muy bien resumido por lo que no hay problemas con la información.
- Puede haber cierta confusión, puede mejorar.
- No hay un orden lógico o la información no es la acertada, es confusa.

### 2. Tipo de lenguaje

En relación al tipo de lenguaje, considera que:

25 respuestas

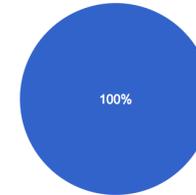


- El tipo de lenguaje de los fascículos es el adecuado; es agradable y me siento identificada con el mismo.
- El tipo de lenguaje del material puede mejorar; ya que es algo confuso.
- El tipo de lenguaje no es el adecuado, no logro sentirme identificada.

### 3. Texto y su legibilidad

En relación al texto y su legibilidad, considera que:

25 respuestas

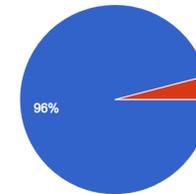


- La elección de tipo de letras es adecuada, son legibles y se asocian con la temática.
- Existen problemas con el texto, hay grados de dificultad en su legibilidad, puede crear confusión.
- Es ilegible, la combinación de textos no funcionan juntos y no se relacionan con la temática.

### 4. Color

En relación a la paleta de color, considera que:

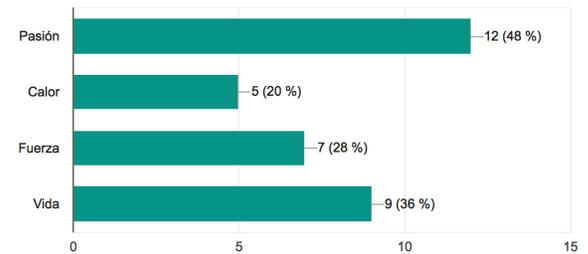
25 respuestas



- Son adecuados, agradables a la vista y se relacionan con la temática de educación sexual.
- Pueden funcionar, pero no se relacionan con la temática.
- No se relacionan con la temática o el mensaje, no funcionan juntos.

¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 3) Tema: La menstruación

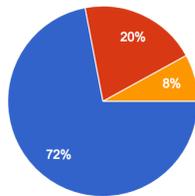
25 respuestas



7. Ilustración de portadas

En relación a la ilustración, considera que:

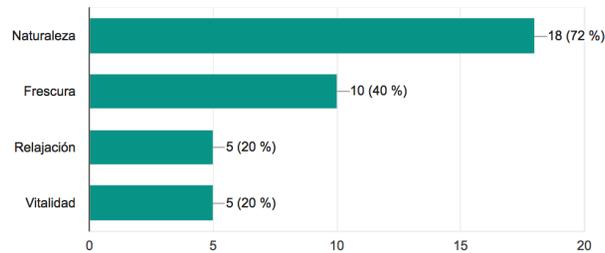
25 respuestas



- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

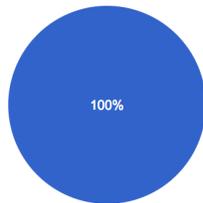
¿Qué le transmite la paleta de color? (Fascículo 4) La ginecología natural

25 respuestas



¿Cuál es su opinión sobre manejar una paleta de color diferente en cada fascículo?

25 respuestas

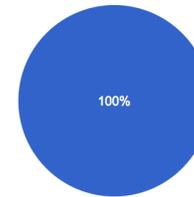


- Es una manera atractiva de presentar el material, facilita identificación de cada fascículo y aporta bastante al material.
- Es confuso, usar varias paletas de color me parece demasiado.
- No funciona, podría replantearse la paleta de color.

5. Ilustración principal - relacionada con la temática

En relación a la ilustración principal, considera que:

25 respuestas

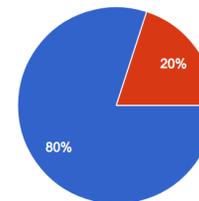


- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

6. Ilustración de apoyo - flores (relacionadas con el concepto)

En relación a la ilustración de apoyo, considera que:

25 respuestas

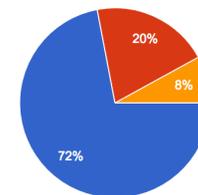


- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

7. Ilustración de portadas

En relación a la ilustración, considera que:

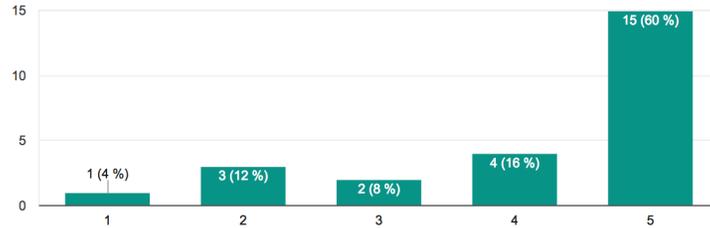
25 respuestas



- El estilo elegido es un aporte fundamental de la propuesta; es adecuado, fácil de entender y relacionar con la temática.
- Son efectivos para transmitir el mensaje, estéticos pero no se relacionan con el grupo objetivo o contenido del material. El estilo pue...
- La ilustración no es funcional, no logra asociarse el estilo con el grupo objetivo o contenido del material; es...

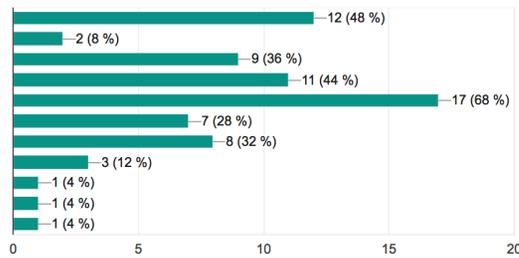
¿Qué tan atractiva le resultan las ilustraciones de las portadas?

25 respuestas



¿Con qué palabras asocias a las ilustraciones de portada?

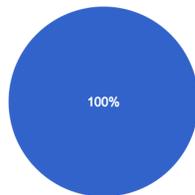
25 respuestas



8. Tamaño del material

En cuanto al tamaño del material que se presenta (media carta cuando esta cerrado), considera que:

25 respuestas

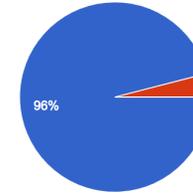


- Me parece un tamaño adecuado, fácil de manejar y utilizar.
- Me parece muy pequeño, difícil de manejar, debería ser más grande.
- Me parece muy grande, podría ser más pequeño.

9. Infografía

En cuanto a la infografía, considera que:

25 respuestas

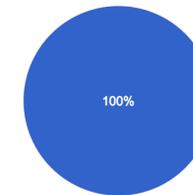


- La información es la adecuada, está bien resumida y redactada, las gráficas apoyan de gran manera la información.
- La información es la adecuada pero existen problemas con la redacción que pueden crear confusión, la gráfica y distribución de información podría mejorar.
- La información no es relevante y las ilustraciones no aportan.

10. Contenido para redes sociales

En cuanto al contenido para redes sociales, considera que:

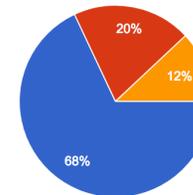
25 respuestas



- Me parece información interesante y me motivan a informarme más respecto a la sexualidad femenina.
- La información es algo confusa, pueden mejorar en cuanto a redacción.
- La información no me parece relevante ni me motivan a informarme más respecto a la sexualidad femenina.

Si lo vieras en Facebook, ¿lo compartirías?

25 respuestas

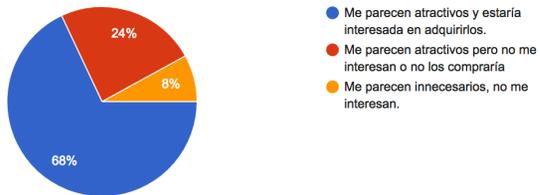


- Sí, me parece información valiosa e interesante que vale la pena ser compartida.
- Sí, aunque yo no lo vea interesante o útil, para alguien más sí podría serlo.
- No, aunque me parece interesante y llama la atención.
- No, no me parece información valiosa ni interesante.

11. Material promocional (stickers)

En relación al material promocional, considera que:

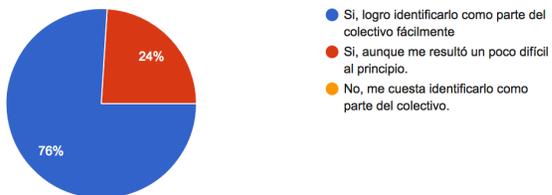
25 respuestas



Por último

¿Logra identificar el material con el colectivo Guatemala Menstruante?

25 respuestas





**ANEXO 10**  
COTIZACIONES  
IMPRESAS



**digitalhouse**<sup>®</sup>  
Innovaciones en papel, S.A.

Cotización No. **95600**  
Guatemala, 26 junio 2018

Señores  
**MELANY MANTANICO**  
Atención  
Presente

Estimados Señores

Nos es grato presentarles nuestra cotización por lo siguiente:

**FASCICULO 12 PAGINAS**  
**PORTADA Y CONTRAPORTADA: Impreso en HUSKY 10, tamaño abierto 8.5 x 11.0 plgs., 4 colores tiro, 4 colores retiro, impresion tiro / retiro.**

**INTERIORES: Impreso en BOND 120, tamaño abierto 8.5 x 11.0 plgs., 4 colores tiro, 4 colores retiro, 3 signaturas, impresion tiro / retiro.**

1 .....	Q	170.00
10 .....	Q	350.00

Forma de Pago: 50% al confirmar la orden y 50% contra entrega.  
Vigencia de la cotización: 10 días.  
Al autorizar esta cotización, usted acepta una entrega de 5% mas o menos en la cantidad a ser entregada.

El Precio anterior podrá sufrir cambios sin previo aviso debido a las constantes variaciones en los precios del material.

En espera de su respuesta, nos es grato suscribirnos.

Atentamente,

**Melanie Sapper**  
Ejecutivo de Ventas



**digitalhouse**<sup>®</sup>  
Innovaciones en papel, S.A.

Cotización No. **95602**  
Guatemala, 26 junio 2018

Señores  
**MELANY MANTANICO**  
Atención  
Presente

Estimados Señores

Nos es grato presentarles nuestra cotización por lo siguiente:

**FASCICULO 28 PAGINAS**  
**PORTADA Y CONTRAPORTADA: Impreso en HUSKY 10, tamaño abierto 8.5 x 11.0 plgs., 4 colores tiro, 4 colores retiro, impresion tiro / retiro.**

**INTERIORES: Impreso en BOND 120, tamaño abierto 8.5 x 11.0 plgs., 4 colores tiro, 4 colores retiro, 7 signaturas, impresion tiro / retiro.**

1 .....	Q	220.00
10 .....	Q	670.00

Forma de Pago: 50% al confirmar la orden y 50% contra entrega.  
Vigencia de la cotización: 10 días.  
Al autorizar esta cotización, usted acepta una entrega de 5% mas o menos en la cantidad a ser entregada.

El Precio anterior podrá sufrir cambios sin previo aviso debido a las constantes variaciones en los precios del material.

En espera de su respuesta, nos es grato suscribirnos.

Atentamente,

**Melanie Sapper**  
Ejecutivo de Ventas



**digitalhouse**<sup>®</sup>  
Innovaciones en papel, S.A.

Cotización No. **95603**  
Guatemala, 26 junio 2018

Señores  
**MELANY MANTANICO**  
Atención  
Presente

Estimados Señores

Nos es grato presentarles nuestra cotización por lo siguiente:

**FASCICULO 32 PAGINAS**  
**PORTADA Y CONTRAPORTADA:** Impreso en HUSKY 10, tamaño abierto 8.5 x 11.0 plgs., 4 colores tiro, 4 colores retiro, impresion tiro / retiro.

**INTERIORES:** Impreso en BOND 120, tamaño abierto 8.5 x 11.0 plgs., 4 colores tiro, 4 colores retiro, 8 signaturas, impresion tiro / retiro.

1 .....	Q	240.00
10 .....	Q	720.00

Forma de Pago: 50% al confirmar la orden y 50% contra entrega.  
Vigencia de la cotización: 10 días.  
Al autorizar esta cotización, usted acepta una entrega de 5% mas o menos en la cantidad a ser entregada.

El Precio anterior podrá sufrir cambios sin previo aviso debido a las constantes variaciones en los precios del material.

En espera de su respuesta, nos es grato suscribirnos.

Atentamente,

**Melanie Sapper**  
Ejecutivo de Ventas



**digitalhouse**<sup>®</sup>  
Innovaciones en papel, S.A.

Cotización No. **95601**  
Guatemala, 26 junio 2018

Señores  
**MELANY MANTANICO**  
Atención  
Presente

Estimados Señores

Nos es grato presentarles nuestra cotización por lo siguiente:

**FASCICULO 36 PAGINAS**  
**PORTADA Y CONTRAPORTADA:** Impreso en HUSKY 10, tamaño abierto 8.5 x 11.0 plgs., 4 colores tiro, 4 colores retiro, impresion tiro / retiro.

**INTERIORES:** Impreso en BOND 120, tamaño abierto 8.5 x 11.0 plgs., 4 colores tiro, 4 colores retiro, 9 signaturas, impresion tiro / retiro.

1 .....	Q	260.00
10 .....	Q	800.00

Forma de Pago: 50% al confirmar la orden y 50% contra entrega.  
Vigencia de la cotización: 10 días.  
Al autorizar esta cotización, usted acepta una entrega de 5% mas o menos en la cantidad a ser entregada.

El Precio anterior podrá sufrir cambios sin previo aviso debido a las constantes variaciones en los precios del material.

En espera de su respuesta, nos es grato suscribirnos.

Atentamente,

**Melanie Sapper**  
Ejecutivo de Ventas



CONTÁCTENOS, S.A.  
NIT. 4436888-7

COTIZACIÓN NO. 14,246

FECHA: 28/06/18

CLIENTE: Melany Mantinico

DIRECCIÓN:

NIT:

EMAIL: melany.amm11@gmail.com

COTIZACIÓN VÁLIDA: Por 15 días hábiles

TIEMPO DE ENTREGA: 03 DÍAS HÁBILES

FORMA DE PAGO Efectivo / Credito

PREPARADA POR Pablo Villela

CANT.	DESCRIPCIÓN	PRECIO UNITARIO	TOTAL
10	Folleto impresió digital full color solo tiro tamaño 1/2 carta cerrada en opalina o 120grs engrapados con portadas en husky o texcote de 12 pg.	Q 28.00	Q 280.00
10	Folleto impresió digital full color solo tiro tamaño 1/2 carta cerrada en opalina o 120grs engrapados con portadas en husky o texcote de 36 pg.	Q 70.00	Q 700.00
10	Folleto impresió digital full color solo tiro tamaño 1/2 carta cerrada en opalina o 120grs engrapados con portadas en husky o texcote de 28 pg.	Q 56.00	Q 560.00
10	Folleto impresió digital full color solo tiro tamaño 1/2 carta cerrada en opalina o 120grs engrapados con portadas en husky o texcote de 32 pg.	Q 64.00	Q 640.00
02	Hojas impresión digital full color tamaño carta en adhesivo blanco troquelado.	Q 8.00	Q 16.00

La variación del color del trabajo puede ser +/- 5% — Forma de pago: 50% de anticipo y 50% contra entrega  
Una vez firmada la cotización, ésta puede ser tomada como orden de compra y el Cliente acepta los diseños como artes finales

**NOTA:** Si al momento de recibir el material hay cambios de las especificaciones cotizadas, el valor de esta cotización está sujeto a revisión

Firma de Aceptado

Fecha Aceptado

2473-8095 // 4740-6809

cotizaciones@lastminute.net.gt

www.lastminute.net.gt

# THE SIGN

CENTRO DE IMPRESIÓN DIGITAL

2 C 16-76 BLVD VISTA HERMOSA  
ZONA 15, 2NDO NIVEL  
3200 6654 / 2365 7655  
para.imprimir.porfa@gmail.com

COTIZACIÓN No. 159

Fecha: viernes, 29 de junio de 2018  
Cliente: Melany Mantanico  
Contacto: melany.amm11@gmail.com  
Atendió: Alejandra Mollinedo

CANT.	DESCRIPCIÓN		TOTAL
<b>IMPRESIÓN DE INFOGRAFÍAS</b>			
10	IMPRESIÓN DE INFOGRAFICOS, EN PLOTTER, FULL COLOR, EN PAPEL COUCHE, TAMAÑO 11 * 21", SOLO TIRO, CON CORTES RECTOS.	Q 49.50	Q 495.00
10	IMPRESIÓN DE INFOGRAFICOS, EN PLOTTER, FULL COLOR, EN PAPEL COUCHE, TAMAÑO 11 * 26.5", SOLO TIRO, CON CORTES RECTOS.	Q 63.00	Q 630.00
10	IMPRESIÓN DE INFOGRAFICOS, EN PLOTTER, FULL COLOR, EN PAPEL COUCHE, TAMAÑO 11 * 32", SOLO TIRO, CON CORTES RECTOS.	Q 81.00	Q 810.00
<b>IMPRESIÓN DE STICKERS</b>			
10	IMPRESIÓN DE HOJA STICKERS, LASER, FULL COLOR, EN ADHESIVO BRILLANTE, TAMAÑO CARTA, SOLO TIRO, CON TROQUEL.	Q 23.40	Q 234.00
<b>IMPRESIÓN DE FASCICULOS</b>			
10	IMPRESIÓN DE FASCICULOS, EN CERA, FULL COLOR, EN PAPEL BOND 120 PAGINAS INTERNAS , TAMAÑO CARTA CERRADO, TIRO Y RETIRO, PORTADA Y CONTRAPORTADA EN HUSKY 10, ENGRAPADOS Y CORTES RECTOS.		
	12 PAGINAS INTERNAS	Q 89.10	Q 891.00
	36 PAGINAS INTERNAS	Q 202.50	Q 2,025.00
	28 PAGINAS INTERNAS	Q 164.70	Q 1,647.00
	32 PAGINAS INTERNAS	Q 183.60	Q 1,836.00
Tiempo de entrega: 6 días hábiles			
Forma de pago: 50% adelanto, 50% contra entrega			
<b>TOTAL</b>			<b>8,568.00</b>

Esta cotización tiene validez de 7 días. Está sujeta a cambios.  
No nos responsabilizamos por algún error de diseño después de aprobado el arte.