



**UNIVERSIDAD  
DEL AZUAY**

FACULTAD DE  
**DISEÑO  
ARQUITECTURA  
Y ARTE**

Escuela de Diseño Gráfico

**DISEÑO DE UN PRODUCTO  
EDITORIAL ILUSTRADO E  
INTERACTIVO Y UN KIT DE  
ELEMENTOS GRÁFICOS PARA EL  
AUTOCUIDADO Y EL BIENESTAR  
EMOCIONAL DE JÓVENES EN LA  
VIDA UNIVERSITARIA**

TRABAJO DE GRADUACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN AL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN DISEÑO GRÁFICO

Autoras:

**Jennifer Lisseth Rojas Cabrera  
Stephany Michelle Medina Abad**

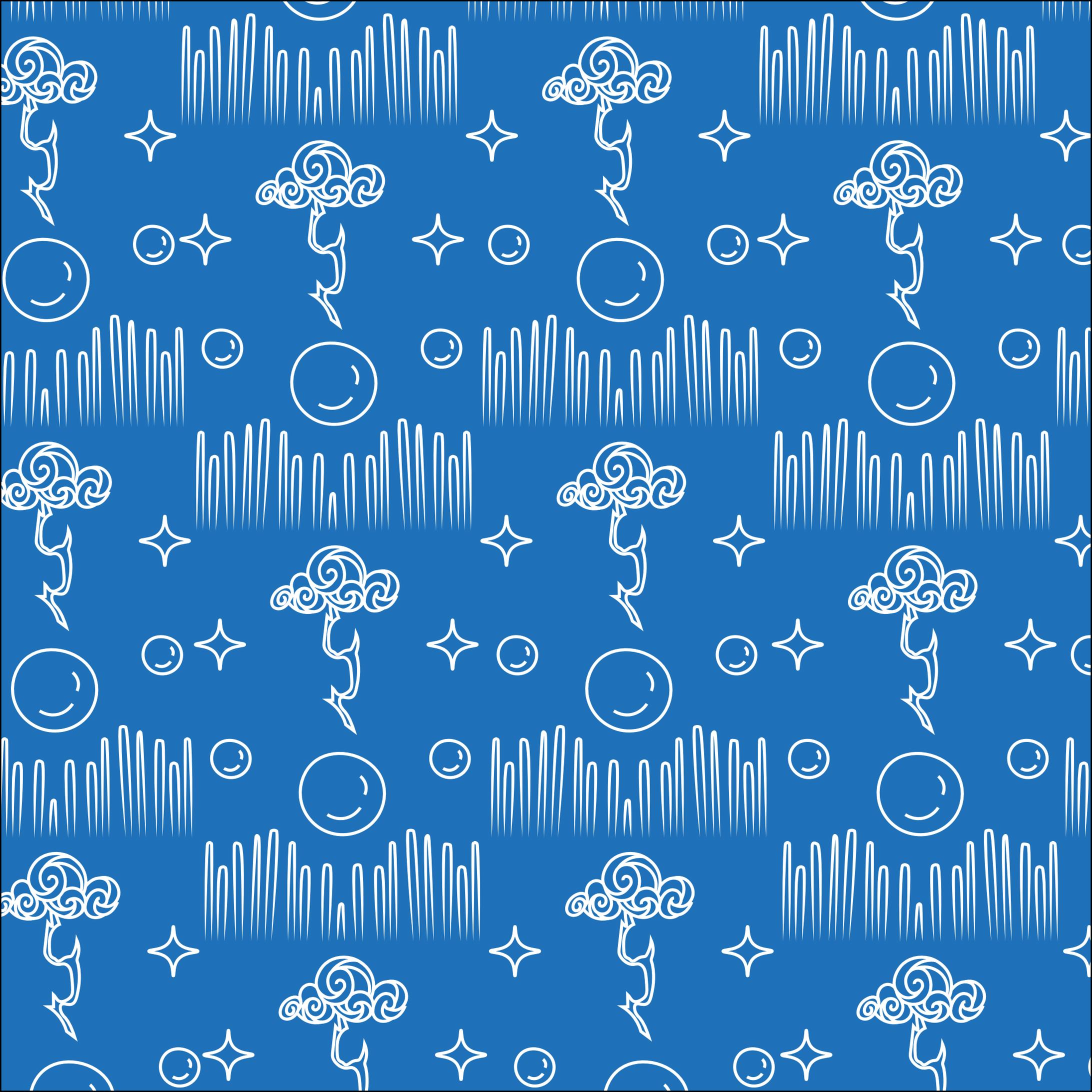
Director:

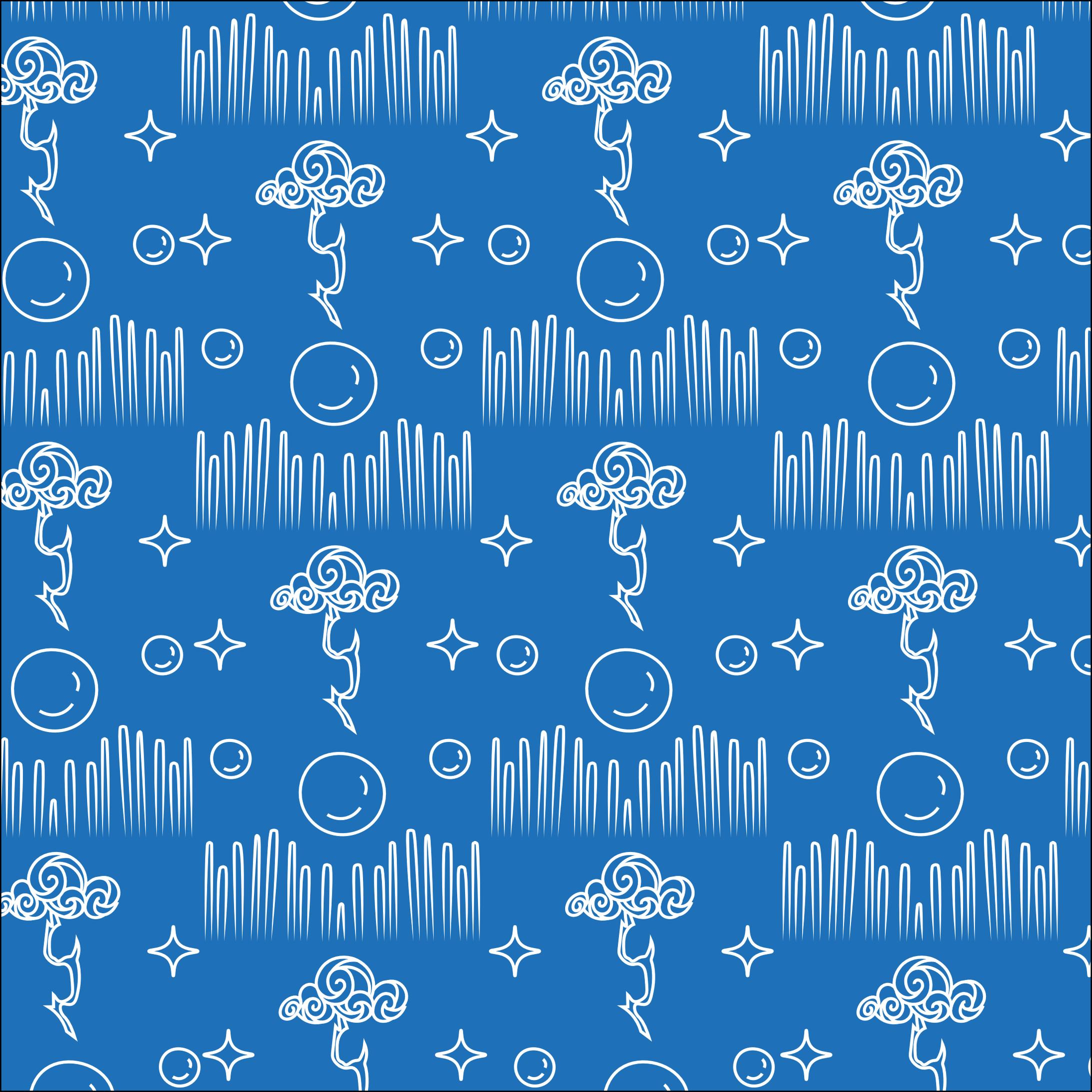
**Toa Donatella Tripaldi Proaño**

**.2024.**

Cuenca - Ecuador









**Autoras:**

Stephany Michelle Medina Abad  
Jennifer Lisseth Rojas Cabrera

**Director:**

Toa Donatella Tripaldi Proaño

**Fotografía e ilustraciones:**

Creación misma de las autoras tomando en cuenta la distinción de las que tienen su propia cita.

**Cuenca – Ecuador:**

2024

## Dedicatoria

A mis maestros por sus enseñanzas, por inspirarme a dar lo mejor de mí, por ser un ejemplo a seguir, enseñándome conocimientos, valores y habilidades útiles en mi vida. También a mis padres por ser su sostén incondicional, dando amor, tiempo y apoyo en momentos difíciles, enseñándome a valorar el esfuerzo, trabajo duro y nunca renunciar a mis sueños.

**Stephany Medina**

A mis queridos padres por su amor infinito, apoyo inquebrantable, ejemplo de perseverancia en cada paso de mi vida. A mis maestros cuya sabiduría, perseverancia iluminaron mi camino hacia el conocimiento con su dedicación y pasión por la educación. Este proyecto es un reflejo de su influencia que me ha apoyado en este viaje.

**Jennifer Rojas**



# Agradecimientos

Deseo reconocer a todas las personas que hicieron posible la culminación de mi carrera. A mis padres y hermanos, que me brindaron todo su amor, apoyo y paciencia a lo largo de estos años. Gracias por ser mi pilar en los momentos difíciles, por darme el aliento y la confianza para seguir adelante y por inculcarme valores tan importantes como la perseverancia y el esfuerzo. Su presencia ha sido el motor que ha impulsado mi camino académico y personal.

## **Stephany Medina**

Me gustaría expresar mi profundo agradecimiento a todos aquellos que han jugado un papel integral en este viaje académico. Mis padres y mi hermano que me brindaron su apoyo, que me enseñaron la importancia de la paciencia, valores, responsabilidad. Sus sacrificios y consejos han sido base de mis logros, por ser mi pilar fundamental para mis logros. Y a mi querido novio, por estar siempre a mi lado, por tu comprensión, motivación y ser mi apoyo en cada momento. A todos ustedes les agradezco de corazón por su influencia y apoyo fueron esenciales para la realización de este proyecto.

## **Jennifer Rojas**



# W E I D N I

Dedicatoria	5
Agradecimiento	6
Índice de contenidos	7
Índice de figuras e ilustraciones	10
Resumen	11
Abstract	12
Introducción	13
Objetivos	14

## CAPÍTULO 1

<b>1. Contextualización</b>	16
<b>1.1 Introducción al capítulo</b>	17
<b>1.2 Antecedentes y Problemática</b>	18
<b>1.3 Estado del Arte</b>	19
<b>1.4 Marco teórico</b>	22
1.4.1 Bienestar emocional	23
1.4.1.1 ¿Qué es el bienestar emocional?	23
1.4.1.2 ¿Cómo influyen las emociones en el bienestar emocional?	23
1.4.1.2.1 Estrés	23
1.4.1.2.2 Ansiedad	24
1.4.1.2.3 Depresión	24
1.4.1.2.4 Culpa	25
1.4.1.2.5 Soledad persistente	25
1.4.1.3 ¿Por qué tengo que cuidar mi bienestar emocional?	26
1.4.1.4 ¿Que te puede ayudar a experimentar un estado emocional positivo?	27
1.4.1.4.1 Mejorar las relaciones interpersonales	28
1.4.1.4.2 Mayor productividad y rendimiento	28
1.4.1.4.3 Mayor resiliencia ante desafíos	28
1.4.2 Auto cuidado	29
1.4.2.1 ¿Qué es el autocuidado?	29
1.4.2.2 ¿Cómo nos ayuda el equilibrio emocional en nuestra vida diaria?	30

1.4.2.3 ¿Qué prácticas de autocuidado podemos tener para tener una vida saludable?	30	1.4.5.2.1 Composición	41
1.4.2.3.1 Afrontamiento emocional	30	1.4.5.2.2 Líneas y formas	41
1.4.2.3.2 Inteligencia emocional	31	1.4.5.2.3 Cromática	41
1.4.2.3.3 Autorregulación	31	1.4.5.2.4 Estilo	41
1.4.2.4 ¿Cómo auto expresar la creatividad y expresión emocional?	32	1.4.5.2.5 Originalidad	42
1.4.3 Diseño editorial	33	1.4.5.2.6 Técnica	42
1.4.3.1 ¿Qué es el diseño editorial?	33	1.4.5.2.7 Intención	42
1.4.3.2 Elementos necesarios para el diseño editorial	33	1.4.5.2.8 Contexto	42
1.4.3.2.1 Formato	33	1.4.5.3 ¿Cuál es la diferencia entre un ilustrador y un diseñador gráfico?	43
1.4.3.2.2 Retícula	33	1.4.6 Diseño analógico	44
1.4.3.2.3 Tipografía	34	1.4.6.1 ¿Qué es el diseño analógico?	44
1.4.3.2.4 Color	34	1.4.6.2 ¿Cómo puede ayudar el diseño analógico con la Autoexpresión?	44
1.4.3.3 Características para un buen diseño editorial	35	1.4.7 Sistema gráfico	45
1.4.3.3.1 Legibilidad y Accesibilidad	35	1.4.7.1 ¿Qué es el sistema gráfico?	45
1.4.3.3.2 Tipografía limitada	35	1.4.7.2 Elementos básicos del sistema gráfico	46
1.4.3.3.3 Interlineado	35	1.4.7.1 Color	46
1.4.3.3.4 Lenguaje visual	35	1.4.7.2 Líneas	46
1.4.3.3.5 Tipo de papel	36	1.4.7.3 Textura	46
1.4.4 Diseño interactivo	37	1.4.7.4 Tamaño	46
1.4.4.1 ¿Qué es el diseño interactivo?	37	1.4.7.5 Forma	46
1.4.4.2 Principios del diseño interactivo	37	1.4.7.6 Valor	47
1.4.4.2.1 Legibilidad	37	1.4.7.7 Espacio	47
1.4.4.2.2 Simplicidad	37	<b>1.5 Investigación de campo</b>	48
1.4.4.2.3 Funcionalidad	38	<b>1.6 Análisis de homólogos</b>	51
1.4.4.2.4 Estética	38	<b>1.7 Conclusiones del capítulo</b>	54
1.4.4.2.5 Visibilidad	38		
1.4.4.3 Cómo generar una buena experiencia de usuario	39		
1.4.5 Ilustración	40		
1.4.5.1 ¿Qué es la ilustración y cuál es su importancia?	40		
1.4.5.2 Elementos característicos de la ilustración	41		

# CAPÍTULO 2

<b>2. Programación</b>	56
<b>2.1 Análisis/Definición del usuario</b>	57
2.1.1 Mapa de actores y escenarios	57
2.1.2 Perfil de usuario / consumidor	58
2.1.3 El mapa de empatía	59
2.1.4 La persona design	60
<b>2.2 Brief</b>	63
<b>2.3 Partidos de diseño</b>	66
2.3.1 Partido formal	67
2.3.2 Partido funcional	68
2.3.3 Partido tecnológico	70
2.3.4 Partido conceptual	71
<b>2.4 Definición de contenidos</b>	72
<b>2.5 Proceso de diseño u hoja de ruta</b>	74
2.5.1 Proceso del libro: Editorial	74
2.5.2 Proceso de kit de elementos gráficos: Tarjetas	75
<b>2.6 Conclusiones del capítulo</b>	76

# CAPÍTULO 3

<b>3. Ideación</b>	78
<b>3.1 Proceso de generación de ideas producto editorial</b>	79
<b>3.2 Evaluación de las ideas</b>	80
<b>3.4 Selección de ideas / Idea Final</b>	81
<b>3.5 Generación de lluvia de ideas para el kit de elementos gráficos</b>	83
<b>3.6 Evaluación de las ideas</b>	84
<b>3.7 Selección de ideas / Idea Final</b>	85
<b>3.8 Conclusiones del capítulo</b>	86

# CAPÍTULO 4

<b>4. Diseño</b>	88
<b>4.1 Bocetación</b>	89
<b>4.2 Sistema gráfico</b>	90
4.2.1 Formato	90
4.2.2 Paleta de colores	90
4.2.3 Tipografía	91
4.2.4 ilustraciones	92
<b>4.3 Desarrollo de aplicaciones gráficas</b>	93
<b>4.4 Validación</b>	94
4.4.1 Público objetivo	94
4.4.2 Experto en psicología	95
4.4.3 Experto en la Diseño editorial	96
<b>4.5 Conclusión y recomendaciones</b>	97
<b>Bibliografía</b>	98
<b>Anexos</b>	106

# ÍNDICE DE FIGURAS O ILUSTRACIONES

- Figura 01 - <https://acortar.link/wFoWuX>  
Figura 02 - <https://acortar.link/gHjzVO>  
Figura 03 - <https://n9.cl/eajke>  
Figura 04 - <https://acortar.link/JLFC06>  
Figura 05 - <https://acortar.link/bUKL-Mt>  
Figura 06 - <https://acortar.link/Tam-PUY>  
Figura 07 - <https://acortar.link/v72ku1>  
Figura 08 - <https://acortar.link/TaT-CLm>  
Figura 09 - <https://acortar.link/E2FaPx>  
Figura 10 - <https://acortar.link/YTLZvi>  
Figura 11 - <https://n9.cl/0q3bp>  
Figura 12 - <https://n9.cl/knvbb>  
Figura 13 - <https://n9.cl/zorg3>  
Figura 14 - <https://n9.cl/vu3m2d>  
Figura 15 - <https://n9.cl/p3h0i>  
Figura 16 - <https://n9.cl/cfac>  
Figura 17 - <https://n9.cl/vxneh1>  
Figura 18 - <https://n9.cl/yk97v>  
Figura 19 - <https://n9.cl/19btn>  
Figura 20 - <https://n9.cl/1nnf>  
Figura 21 - <https://n9.cl/r0a41>  
Figura 22 - <https://n9.cl/lnua5>  
Figura 23 - <https://n9.cl/8rau5>  
Figura 24 - <https://n9.cl/7lkk2>  
Figura 25 - <https://n9.cl/80ujl>  
Figura 26 - <https://n9.cl/yd8jl>  
Figura 27 - <https://n9.cl/xyrqq>  
Figura 28 - <https://n9.cl/av341>  
Figura 29 - Autoras  
Figura 30 - Autoras  
Figura 31 - Autoras  
Figura 32 - <https://n9.cl/n9mzt>  
Figura 33 - <https://n9.cl/74jsl>  
Figura 34 - <https://n9.cl/mozvo>  
Figura 35 - <https://n9.cl/4d59e>  
Figura 36 - <https://n9.cl/1rn02>  
Figura 37 - <https://n9.cl/kzuxw>  
Figura 38 - <https://n9.cl/gxud7>  
Figura 39 - <https://n9.cl/9pzbw>  
Figura 40 - <https://n9.cl/nwjpg>  
Figura 41 - Autoras  
Figura 42 - Autoras  
Figura 43 - Autoras  
Figura 44 - Autoras  
Figura 45 - Autoras  
Figura 46 - Autoras  
Figura 47 - Autoras  
Figura 48 - <https://n9.cl/n8qep>  
Figura 49 - <https://n9.cl/xd0z45>  
Figura 50 - <https://n9.cl/cbjmp>  
Figura 51 - <https://n9.cl/5msco>  
Figura 52 - <https://n9.cl/5a85u>  
Figura 53 - <https://n9.cl/cz17d>  
Figura 54 - <https://n9.cl/q5wzp8>  
Figura 55 - <https://n9.cl/wj0qwb>  
Figura 56 - <https://n9.cl/wj0qwb>  
Figura 57 - <https://n9.cl/329du>  
Figura 58 - <https://n9.cl/d7h65>  
Figura 59 - <https://n9.cl/5p8ee>  
Figura 60 - <https://n9.cl/qp7y>  
Figura 61 - <https://n9.cl/218bc>  
Figura 62 - <https://n9.cl/972xr>  
Figura 63 - <https://n9.cl/hnhzy>  
Figura 64 - <https://n9.cl/nufir>  
Figura 65 - <https://n9.cl/rnpc4>  
Figura 66 - <https://n9.cl/ti45a>  
Figura 67 - <https://n9.cl/0jw0df>  
Figura 68 - <https://n9.cl/0jw0df>  
Figura 69 - <https://n9.cl/0jw0df>  
Figura 70 - <https://n9.cl/0jw0df>  
Figura 71 - <https://n9.cl/0jw0df>  
Figura 72 - <https://n9.cl/fmpdbj>  
Figura 73 - <https://n9.cl/lt5f8>  
Figura 74 - <https://n9.cl/8gtxua>  
Figura 75 - <https://n9.cl/ug8h4u>  
Figura 76 - <https://n9.cl/b5o26>  
Figura 77 - <https://n9.cl/3yc9x>  
Figura 78 - <https://n9.cl/owv4h2>  
Figura 79 - <https://n9.cl/1rn02>  
Figura 80 - Autoras  
Figura 81 - Autoras  
Figura 82 - Autoras  
Figura 83 - Autoras  
Figura 84 - <https://n9.cl/u521n>  
Figura 85 - <https://n9.cl/sjk82>  
Figura 86 - <https://n9.cl/dh74s>  
Figura 87 - Autoras  
Figura 88 - <https://n9.cl/tfyvv>  
Figura 89 - <https://n9.cl/e8s0dg>  
Figura 90 - <https://n9.cl/kklcv>  
Figura 91 - Autoras  
Figura 92 - <https://n9.cl/itdq>  
Figura 93 - <https://n9.cl/a2qol>  
Figura 94 - <https://n9.cl/1r89f>  
Figura 95 - Autoras  
Figura 96 - Autoras  
Figura 97 - Autoras  
Figura 98 - Autoras  
Figura 99 - Autoras  
Figura 100 - Autoras

# RESUMEN

## **Diseño de un producto editorial ilustrado e interactivo y un kit de elementos gráficos para el autocuidado y el bienestar emocional de jóvenes en la vida universitaria**

El presente estudio se encuentra enfocado en la problemática de los desafíos emocionales y de adaptación que puede haber influido en el rendimiento y la salud mental de los estudiantes universitarios. Es así que, a través de una revisión bibliográfica, se destacó la importancia del diseño gráfico como herramienta de comunicación en el desarrollo para promover el bienestar emocional y de autorregulación. Considerando las necesidades del usuario y diversificando productos para un mayor calidad y accesibilidad. Se propuso el desarrollo de materiales editoriales e interactivos, comenzando con un libro y complementándolo con un kit de cartas, para fomentar el autocuidado y la salud mental durante la vida universitaria.

Palabras clave: Salud mental, desafíos emocionales, experiencia universitaria, diseño gráfico.



# ABSTRACT

## Design of an illustrated and interactive editorial product and a kit of graphic elements for self-care and emotional well-being of young people in college life

The present study is focused on the issue of emotional and adaptive challenges that may have influenced the performance and mental health of college students. Thus, through a literature review, the importance of graphic design as a developmental communication tool to promote emotional well-being and self-regulation was highlighted. Considering the user's needs and diversifying products for better quality and accessibility. The development of editorial and interactive materials was proposed, starting with a book and complementing it with a card kit, to promote self-care and mental health during university life.

Keywords: Mental health, emotional challenges, college experience, graphic design.

