



illa
nte

rilla
mente



DISEÑO DE APLICATIVO MÓVIL PARA EL MANEJO DE LA SALUD MENTAL EN JÓVENES DE 14 A 17 AÑOS EN LIMA METROPOLITANA

Design of a mobile application for the management of mental health in young people aged 14 to 17 in Metropolitan Lima

ANDREA CAROLINA SIU LAM

Carrera de Arte y Diseño Empresarial
Universidad San Ignacio de Loyola. Lima, Perú

RESUMEN

Por mucho tiempo la salud mental no ha sido considerada como necesaria en la sociedad, en este caso específico, la peruana. Esto ha tenido como consecuencia que su desarrollo como área no haya sido el adecuado y, por ende, que haya una falta de conocimiento sobre el tema. Por ello, es fundamental que se entienda que la salud mental es un estado de bienestar importante para la persona, porque está estrechamente relacionada con el desarrollo personal.

La adolescencia es una etapa en la que el ser humano es vulnerable a muchos cambios personales; no solo existe un gran cambio en el nivel físico sino también en el mental, pues la persona pasa por el proceso de convertirse en un adulto. Por ello, es importante que exista una educación en salud mental como herramienta para atravesar esta etapa, pues la falta del mismo podría afectar significativamente el desarrollo personal de los adolescentes.

Así, desde el diseño multimedia, interfaz y experiencia de usuario, este proyecto propone la creación de un aplicativo móvil para el manejo de la salud mental en los jóvenes de 14 a 17 años de Lima Metropolitana. Se espera que esta propuesta se convierta en una pieza de información y una herramienta de apoyo y desarrollo, en favor del adolescente.

PALABRAS CLAVE

Salud mental, adolescentes, aplicativo móvil, desarrollo personal, diseño UX/UI

ABSTRACT

For a long time, mental health has not been considered necessary in society, in this specific case, the Peruvian one. This has had the consequence that its development as an area has not been adequate and, finally, that there is a lack of knowledge on the subject. Therefore, it is essential to understand that mental health is an important state of well-being for the person, because it is related to personal development.

Adolescence is a stage in which the human being is vulnerable to many personal changes; There is not only a great change on the physical level but also on the mental level, as the person goes through the process of becoming an adult. Therefore, it is important that there is mental health education as a tool to go through this stage, since the lack of it could significantly affect the personal development of adolescents.

Thus, from the multimedia design, interface and user experience, this project proposes the creation of a mobile application for the management of mental health in young people from 14 to 17 years of age in Metropolitan Lima. It is hoped that this proposal will become a piece of information and a support and development tool, in favor of the adolescent.

KEYWORDS

Mental health, teenagers, mobile app, personal development, design UX/UI

Según la Organización Mundial de la Salud (2022), la salud mental es un estado de bienestar que permite tener una salud integral. Así, la persona puede desarrollarse adecuadamente, de manera individual y en comunidad.

En la actualidad, la salud mental es un área a la que en el Perú aún le falta mucho por desarrollar. Si bien existe la Ley de Salud Mental (ley 30947), que promueve un modelo de atención comunitaria, «su aplicación se enfrenta a un país donde el sistema sanitario no cuenta con los recursos para ofrecer una atención de calidad» (Redacción RPP, 2022). Asimismo, existe una falta de presupuesto. Según el Ministerio de Salud «se necesita entre el 5% y el 15% del presupuesto nacional para salud mental. Sin embargo, en el 2018, el presupuesto destinado solo representaba el 0.1% del presupuesto nacional y el 1% del presupuesto del sector salud» (Enterarse, 2019).

Por lo tanto, debido a que, hasta el momento, el desarrollo de la salud mental ha sido escaso, no existe un conocimiento sobre el tema. Por ello, este proyecto se centrará en la falta de educación en salud mental.

Para fines prácticos de la investigación, se decidió escoger como grupo de estudio a los adolescentes, ya que se encuentran en una etapa complicada, por lo que es necesario que conozcan de salud mental para poder manejar mejor esta etapa y, con ello, mejorar su propio desarrollo.



FIGURA 1

Siu, A. (2022). *Moodboard del problema* [diseño digital]

INVESTIGACIÓN

Para el análisis del problema, se utilizaron diversas fuentes de información, como estudios académicos. Sin embargo, para ahondar en el tema, se realizaron cuatro entrevistas.

En primer lugar, se realizó una entrevista a una adolescente de 16 años de Lima Metropolitana, para conocer sobre su día a día, posibles estresores, opinión y conocimiento en salud mental, al ser ella una paciente diagnosticada con depresión y ansiedad. Seguidamente, se realizó una entrevista a la madre de esta adolescente para conocer su opinión y conocimiento en el tema. En tercer lugar, la entrevista se realizó a la psicóloga y psicoterapeuta, Daniela Amador, con el fin de conocer la importancia de la salud mental, específicamente durante la adolescencia. Y finalmente, la cuarta entrevista fue realizada a una profesora escolar para conocer su opinión y conocimiento en salud mental con el fin de apoyar a sus alumnos.

RESUMEN DE RESULTADOS

En primer lugar, según la psicóloga, los adolescentes están en una etapa complicada y delicada, en la que pasan por varios cambios tanto físicos como mentales. Se están conociendo a sí mismos para formar una identidad más clara. Están en el proceso de dejar de ser niños y convertirse en adultos. Por otro lado, es un tiempo en el que se ven temas de toma de decisiones y autocontrol. Además, se pueden llegar a desarrollar conductas evitativas, de riesgo, etc. Por esto, es importante que un profesional guíe y acompañe al adolescente.

En segundo lugar, las entrevistadas consideran que la salud mental y la educación en esta es importante. La psicóloga comentó que aprender sobre salud mental podría prevenir muchas conductas de riesgo, porque se aprendía a identificar las señales. Además, esta educación sería una herramienta de autocuidado y crecimiento. La madre comentó que es importante «darles las herramientas y la información necesaria para que sepan qué es lo que están pasando y por qué lo están pasando».

Por otro lado, es fundamental que las personas del entorno del adolescente también estén informadas. Por ejemplo, la adolescente comentó que sentía que sus padres, al no estar informados, no la entendían. Su madre comentó que, si hubiera aprendido del tema antes, habría podido manejar mejor la situación. Por ello, todos en la sociedad deberían conocer sobre salud mental para lograr crear una red de apoyo y que exista un trabajo conjunto como guías entre los profesionales, los colegios, los padres y los adolescentes.

Una sociedad más informada en el tema reduciría problemas como el estigma social, la romantización de los trastornos y la confusión general. Como la adolescente comentó: «Un poco de investigación y conocimiento no le hace mal a nadie».

Finalmente, se concluye que se debe trabajar con los más pequeños para poder asegurar un desarrollo y sociedad más equilibrados.

PROYECTO DE DISEÑO

El proyecto consiste en el desarrollo de un aplicativo móvil sobre salud mental para que los adolescentes puedan aprender y nutrirse acerca del tema. Este será una pieza de información y una herramienta de apoyo y desarrollo personal.

Este proyecto se va a realizar bajo el concepto de «conciencia positiva», en tanto la conciencia es el ser capaz de profundizar y entender lo que sucede tanto dentro como fuera de la persona.



FIGURA 1

Siu, A. (2022). *Moodboard del concepto* [diseño digital]

Luego, junto con un pensamiento positivo, se espera crear un espacio seguro para poder comunicar e interactuar con los adolescentes, y que se genere el autoconocimiento y la introspección.

Todo esto se desarrollaría a través de un aplicativo, porque, gracias al diseño UX/UI, se convierte en un medio que permite una fácil interacción con su público. Esto se debe a la inmediatez de la comunicación, al poder de atraer la atención, entre otros, lo que permitiría enseñar sobre salud mental de una manera didáctica y dinámica.

PROCESO DE DISEÑO

En primer lugar, para la creación de la marca, durante el proceso del naming se realizó una lluvia de palabras asociadas al concepto. Así, se sortearon palabras relacionadas con la mente y lo positivo.



FIGURA 3

Siu, A. (2022). *Lluvia de palabras clave* [diseño digital]

Con ellas se decidió hacer un juego de palabras que se asemejan a términos como «sanamente», «claramente», «felizmente», etc. La razón por la que se escogió el nombre «Brillamente» es porque se quiere manejar el tema de la salud mental desde una mirada alegre; en otras palabras, se quiso dar y ver la salud mental desde esta luz brillante.

Seguidamente, a través de bocetos, se consideraron elementos gráficos que se pudieran asociar con el nombre escogido: la síntesis de la cabeza o mente de una persona y la expresión facial de templanza o tranquilidad. Asimismo, se consideraron otros elementos como rayitos para simular algo brillante; sonrisas para simular la alegría y lo positivo, etc.

En general, se decidió trabajar algo amigable y divertido, desde la composición del nombre junto con los brillos y la sonrisa, hasta los colores y tipografía. Además, con los mismos elementos base, se pudo generar un ícono representativo de la marca.



FIGURA 4

Siu, A. (2022). *Bocetos de marca* [dibujo a lápiz sobre papel]

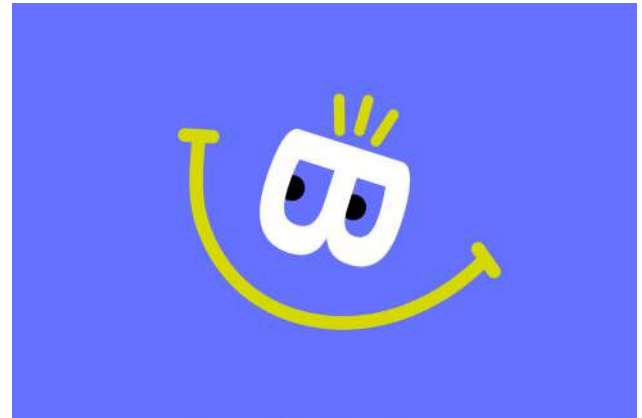


FIGURA 5

Siu, A. (2022). *Marca del proyecto* [diseño digital]



FIGURA 6

Siu, A. (2022). *Prototipo del proyecto* [diseño digital]

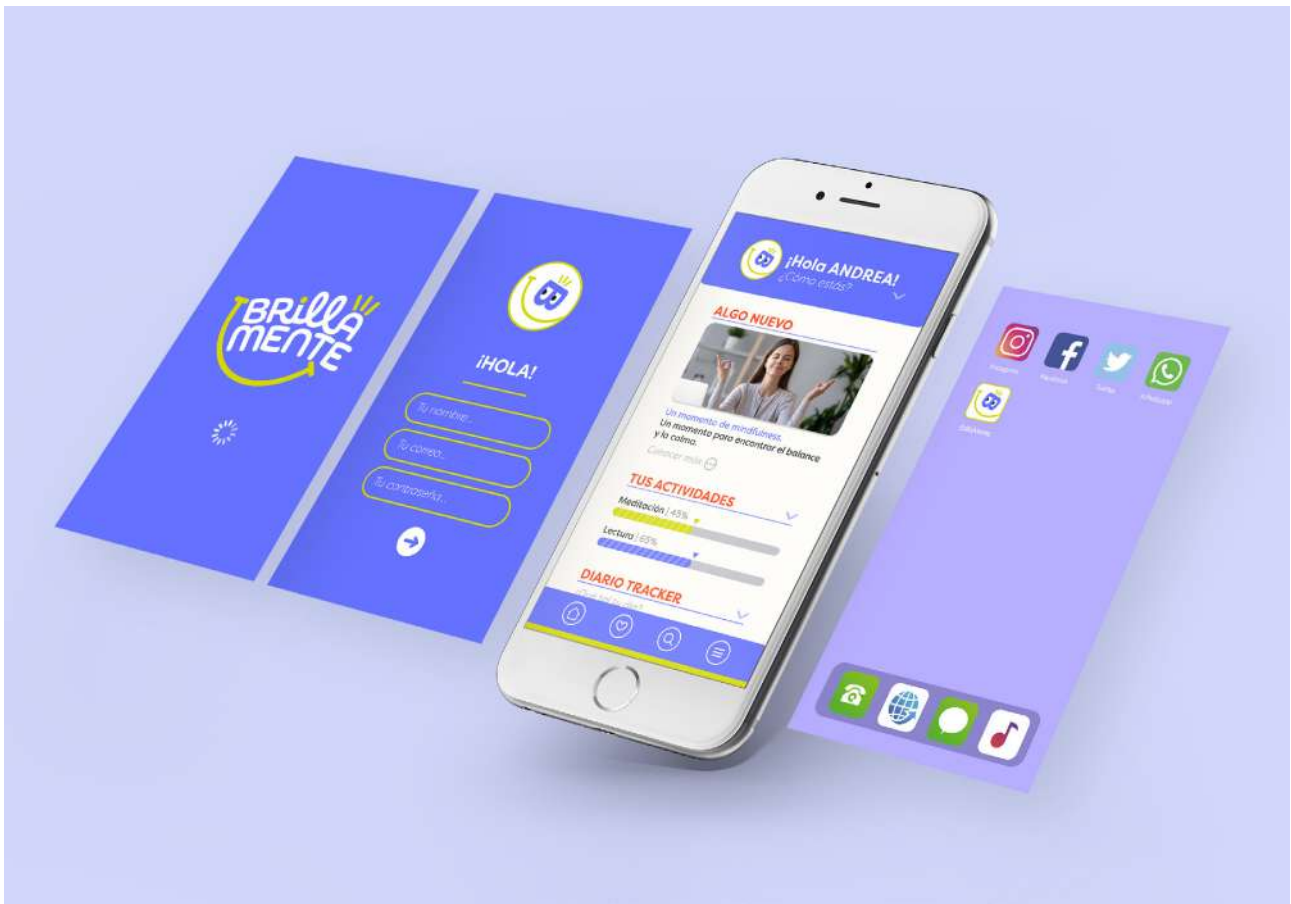


FIGURA 7

Siu, A. (2022). *Mockup del proyecto* [dibujo a lápiz sobre papel]

Finalmente, como pieza principal se tiene el aplicativo móvil. Sin embargo, para complementarlo, se pueden proponer piezas de diseño adicionales. En general, se plantea la realización de una campaña de comunicación integrada de marketing. En el caso específico del lanzamiento del aplicativo, se puede considerar la creación de perfiles y contenido en redes sociales para promocionar el producto digital, ya que estas son un medio al cual los adolescentes recurren en su día a día.

REFERENCIAS

Enterarse. (2019). *¿Cuál es la situación de la salud mental en el Perú?* <https://bit.ly/3Acy84D>

Organización Mundial de la Salud. (2022). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta.* <https://bit.ly/3u5Y2CX>

Redacción RPP. (2022). *Ley de Salud Mental: ¿se ajusta la nueva norma a la realidad peruana?* <https://bit.ly/3AbF1mw>