

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD
CATÓLICA DEL PERÚ**

FACULTAD DE ARTE Y DISEÑO



Diseño de serie de micro animaciones para contribuir a la presentación de temas relacionados con la gestión y educación de la menstruación.

Tesis para obtener el título profesional de Licenciado en Arte con mención en Diseño Gráfico que presenta:

Salazar Melgarejo, Ingrid Estefany

Asesora:

Ávalos Carrillo, Guillermina Victoria

Lima, 2023

Informe de Similitud

Yo, Guillermina Victoria Avalos Carrillo, docente de la Facultad de Arte y Diseño de la Pontificia Universidad Católica del Perú, asesor(a) de la tesis titulada:

Diseño de serie de micro animaciones para contribuir a la presentación de temas relacionados con la gestión y educación de la menstruación.

del/de la autor(a)/ de los(as) autores(as)

Ingrid Estefany Salazar Melgarejo

dejo constancia de lo siguiente:

- El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud de **11%**. Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software *Turnitin* el **28/08/2023**.
- He revisado con detalle dicho reporte y la Tesis, y no se advierte indicios de plagio.
- Las citas a otros autores y sus respectivas referencias cumplen con las pautas académicas.

Lugar y fecha: Lima, 28 de agosto de 2023

| | |
|---|--|
| Apellidos y nombres del asesor / de la asesora: <u>AVALOS CARRILLO, GUILLERMINA VICTORIA</u> | |
| DNI: 07897880 | Firma |
| ORCID: 0000-0001-6740-0752 |  |

DEDICATORIA

A mis padres, por su cariño, sacrificio y apoyo incondicional durante todos estos años, y por ser mi fuente principal de motivación.



AGRADECIMIENTOS

A todas las personas que contribuyeron en la investigación del proyecto y asimismo su evaluación. Gracias a la docente Milagro Farfán por su constante apoyo y a mi asesora Guillermina Ávalos por su paciencia; de igual manera, también agradezco la participación de las distintas profesionales, docentes, participantes y amigos, que hicieron posible el desarrollo de este proyecto.



RESUMEN

El presente estudio aborda el tema de la menstruación, un proceso natural e importante para la salud femenina que tiende a ser ocultado; la mayoría de niñas y adolescentes viven su primera menstruación o menarquia de manera solitaria, con vergüenza y miedo debido a la escasa información y la circulación de mitos o tabúes culturales alrededor de esta, la cual no solo afecta en sus vivencias psico-sociales sino que repercuten en su salud general.

De tal manera, se analizan las raíces de esta problemática a nivel del estado peruano, donde se encontró que existe muy poca información sobre el tema al alcance de niñas y adolescentes entre los 10 a 15 años, y que el material existente enfocado en las necesidades de este público tiende a ser desactualizado o de difícil acceso. Por tal motivo, se propone una medida concreta que contribuya a la educación y gestión menstrual, un proyecto de diseño de una serie de micro animaciones que comunique asertivamente información y experiencias durante el ciclo menstrual.

A través del diseño, se busca implementar material educativo que sea didáctico y accesible para el público con una gráfica, narrativa y comunicación que mejore las experiencias educativas desde el hogar; teniendo como eje principal el juego pues es ideal durante la etapa de niñez. El proyecto "Fluyo" ofrece un enfoque innovador que busca transformar los discursos negativos en torno a la menstruación, y fortalecer la confianza en la reapropiación y cuidado del cuerpo desde una perspectiva bio-psico-social; busca generar un impacto significativo en la salud y empoderamiento de niñas y mujeres.

ABSTRACT

The current research explores menstruation, an important natural process in female health that tends to be hidden; meanwhile, most children and teenagers live their first menstruation or menarche on their own, with shame and fear due to the lack of information and myths or cultural taboos that surrounds it, which not only affects their psycho-social experiences but also their general health.

As a result, the roots of this problem are analysed at national scale, where it was found that only few information is available to children and teenagers between 10 and 15 years old, and the existing material tends to be confusing, outdated, or difficult to access. For this reason, it is proposed a concrete measure that contributes to menstrual education and management, a design project consisting of a micro-animations series focused aimed at Peruvian children and teenagers from 10 to 15 years old to communicate assertively information, and situations that occur during the menstrual cycle.

Through design, the goal is to develop educational material that is both didactic and accessible to the public with graphics, narrative, and communication to improve learning experiences at home; having play as the main pillar, as it is ideal during the stage of childhood. The "Fluyo" project offers an innovative approach that transforms the negative narratives around menstruation. In addition, it focuses on reinforcing confidence in the reappropriation and selfcare from a bio-psycho-social perspective. This project is designed to make a major impact on the health and self-empowerment for girls and women.

ÍNDICE DE CONTENIDO

| | |
|---|----|
| INTRODUCCIÓN | 13 |
| CAPÍTULO I. | 15 |
| 1.1. Definición del problema | 15 |
| 1.1.1. Problema principal | 16 |
| 1.1.2. Problemas secundarios | 16 |
| 1.1.3. Citas visuales del problema | 16 |
| 1.1.4. Collage resumen del problema | 22 |
| 1.2. Justificación | 23 |
| 1.3. Objetivos | 24 |
| 1.3.1. Objetivo principal de la investigación | 24 |
| 1.3.1. Objetivos secundarios de la investigación | 24 |
| 1.4. Pregunta de investigación | 24 |
| 1.5. Hipótesis | 24 |
| CAPÍTULO II. | 25 |
| 2.1. Marco teórico del problema | 25 |
| 2.1.1. Ciclo menstrual y sistema reproductivo | 25 |
| 2.1.1.1. Definición | 25 |
| 2.1.1.1.1. Fisiológico | 25 |
| 2.1.1.1.2. Psicológico | 26 |
| 2.1.1.1.3. Cultural y social. | 27 |
| 2.1.1.2. Enfermedades derivadas del ciclo menstrual | 27 |
| 2.1.1.3. Escasa información | 28 |
| 2.1.2. El tabú de la menstruación | 30 |
| 2.1.2.1. El tabú menstrual en el Perú | 31 |
| 2.1.2.2. Experiencias de la menarquía | 32 |
| 2.1.2.3. Vergüenza e invisibilización | 33 |
| 2.1.2.4. Enfoque de género | 34 |

| | |
|---|----|
| 2.1.2.5. Activismo menstrual | 35 |
| 2.1.3. Educación menstrual. | 37 |
| 2.1.3.1. Educación menstrual para hombres | 38 |
| 2.1.3.2. Educación menstrual para mujeres | 39 |
| 2.1.3.3. Entorno familiar | 40 |
| 2.2. Marco teórico de la especialidad de diseño | 41 |
| 2.2.1. Animación y medios digitales para la educación | 41 |
| 2.2.1.1. Educación en medios digitales | 41 |
| 2.2.1.2. Cortometraje como material educativo | 42 |
| 2.2.1.3. Animación como herramienta educativa | 43 |
| 2.2.1.4. Formato "Micro animación" | 45 |
| 2.2.1.5. Storytelling | 46 |
| 2.2.1.6. Técnicas de animación | 48 |
| 2.2.1.6.1. Animación 3D. | 48 |
| 2.3. Estado del arte | 49 |
| 2.3.1. Lullaby Theories (Coat of Arms, 2017) | 49 |
| 2.3.2. The School of Life (The School of Life, 2014) | 50 |
| CAPÍTULO III. | 51 |
| 3.1. Metodología | 51 |
| 3.2. Descripción de los actores | 52 |
| 3.2.1. Niñas y adolescentes entre 10 a 15 años | 52 |
| 3.2.2. Niños y Adolescentes | 53 |
| 3.2.3. Madres | 53 |
| 3.2.4. Padres | 53 |
| 3.2.5. Tutores de familia | 54 |
| 3.2.6. Profesionales de la salud | 54 |
| 3.2.7. Activistas | 54 |
| 3.3. Descripción del campo | 54 |

| | |
|---|------------|
| 3.4. Resultados de entrevistas | 55 |
| 3.5. Resultados de encuestas | 56 |
| CAPÍTULO IV. | 59 |
| 4.1. Concepto | 59 |
| 4.1.1. Citas visuales del concepto | 59 |
| 4.1.2. Collage resumen del concepto | 65 |
| 4.1.3. Mapa de palabras asociadas | 65 |
| 4.2. Descripción del proyecto de diseño | 66 |
| 4.2.1. Diseño de Marca | 67 |
| 4.2.1.1. Citas Visuales | 67 |
| 4.2.1.2. Logotipo | 71 |
| 4.2.1.3. Tipografía | 73 |
| 4.2.1.4. Sistema de color | 75 |
| 4.2.1.5. Universo gráfico | 77 |
| 4.2.2. Diseño de personajes | 80 |
| 4.3. Objetivos del proyecto | 86 |
| 4.4. Diseño de la comunicación | 86 |
| 4.5. Descripción del público objetivo | 89 |
| 4.6. Relación entre público objetivo y proyecto | 90 |
| 4.7. Pieza Principal | 92 |
| 4.7.1. Capítulos | 98 |
| 4.8. Piezas Complementarias | 122 |
| 4.9. Relevancia del proyecto, innovación, creatividad | 124 |
| JUICIO DE PARES | 127 |
| CONCLUSIONES | 129 |
| RECOMENDACIONES | 131 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 132 |
| ANEXOS | 136 |

LISTA DE TABLAS

| | |
|-------------------------------------|-----|
| Tabla 1. Preproducción. | 92 |
| Tabla 2. Producción | 94 |
| Tabla 3. Listado de episodios | 95 |
| Tabla 4. Escaleta del episodio uno. | 98 |
| Tabla 5. Escaleta – Episodio 3 | 111 |
| Tabla 6. Escaleta – Episodio 6 | 117 |
| Tabla 7. Escaleta – Episodio 7 | 120 |



LISTA DE FIGURAS

| | |
|--|----|
| Figura 1. Campaña publicitaria de la marca Ladysoft. | 16 |
| Figura 2. Póster promocional de la película "Turning Red" | 17 |
| Figura 3. Fotografía de toalla higiénica. | 17 |
| Figura 4. La fiesta de la primera menstruación. | 18 |
| Figura 5. Video experimental sobre la mancha menstrual. | 18 |
| Figura 6. Infografía del diario El Comercio. | 19 |
| Figura 7. Fotografía sobre la anemia escolar. | 19 |
| Figura 8. Representación ilustrada de la "endometriosis" | 20 |
| Figura 9. Ilustración sobre los sobrenombres de la menstruación. | 20 |
| Figura 10. Pieza gráfica sobre la menstruación. | 21 |
| Figura 11. Búsqueda de Google. | 21 |
| Figura 12. Post de Instagram de Mercado Negro | 22 |
| Figura 13. Collage del problema principal. | 22 |
| Figura 14. Instagram del colectivo "Somos menstruantes". | 36 |
| Figura 15. Instagram del colectivo "Juntas". | 36 |
| Figura 16. Instagram del colectivo "Vera". | 37 |
| Figura 17. Resultado de encuesta para el proyecto | 40 |
| Figura 18. Serie de vídeos "Lullaby theories" | 49 |
| Figura 19. Serie de videos "The School of Life" | 50 |
| Figura 20. Libertad | 60 |
| Figura 21. Olas de mar | 61 |
| Figura 22. mauvais gout (sometimes) | 61 |
| Figura 23. Turning Red | 62 |
| Figura 24. El Día de la Salud Menstrual. | 62 |
| Figura 25. Qué rico menstruo | 63 |
| Figura 26. Nosotras: Sangrar es normal | 63 |
| Figura 27. Menstrual Cycle | 64 |
| Figura 28. Niñas y adolescentes seguras. | 64 |
| Figura 29. Collage digital del concepto. | 65 |
| Figura 30. Mapa de palabras asociadas | 65 |
| Figura 31. Colgate | 68 |
| Figura 32. Diseño tipográfico | 68 |
| Figura 33. Lettering | 69 |
| Figura 34. "More happy fellas just popping in your feed" | 69 |
| Figura 35. Inside Out | 70 |
| Figura 36. Póster Totokaelo | 70 |
| Figura 37. BAY SUMMER FUN X Philippe Katerine | 71 |
| Figura 38. Pauta de animación del logotipo | 72 |
| Figura 39. Pieza 3D del logotipo | 72 |
| Figura 40. Logotipo Fluyo | 73 |
| Figura 41. Tipografías de Fluyo | 74 |
| Figura 42. Tipografía "Manrope" | 74 |
| Figura 43. Tipografía "Pillowlava" | 75 |
| Figura 44. Sistema de color de Fluyo | 77 |
| Figura 45. Elementos gráficos | 78 |
| Figura 46. Tramado de Fluyo | 79 |
| Figura 47. Moodboard Fluyo | 79 |

| | |
|--|-----|
| Figura 48. Bocetos de personajes | 81 |
| Figura 49. Diseño lineal de personajes | 82 |
| Figura 50. Diseño de personajes | 83 |
| Figura 51. Personajes de Fluyo 2D | 83 |
| Figura 52. Artes conceptuales de Wen | 84 |
| Figura 53. Artes conceptuales de Vu. | 84 |
| Figura 54. Artes conceptuales de Nina | 85 |
| Figura 55. Artes conceptuales de Bao | 85 |
| Figura 56. Instagram de Fluyo. | 88 |
| Figura 57. TikTok de Fluyo. | 88 |
| Figura 58. Cartel social promocional | 89 |
| Figura 59. Público objetivo | 91 |
| Figura 60. Boceto de Storyboard – Episodio 1 | 101 |
| Figura 61. Storyboard – Episodio 1 | 102 |
| Figura 62. Artes conceptuales – Episodio 1 | 104 |
| Figura 63. Storyboard – Episodio 3 | 114 |
| Figura 64. Greater than Avatars | 123 |
| Figura 65. Diseño de póster para Fluyo | 124 |



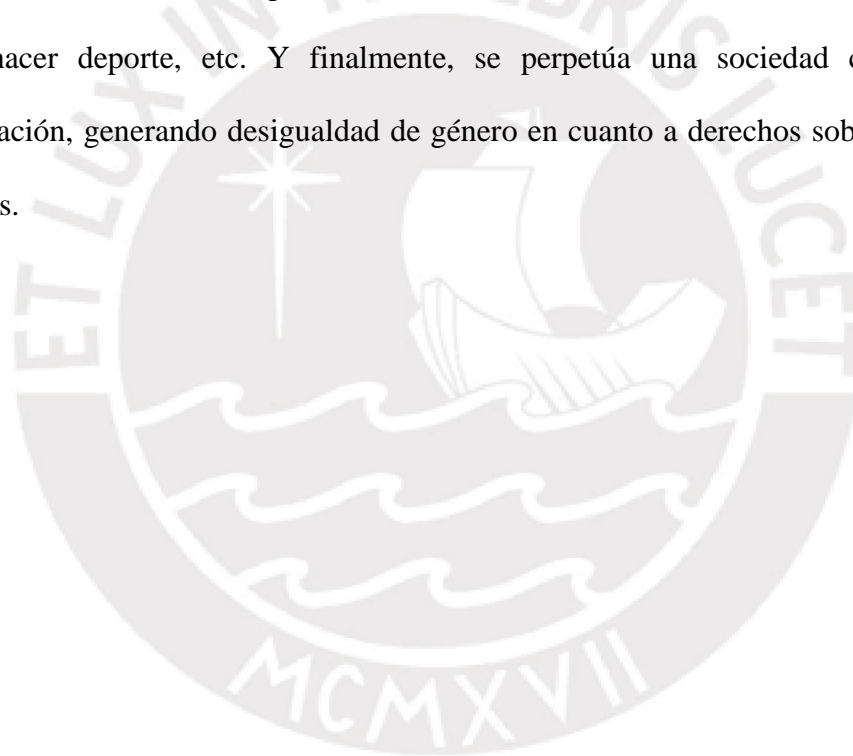
Introducción

En la última década, se ha observado avances con respecto a la información y educación sexual dirigido a los adolescentes en la sociedad, sin embargo, en el Perú, el programa de Educación Sexual Integral (ESI) se ha convertido en tema de debate y regulaciones por parte del estado, lo cual ha perjudicado su implementación (Guerrero, 2021). Un tema pendiente en la agenda es la menstruación, la cual es reducida a su enfoque meramente reproductivo o biológico cargado con prejuicios de género y cuya información es impartida de forma tardía, cuando la mayoría de las infancias ya han experimentado su primera menstruación. Además, aún existen muchos tabúes, mitos y creencias alrededor de ésta por parte de la sociedad debido a la desinformación. Un estudio realizado por el Instituto de Estudios Peruanos (IEP, 2020) por encargo de UNICEF Perú reveló que el 10% de las niñas y adolescentes no sabían de qué trataba la menstruación porque nunca recibieron información ni en sus casas ni en la escuela y que el 99% de las chicas experimentan sentimientos de vergüenza alrededor de esta.

La menarquia, aparición de la primera menstruación, suele darse entre los 9 y 15 años aproximadamente, durante la pubertad. Es en esta etapa cuando las niñas y adolescentes deben obtener acceso a la información y herramientas necesarias para su autoconocimiento y una correcta gestión de salud menstrual. La escasez de información oportuna y de calidad, así como también la cantidad de desinformación son el problema principal; desde el comienzo se enseña su censura, lo cual origina que las niñas experimenten su menstruación con miedo y vergüenza. Es importante mencionar que los prejuicios y creencias que envuelven a la menstruación son generacionales y muchas veces son transmitidos por los mismos padres de familia o tutores en el hogar.

Por otro lado, el miedo y la vergüenza provienen de la exclusión que suele hacer el hombre en este proceso. Niños y niñas parecen conocer más sobre supersticiones que hechos reales sobre la menstruación y una de las razones por las que suelen tener miedo a hablar de

esta, es la falta de conocimiento y confianza en usar términos científicos sin avergonzar a los hombres (Warren, 1985). Esto da lugar a casos como el que expone el estudio realizado por el (IEP, 2020) donde se revela que “57% de las adolescentes peruanas ha escuchado burlas por parte de los varones. Ellos asocian la menstruación como algo sucio y que da asco. Por lo tanto, las niñas no hablan del tema con nadie, a excepción de su madre.” Estas situaciones tienen como consecuencia el miedo y la vergüenza durante el desarrollo integral de las niñas y adolescentes peruanas; ignorancia de la salud menstrual y desarrollo de diagnósticos tardíos al no identificar signos patológicos o desbalances durante la menstruación. Asimismo, el impedimento de realizar actividades cotidianas como asistir al colegio, hacer deporte, etc. Y finalmente, se perpetúa una sociedad con tabúes y desinformación, generando desigualdad de género en cuanto a derechos sobre la salud de las mujeres.



CAPÍTULO I

1. 1. Definición del problema

La menarquía es apreciada por muchas culturas como uno de los principales procesos femeninos, pero también como el inicio de una serie de valoraciones, casi siempre negativas, hacia las mujeres y sus sangrados periódicos (Ramírez, 2016).

Las niñas y adolescentes entre los 9 a 15 años, que experimentan la menarquía suelen obtener información, en su mayoría, a través de figuras maternas cercanas a ellas. El hogar es el espacio en el cual reciben la mayor cantidad de herramientas y conocimientos por ser el lugar más adecuado para su desarrollo integral. El problema radica en que, tanto en el hogar, la escuela y la sociedad, la menstruación es un tema abordado desde un enfoque reproductivo, se reduce a indicarles que es normal y que a todas las mujeres les pasa, omitiendo información importante como las propias bases del porqué, cómo, cuándo, etc., (Ames y Yon, 2020). Y a la misma vez, se invisibiliza el enfoque psicológico y social que es parte esencial del proceso.

Además, es importante mencionar que al ser considerado un tema solo de mujeres, se excluye a la figura masculina en todos los entornos, incluso en el familiar. Esto genera segregación del sexo masculino, quienes al ser personas desinformadas conciben este proceso erróneamente y desde el tabú. “Tenían más vergüenza de que se enteren los varones. (...) los hombres, además de no entender lo que sucede en el cuerpo de las mujeres, se pueden burlar” (Ames y Yon, 2020, p. 29).

Esta falta de información de calidad genera que las niñas crezcan y se desarrollen bajo un contexto inseguro donde se les ha inculcado ocultar todo signo de este proceso. El estudio realizado por el IEP (2020) arrojó que “el 99% de las entrevistadas indican haber sentido vergüenza de mancharse. La preocupación de mancharse no solo es por el miedo a ser vistas sino a ser detectadas por el olor”. Esto se debe al concepto erróneo que la sociedad le

atribuye a la sangre menstrual, la cual es vista como un signo de suciedad y desprecio, siendo en realidad un signo positivo de salud.

1.1.1 Problema principal

El problema principal identificado fue: Vergüenza durante la menstruación debido a la escasa información proporcionada en el entorno familiar en niñas y adolescentes peruanas de 10 a 15 años.

1.1.2 Problema secundario

Y los problemas secundarios son: la construcción de tabúes y el diagnóstico tardío en enfermedades del sistema reproductivo como consecuencia del sentimiento de vergüenza durante la menstruación debido a la escasa información proporcionada en el entorno familiar en niñas peruanas de 10 a 15 años.

1.1.3 Citas visuales del problema

Para visualizar el problema a fondo se seleccionó una serie de imágenes que representan la vergüenza y el tabú que se dan en distintos lugares como el espacio público y privado, instituciones educativas, en los medios publicitarios y televisivos; así como representaciones de las consecuencias a la salud integral de niñas y adolescentes.

Figura 1:

Campaña publicitaria de la marca Ladysoft.



Nota. Invisibilización de la Menstruación. Ladysoft (2021).

Figura 2:

Póster promocional de la película "Turning Red"



Nota. La imagen representa la menstruación durante la pubertad con el personaje de un panda rojo. Disney PR Argentina (2022).

Figura 3:

Fotografía de toalla higiénica.



Nota. Representación de la sangre menstrual con pluma roja como analogía. Moussa (s.f.)

Figura 4:

La fiesta de la primera menstruación.



Nota. Viñeta que cuestiona la felicitación de la llegada de la menstruación ligada a la función de la maternidad y su ocultamiento. Budasoff (2019).

Figura 5:

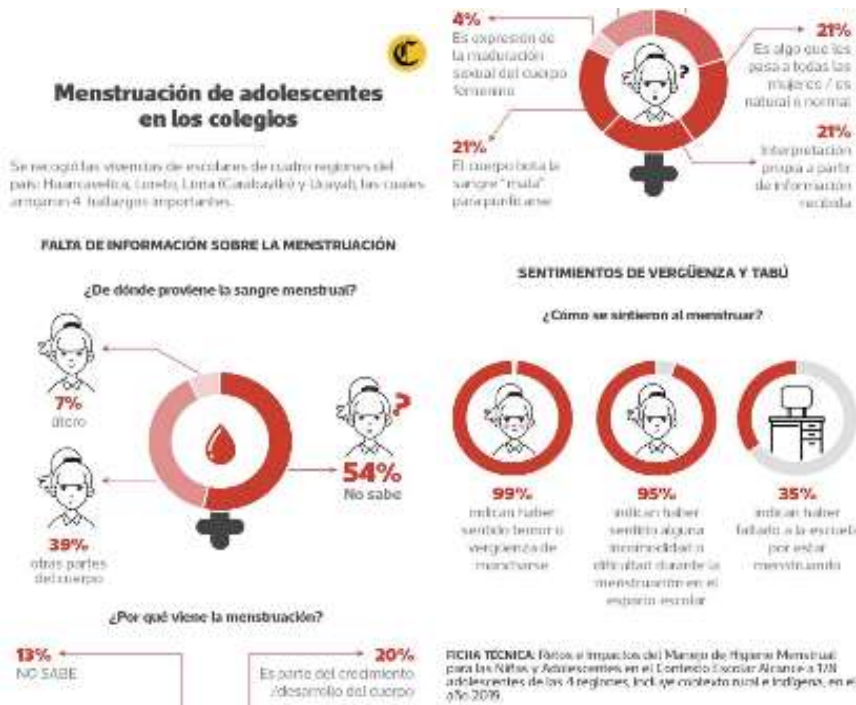
Video experimental sobre la mancha menstrual



Nota. Captura de pantalla de un vídeo sobre un experimento social donde se visibiliza la experiencia de una adolescente con una mancha menstrual en público. Treeman (2021).

Figura 6:

Infografía del diario El Comercio.



Nota. Estudio 'Retos e Impactos del Manejo de Higiene Menstrual para las Niñas y Adolescentes en el Contexto Escolar' realizado por Unicef y el Instituto de Estudios Peruanos (IEP). Carrasco (2019).

Figura 7:

Fotografía sobre la anemia escolar.



Nota. Fotografía que retrata la condición escolar de anemia en adolescentes como una causa común por el sangrado menstrual abundante. MINSA (2013).

Figura 8:

Representación ilustrada de la “endometriosis”



Nota. Endometriosis: enfermedad incurable y de diagnóstico tardío que afecta a 1 de cada 10 mujeres.

INTIMINA (2021).

Figura 9:

Ilustración sobre los sobrenombres de la menstruación.



Nota. Sobrenombres y formas de no llamar a la menstruación por su nombre. Copauva (s.f.).

Figura 10:

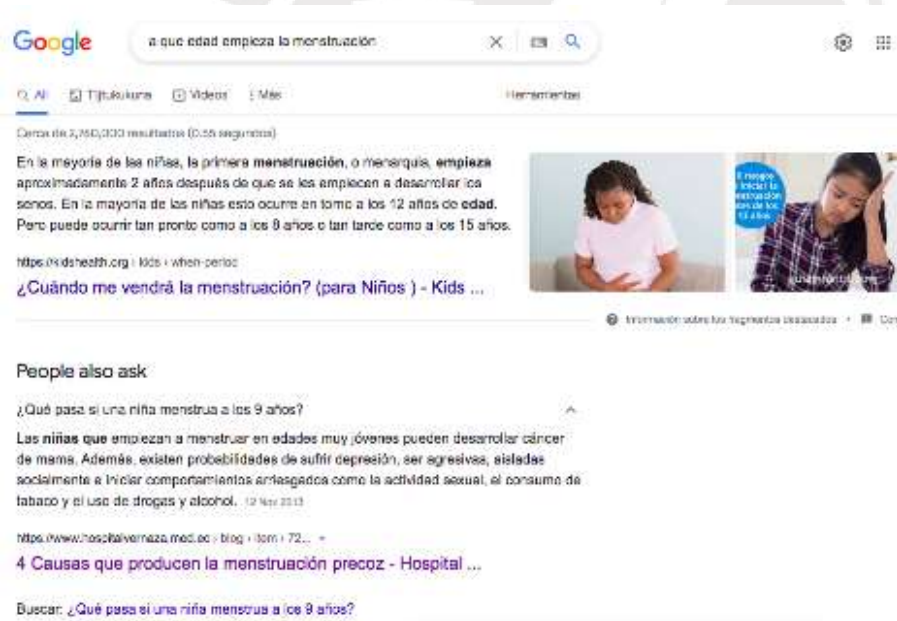
Pieza gráfica sobre la menstruación.



Nota. Representación del estigma de ocultamiento hacia la menstruación en medios. Irene de Pablo (2022).

Figura 11:

Búsqueda de Google.



Nota. Captura de pantalla de Google a la pregunta “A qué edad empieza la menstruación” que muestran como primeros resultados información erróneo y estigmatizada (2022).

Figura 12:

Post de Instagram de Mercado Negro



Nota. Captura de pantalla de publicación de una noticia en *Instagram* sobre un experimento social para promover una marca de productos menstruales. Mercado Negro (2022).

1.1.4 Collage resumen del problema

Figura 13:

Collage del problema principal.



Nota. Captura de pantalla de la última escena del video collage problema del proyecto (2022).

1.2. Justificación

Al tratarse de una problemática que afecta a gran parte de la población mundial, es importante investigarla para identificar los tabúes asociados a la menstruación, porque estos suelen generar un impacto significativo en el estado general de las personas y atentan contra su salud e integridad, además de aumentar las brechas de género. (Builes y Carbona, 2022).

Entonces, el estudio de esta problemática permite revisar y visibilizar afecciones a la integridad física y mental de las mujeres, con el objetivo de promover una mejor calidad de vida; y el reconocimiento temprano de patologías relacionadas a la menstruación como la endometriosis. Otro caso recurrente en la menarquia es la anemia, que afecta a las niñas con una menstruación abundante. “Los factores de riesgo como la menarquia temprana y las menstruaciones abundantes (...) ponen en riesgo la salud de las adolescentes.” (Revista Cubana de Hematología, 2021).

Por otro lado, si bien el tema ha sido abordado desde el marketing y la educación; el primero suele establecer un estudio dirigido a la publicidad de productos de gestión menstrual para un público adulto, y en el segundo caso suelen enfocarse en el contexto escolar para aquellas que ya han experimentado su primera menstruación bajo un enfoque reproductivo. En este caso, el estudio parte de los tabúes internalizados por la sociedad y la experiencia de las niñas que se encuentran con su primera menstruación; además, se analiza el rol del entorno familiar como el lugar de partida para la información, así como también la concepción social de la menstruación como un tema solo de mujeres.

Finalmente, el desarrollo de esta investigación vincula las experiencias de niñas y mujeres con la menarquia, así como también el rol que las figuras adultas en la familia (hombres y mujeres) asumen frente a este proceso donde se ha identificado poco espacio de diálogo. Se sitúa desde lo colectivo, y la importancia de comprender la menstruación para

rearmar discursos, bajo una perspectiva respetuosa e informada que deje atrás el sentimiento de vergüenza para el autoconocimiento y autonomía de las mujeres.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo principal de la investigación. Esta investigación tiene como objetivo principal el dar a conocer y reducir el impacto de la vergüenza durante la menstruación debido a la escasa información proporcionada en el entorno familiar en niñas peruanas de 10 a 15 años.

1.3.2. Objetivos secundarios de la investigación. En primer lugar, la identificación de la construcción de tabúes. Segundo, dar a conocer el diagnóstico tardío en enfermedades del sistema reproductivo como consecuencia de la vergüenza durante la menstruación debido a la escasa información proporcionada en el entorno familiar en niñas peruanas de 10 a 15 años.

1.4. Pregunta de investigación

Tras la propuesta del proyecto, se realiza la pregunta: ¿En qué medida el diseño de una serie de micro animaciones contribuye en presentar temas relacionados con la gestión y educación de la menstruación?

1.5. Hipótesis

El diseño de una serie de micro animaciones contribuye en presentar temas relacionados con la gestión y educación de la menstruación.

CAPÍTULO II

2.1. Marco teórico del problema

2.1.1. Ciclo menstrual y sistema reproductivo

2.1.1.1. Definición

Según el Fondo de Población de la Naciones Unidas (UNFPA) “La menstruación es parte del ciclo menstrual, un ciclo de cambios biológicos que tienen lugar en el sistema reproductivo de una mujer o de una niña para preparar su cuerpo para un posible embarazo.” (2022). Este es un proceso fisiológico y natural que se desarrolla cíclicamente en el cuerpo de las mujeres, que comienza en un rango general desde los nueve a dieciséis años aproximadamente y culmina al final de su fertilidad. Un ciclo menstrual saludable deberá ser regular, teniendo en cuenta que esta regularidad toma en cuenta sus fases, que deberán comportarse con una duración similar, por lo general, el sangrado puede darse cada veintiún a treinta y cinco días y durar en promedio de dos a siete días. (Álvarez, 2022).

La menstruación puede manifestarse de muchas formas y es distinta para cada cuerpo, especialmente tras la menarquia, esta es atendida por el ciclo menstrual que se rige por patrones hormonales en sintonía y están ligados al sistema reproductivo, por lo cual, aunque sean muy diversos de igual forma existe una frecuencia adecuada para todos.

2.1.1.1.1. Fisiológico. En primer lugar, en el aspecto fisiológico, el ciclo menstrual es una serie de cambios hormonales que comienza con la menstruación en el cuerpo de las mujeres al entrar a una etapa reproductiva que se estima entre los nueve años hasta los cincuenta aproximadamente, y dura veintiocho días en promedio, pero puede variar en un margen de siete días anteriores o posteriores. Este ciclo menstrual inicia durante la pubertad y la menarquia, primera menstruación, puede darse en un rango de edad aproximado de nueve a dieciséis años en Perú; la irregularidad en los primeros ciclos es normal por los desajustes hormonales, pero conforme avanza el ciclo se va regulando. Y culmina con la menopausia alrededor de los

cincuenta años, que es cuando el cuerpo femenino deja de producir estrógenos, progesteronas y culmina la ovulación, cesa la menstruación. La medicina lo divide en tres fases: *Folicular*, *Ovulatoria* y *Lútea*. (Liébanas, 2022)

El primer día del ciclo menstrual sucede en el aparato reproductor femenino y consiste en el sangrado proveniente del útero que se desprende a través de la vagina. Esto sucede debido a la producción de óvulos por los ovarios que generan un folículo contenido por células y el óvulo inmaduro, luego será liberado y recogido por las trompas de Falopio en búsqueda de su fecundación y seguirá su camino al útero. Mientras tanto el ovario prepara la pared uterina para el alojamiento del embrión fecundado; tras no producirse, este revestimiento uterino se desprende y provoca la hemorragia que puede durar entre tres a siete días, por lo general son cinco días. (Álvarez, 2022).

2.1.1.1.2. Psicológico. Por otro lado, el aspecto psicológico es relevante para hablar sobre el ciclo menstrual pues las mujeres experimentan cambios somáticos y psicológicos que pueden afectar su estado emocional y anímico debido a la segregación de hormonas que interactúan con distintos componentes neuronales. Estos síntomas son denominados *Síndromes Premenstruales*, los cuales se dividen en: *síntomas premenstruales*, *síndrome premenstrual* (SPM) y *trastorno disfórico premenstrual* (TDPM). (Bocchino, 2004).

“Los ciclos menstruales no tiene como única y exclusiva función la fecundación o maternidad” (Blázquez y Bolaños, 2017); pues como se ha mencionado anteriormente, este confluencia una serie de cambios hormonales que incluyen no solo el sistema reproductor sino también al lado neurológico, pues es un proceso vital.

Sin embargo, la sociedad ha tomado como hegemónicos estándares muy estrechos ligados a la efectividad de la reproducción para enseñar y aprender sobre este proceso de una forma lineal y generalizada. A pesar de que el aspecto psicológico esté estrechamente ligado al ciclo

menstrual, existe escasez de investigación médica pública sobre este factor pues asocian la menstruación solo con el lado biológico reproductivo.

2.1.1.1.3. Cultural y social. El ciclo menstrual es un proceso bio-psico-social, pues su realidad se constituye a través de las sociedades y culturas que están asociadas a ideas, creencias, costumbres, etc. Este varía según cada persona, mujer y su contexto; no solo en el aspecto físico como las diferencias por localidad o situaciones de emergencias sanitarias, sino también en el aspecto sociocultural como por ejemplo la percepción sagrada, mágica o reproductiva que se le atribuye en cada lugar.

El rol de la mujer y su desarrollo se verá influenciado directamente por el aspecto sociocultural por distintos factores como la herencia generacional, limitación cultural, religión y el concepto de *virginidad*, ideas sagradas y políticas, entre otros que desencadenan en tabúes o mitos. Es importante mencionar que estos están ligados con el patriarcado y las relaciones de género. (Umpiérrez, 2021).

Finalmente, se plantea el ser bio-psico-social en el ciclo menstrual por sobre la especialización de uno netamente reproductivo para conservar un equilibrio saludable. Es decir, el estado completo del cuerpo físico, la mente y su entorno, ya que, si uno se ve afectado, indirectamente comenzará a afectarse el resto. (Mota, 2019).

2.1.1.2. Enfermedades derivadas del ciclo menstrual

Los trastornos del ciclo menstrual pueden manifestarse mayormente en la adolescencia, la etapa *post-menarca*; sin embargo, estas suelen ser detectadas después de muchos años pues pasan desapercibidas por la falta de comunicación e información durante las consultas médicas. Incluso, la médico ginecóloga Diana Álvarez, menciona que muchas veces sucede que las mujeres suelen acudir a otros médicos especialistas antes que un ginecólogo debido al desconocimiento (Álvarez, 2022).

Las alteraciones o trastornos menstruales pueden ser experimentados desde muy pequeñas e incrementan con los años, tales como: la dismenorrea, cólicos menstruales; menorragia, sangrado abundante; endometriosis, sangrado y dolor intenso; ovario poliquístico; entre otros (UNFPA, 2022). Regularmente estas alteraciones son el primer motivo de consultas para muchas mujeres y niñas; sin embargo, también hay muchas que nunca reciben atención médica o de recibirla, suele suceder durante la etapa de adultez. Además, en distintas investigaciones se señala que en el área médico también existe una falta de investigación sobre la menstruación, así como también la actualización de datos para médicos profesionales. El enfoque clínico debe valorar a la paciente integralmente, teniendo en cuenta factores biopsicosociales relacionados con los trastornos menstruales para un diagnóstico adecuado. (Escobar, 2010).

2.1.1.3. Escasa información

“Desde las diferentes esferas de la vida humana (social, política, científico médica, cultural) el estudio y la información sobre la menstruación ha estado omitido del discurso –médico, político, social– por lo que la desinformación ha sido una de las principales consecuencias” (Umpiérrez, 2021, p. 28).

En la sociedad existe una tasa alta de desconocimiento sobre el proceso del ciclo menstrual debido a que no hay una educación completa y adecuada más allá del enfoque reproductivo. Además, un gran porcentaje de niñas suelen obtener esta información en una etapa tardía, y luego de la primera menstruación, a través de la figura materna o de internet; es así que terminan por recibir información a medias e incompleta.

El desconocimiento atraviesa a todas las personas por el tema cultural heredado que le precede un sesgo androcentrista, y se da en todos los sectores como los sociales, educativos, de vivienda o salud. “La información sobre la menstruación que se ofrece en los servicios

de educación resulta escasa e insuficiente, en la mayoría de los casos se aborda de manera marginal y general, desde una perspectiva biomédica” (Ames y Yon, 2020).

La activista peruana, Laura Lecaros, menciona que “hay una falta de profesionales, organización y comunidad para sacar adelante este tema y dejar un mayor impacto” (Lecaros, 2022). No es solo la escasa información práctica, asequible y completa sino también la información masiva y no objetiva a través del internet, e incluso a través del marketing para marcas de productos desechables de gestión menstrual, que si bien es cierto en la actualidad se percibe un cambio en cuanto a sus discursos frente al tabú, muchas veces la información puede estar sesgada por el factor de venta del producto.

En el caso de las marcas de productos transnacionales como las conocidas toallas sanitarias, muy pocas personas cuestionan su uso debido a la costumbre, a pesar de que no son el producto más adecuado por motivos ambientales o de salud. Sin embargo, esta información se desconoce o se supera pues existe la escasez de información sobre otros métodos o productos en general sobre gestión menstrual. Tras una encuesta realizada a setenta personas entre los once a dieciocho años, más del 50% considera que la información sobre la menstruación que recibieron no es suficiente o adecuada y entre los cambios que sugieren se hace hincapié en la difusión y acceso a la información.

En consecuencia, a la falta de información del ciclo menstrual, se observa el refuerzo y creación de tabúes en torno a este tema pues están ligados el uno al otro debido a ciertas creencias, mitos o percepciones sobre el cuerpo de la mujer, las cuales contribuyen a su ocultamiento e invisibilización.

La menstruación es un proceso inevitable en la vida de las mujeres; sin embargo, la falta de atención y estudio sobre esta evita que se converse del tema a mayor profundidad debido al enfoque reproductivo impuesto. El silencio no es sólo individual sino también colectivo (Kohen y Rohatsch, 2021).

Entre las repercusiones en la sociedad, se encuentran principalmente el miedo y la vergüenza que experimentan las mujeres y niñas desde la llegada de la primera menstruación como también durante todo el proceso mes a mes y esto genera actitudes negativas. La connotación negativa es otra consecuencia de la limitación cultural, un ejemplo de esta es el concepto de la *virginidad* impuesta por la religión; la cual limita la exposición del tema, por ende, también impide el acceso a productos de gestión menstrual y desconecta la vida sexual de las niñas y adolescentes por el miedo de ir en contra de los valores asociados a este concepto. Además, se encuentran otros ejemplos como: el prejuicio sobre las emociones, la relación errónea sobre la histeria y hormonalidad de las mujeres; la normalización del dolor, que afecta directamente a la salud general; la limitación de actividades diarias, como la deserción escolar debido a la falta de gestión y salud menstrual; la suciedad o rechazo a la sangre menstrual que impide el autoconocimiento para el bienestar propio; mitos y creencias que atentan contra la salud, entre otros.

Esta censura e invisibilización al acceso de información genera la opresión y desigualdad de derechos sobre aspectos naturales y comunes de las mujeres, esta misma es un espejo de la represión de la sexualidad femenina por el sistema patriarcal (Mota, 2019).

2.1.2. El tabú de la menstruación

El tabú es un conjunto de normas y barreras que la sociedad dicta para silenciar u ocultar ciertas cosas, las cuales se encuentran estrechamente ligadas al patriarcado. Estos se enfocan en los procesos y necesidades del hombre, ya que muchos tabúes están relacionados al rol de la mujer (Lecaros, 2022).

Como se mencionó anteriormente, la menstruación como un tabú es una consecuencia y un factor de la falta de información del ciclo menstrual ya que influye en las experiencias de las mujeres desde los aspectos físicos, sociales y psicológicos; estos han existido y existen

a nivel mundial, en algunas culturas mucho más que en otras. Ramírez (2016) respecto a esto menciona que parte de dos hechos fundamentales:

“por una parte, bajo la consigna de mantener el sangrado menstrual en el ámbito de lo privado y de la secrecía; (...) esconder el sangrado hacia alguien más que no fuera la propia mujer. Y, por otro lado, que casi siempre era transmitida por parte de las madres o las pares y que se relacionaba con la suciedad, el temor o, en algunos casos, se trataba de un hecho desconocido y del cual no debía hablarse abiertamente” (Ramírez, 2016, p. 15).

2.1.2.1. El tabú menstrual en el Perú

El tabú del ciclo menstrual en el Perú también es influenciado por su contexto y cultura, el cual tiene a la religión como referente principal al ser un país con alto *porcentaje de personas creyentes*. Muchas veces se cree que el desconocimiento y el tabú, tienen un índice mayor en las zonas rurales del país; sin embargo, la realidad no distingue de localidad, nivel socioeconómico, etc., aunque sí es cierto que estos factores sí influyen en las experiencias pues alguien con acceso a internet, educación y servicios de salud tendrá una percepción y experiencia distinta; pese a esto, debido la cultura heredada, el tabú está presente en todas las personas. Esto último fue constatado en el estudio *Retos e Impactos del Manejo de Higiene Menstrual para las Niñas y Adolescentes en el Contexto Escolar* por Ames y Yon (2022), el cual muestra como el tabú y el desconocimiento afecta transversalmente a los participantes que van desde los diez a diecisiete años de cuatro regiones de estudio en el Perú. Ames (2022) menciona que tras su investigación de campo “Lima Metropolitana, Lima Norte, Loreto, Ucayali y Huancavelica se encontraron similitudes como el común miedo y la falta de información” y que es en ciertas zonas donde el rechazo al material educativo es mayor debido a temas políticos más que culturales; en general, los participantes mostraban apertura a hablar sobre el tema.

La implementación del programa Educación Sexual Integral en Perú también ha tenido muchas trabas debido a la intervención de grupos como la iglesia católica, evangélica y movimientos anti derechos impulsados por el tabú. Si bien la educación menstrual no está explícitamente incluida en el programa nacional, esta podría formar parte de tal pero el contexto socio cultural del país retrasa su implementación (Ames y Yon, 2022).

2.1.2.2. Experiencias de la menarquia

La menarquia es un momento de confusión y miedo, descrito así por las niñas y adolescentes tras experimentarlo por primera vez. Esto sucede debido a la poca preparación e información que reciben las niñas antes de su primera menstruación, por lo tanto, su primera impresión tras un sangrado vaginal suele ser aterradora. En un par de entrevistas con niñas, respecto a sus experiencias con la menarquia describieron:

“(…) pensé que me iba a morir porque estaba sangrando por ahí hasta que le conté a mi mamá.” “mi primera vez pasó cuando estaba en horas del colegio y estaba súper asustada porque pensé que todo se burlarían”

Aquellas que sí habían obtenido un conocimiento previo, a través de sus madres, señalaron que el miedo fue dirigido hacia la vergüenza a que alguien más pueda notarlos o el miedo de pasar a otra etapa, debido al aspecto reproductivo.

“Tenía miedo de mancharme y que las personas se dieran cuenta y se burlaran”

“Que es importante cuidarse a partir de que empieza la primera menstruación”

El ocultamiento de la menstruación influye en el miedo a ser percibidas por la mancha menstrual, lo cual afecta directamente a las niñas y adolescentes en sus actividades diarias, como el de una adolescente entrevistada que mencionó evitar ir al colegio por el miedo a mancharse en algún momento.

“La exposición de las mujeres a normas culturales acerca de la salud en general y de la menstruación en particular crea un conjunto de ideas, opiniones y expectativas que

influyen en cómo ellas experimentan y califican sus propias experiencias durante la menstruación.” (Botello y Casado, 2015)

La salud física y mental es otro aspecto influenciado por el tabú del ciclo menstrual para aquellas que no recibieron una información completa o no tuvieron un espacio de diálogo para hablar sobre este tema o no pudieron solicitar ayuda de ser necesario. Los problemas más recurrentes mencionados en torno a sus experiencias fueron: los cólicos menstruales intensos, una participante mencionó que el dolor era tan intenso que llegó a desmayarse pero no lo informó porque le habían dicho que el dolor era normal y debía resistir; el flujo abundante, otra participante mencionó que durante su menstruación solía sentirse sin fuerzas pero que igual debía ir al colegio pues era normal por la pérdida de sangre; y los cambios de humor, que muchas mencionaron ser llamadas histéricas por estar menstruando al punto que ellas mismas también llegaron a creerlo.

2.1.2.3. Vergüenza e invisibilización

Tras el análisis de las experiencias con la menarquia y menstruación de las niñas y adolescentes, el problema subyace en la enseñanza de su ocultamiento, ocasionando que se sientan culpables, avergonzadas y sucias por la mancha menstrual. Sobre esto, en base a una encuesta realizada, un gran porcentaje de niñas y adolescentes indicaron haber experimentado vergüenza por la menstruación particularmente en situaciones públicas, la mayoría no deseaban que otras personas se enteren por miedo al rechazo que muestran por la mancha y sangre menstrual.

Las mujeres se ven expuestas a normas culturales y sociales sobre la menstruación, la cual se ha creado bajo un conjunto de ideas, opiniones y expectativas que influyen en la percepción de sus propias experiencias como el aprendizaje generacional heredado que delimita las cosas que se puede hacer, comer o tocar.

Botello y Casado mencionan sobre esto:

“La subcultura menstrual contiene un lenguaje, utillaje sanitario, normas sociales, expectativas y creencias hacia cómo debe sentirse, cómo debiera actuar, comportarse, etc., las mujeres durante el ciclo menstrual.” (2015)

Estos sentimientos negativos se relacionan al nivel de información que tiene cada una con respecto al ciclo menstrual, el cuerpo femenino y su sexualidad. El estudio de Ames y Yon (2019), concluye en el encuentro de una suerte de círculo vicioso sobre el impedimento al acceso de la información debido a la falta de diálogo ocasionado por el temor y la vergüenza; este conocimiento es justamente lo necesario para perder el temor al hablar del tema. El nivel educativo o de información es un factor influyente con respecto al miedo y la vergüenza pues a medida que se tiene un mayor conocimiento, la percepción negativa disminuye (Botello y Casado, 2015).

2.1.2.4. Enfoque de género

La dimensión del enfoque de género considera las interrelaciones entre los hombres y las mujeres en políticas de equidad y oportunidades a nivel sociocultural. El estudio sobre las bases patriarcales de las sociedades permite comprender las particularidades sobre la conducta social y política en la actualidad. En efecto a esto, Barrientos (2022) cita un artículo de la autora Françoise Héritie para una explicación antropológica sobre las diversas culturas respecto a las diferencias entre hombres y mujeres: “La sangre de los hombres se derrama voluntariamente en un acto heroico mientras que la sangre de la mujer contra su voluntad, por lo tanto, se le observa como un ser inferior al hombre”. Entonces, desde esta perspectiva se observa las pautas establecidas por una lógica patriarcal de dominación que explican la manifestación de tabúes; los cuales se han reformulado con el paso del tiempo.

Esta superioridad de género se reflejó en la investigación médica, ya que esta se centra en los hombres y sus necesidades, desde aquí se puede analizar el tema de género. Hasta los años ochenta, el sesgo médico promovía el tema de la menstruación porque venía de la purga

de la negatividad y no de la ovulación, y recientemente esto ha cambiado a raíz de las investigaciones. De modo que el tabú de asociarlo con la impureza, la indiferencia y que la histeria impulsaba la depuración de la sangre, haciendo que este asunto fuera secreto y oculto. (Lecaros, 2022).

Se establecen límites con respecto al cuerpo de la mujer sobre el autoconocimiento de su sexualidad debido a que culturalmente la mujer se encontraba en dominio del hombre. Por consiguiente, se controla y juzga el comportamiento sexual de las mujeres; a partir de su estudio Ames y Yon (2020) acotan al respecto:

“En las cuatro regiones comprobamos que, si bien en un primer momento se expresa un igualitarismo entre hombres y mujeres para el acceso a oportunidades educativas, paralelamente la sexualidad de las adolescentes es calificada y clasificada (las chicas “tranquilas” vs. las “movidas”) y se les atribuye toda la responsabilidad de los casos de embarazo no deseado.”

2.1.2.5. Activismo menstrual

La perspectiva de una información con enfoque bio-psico-social del ciclo menstrual es relativamente nueva en la agenda feminista debido a que sus representaciones y discursos negativos han sido interiorizados por las mismas mujeres (Ramírez, 2016). Sin embargo, esto no quiere decir que no existieran movimientos o activismos en torno a la autonomía corporal y su sexualidad, el cual sería la base para las políticas menstruales.

Laura Lecaros, activista, comenta al respecto:

“El feminismo también debería abordarse en la ESI, ya que son derechos que nos falta reclamar. Es un cambio de perspectiva y apertura para una sociedad justa con igualdad de derechos porque la menstruación no es una opción y afecta a la mitad de la población” (Comunicación personal, 16 de junio del 2022).

En el contexto peruano, existen ONG que realizan activismos y aportes a la información respecto al ciclo menstrual; sin embargo, muchas veces estas actividades carecen de apoyo y promoción. Así mismo, existen otros colectivos como “*Somos menstruantes*” que está dirigidos a niñas e infantes, como también al acompañamiento de padres y madres, y hacen trabajo de capacitación, actividades, alianzas con UNICEF para la salud menstrual; “*Juntas*” que se dedica principalmente a la ESI, pero ha generado un espacio directo para la menstruación; el proyecto “*Veraciclos*” de Laura Lecaros para la difusión de información a través de redes sociales.

Figura 14:

Instagram del colectivo “Somos menstruantes”.



Nota. Captura de pantalla de la cuenta Somos Menstruantes. (2022)

Figura 15:

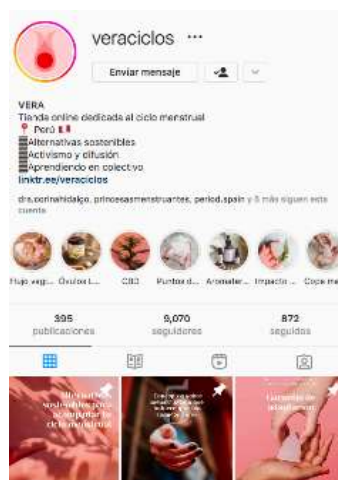
Instagram del colectivo “Juntas”.



Nota. Captura de pantalla de la cuenta Juntas. (2022).

Figura 16:

Instagram del colectivo “Vera”.



Nota. Captura de pantalla de la cuenta Vera. (2022)

Sobre este último proyecto, cada día se suman más actividades individuales para promover la menstruación a través de las plataformas digitales disponibles. Estos grupos e individuos hacen circular información integral, con el fin de transformar las construcciones culturales negativas sobre el cuerpo, el ciclo menstrual y el ocultamiento de la sangre para el autoconocimiento (Ramírez, 2016).

2.1.3. Educación menstrual.

La educación menstrual integral es tan importante como la salud pública, por lo tanto, el acceso a esta es un derecho humano indispensable. En primer lugar, es necesario comprender la educación y salud menstrual como el acceso al conocimiento integral sobre el ciclo menstrual del cuerpo femenino, sus cambios emocionales, el acceso a alternativas seguras para una correcta gestión, disponibilidad de recursos educativos y de higiene como suministros para el saneamiento y salud; el derecho a esta educación contribuye con el desarrollo del autoconocimiento para la confianza y el sentirse cómodas en el cuerpo propio de las niñas, adolescentes y mujeres.

Por otro lado, los derechos humanos son inherentes a todos los seres humanos y garantizan como prioridad la dignidad humana; por lo tanto, la menstruación deberá ser garantizada para todo aquel que lo experimenta ya que de no existir la menstruación como derecho, atentaría contra los principios de la dignidad (UNFPA, 2021).

Sin embargo, las políticas actuales de educación en el Perú no han planteado la educación menstrual integral desde su aspecto bio-psico-social, sino que se ha limitado a su aspecto reproductivo y al ocultamiento de este. La implementación de programas de educación menstrual sugiere ser supervisado y guiado por profesionales de la salud y agentes educativos para crear ambientes propicios de crecimiento. En relación con esto, es importante diferenciar conceptos como educar, informar y divulgar, ya que parecerían tener los mismos objetivos a pesar de no ser así.

“Cuando informamos permitimos que alguien se entere de datos que desconoce, cuando divulgamos hacemos que la información sea de conocimiento de muchas personas y cuando educamos buscamos desarrollar facultades conceptuales, procedimentales y actitudinales en una o varias personas, teniendo en cuenta su realidad situada, su contexto, sus intereses y necesidades” (López, 2022, p. 30).

A partir de esta premisa, es justo decir que las tres acciones son igual de relevantes pero la separación de estos conceptos, a través de la autorreflexión, tiene como objetivo generar espacios responsables y acciones futuras con el fin de construir conocimiento sobre el tema; ya que no todos los actos son educativos pues este contempla una planeación, procesos y objetivos puntuales.

2.1.3.1. Educación menstrual para hombres

Una de las razones principales del porqué los hombres tienden a rechazar o estigmatizar al ciclo menstrual es que no lo conocen o tienen un conocimiento erróneo debido a la creencia que el tema es exclusivamente femenino, ya que son las mujeres quienes lo experimentan.

A raíz de esta creencia, la educación es impartida de forma desigual ya que se separa a las mujeres de los hombres. Como consecuencia de esta separación, los niños y adolescentes tienden a hacer burlas o comentarios negativos ante lo que desconocen, por lo que la mayoría de las niñas y adolescentes son las principales afectadas. Al respecto una de las encuestadas, en el proceso de investigación de este proyecto, comentó haber escuchado “que es un asco, por parte de amigos (chicos). Ellos deben aprender a saber sobre el tema de la menstruación para no criticar y dar inseguridades a las chicas que recién empiezan a menstruar”.

Además, esto incluye también a los hombres adultos y figuras paternas que asumen el rol de tutor de niñas y adolescentes en desconocimiento. Como se mencionó anteriormente, y la UNFPA (2022) lo reafirma:

“la salud menstrual son cuestiones de derechos humanos y, por lo tanto, de importancia para la sociedad en su conjunto. Esto significa que los hombres y los niños deben participar en conversaciones sobre la igualdad de género y promover masculinidades positivas con el objetivo de eliminar el estigma y la discriminación asociados con la menstruación.”

2.1.3.2. Educación menstrual para mujeres

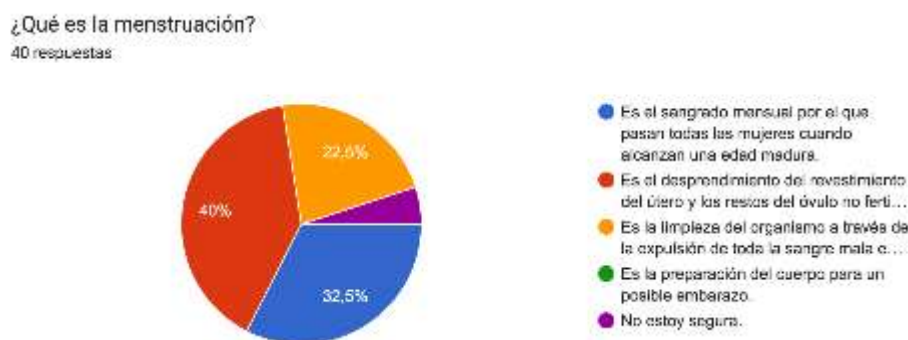
La educación que reciben las mujeres y niñas sobre el ciclo menstrual tiene un enfoque reproductivo, por lo cual podría decirse que reciben información limitada y escasa. En su mayoría, las niñas y adolescentes reciben esta información insuficiente antes de su menarquia por parte de la figura materna o a través de internet mientras que la otra parte no recibe información alguna; por lo tanto, enfrentan su ciclo menstrual con desconocimiento, confusión y miedo.

Como se puede observar en el gráfico, más de la mitad de las niñas y adolescentes tiene una idea errónea sobre la menstruación que está ligada a la perspectiva reproductiva o negativa. Por lo tanto, es importante estudiar e informar el ciclo menstrual desde una

perspectiva amplia como un proceso bio-psico-social y sus fases, pues la perspectiva cíclica es una forma de comprender la individualidad de cada cuerpo para el autoconocimiento, buena salud y vivencias. (Enara, 2017).

Figura 17:

Resultado de encuesta para el proyecto



Nota. Gráfico de encuesta realizada para el proyecto. Elaboración propia. (2022)

2.1.3.3. Entorno familiar

El entorno familiar es el campo de estudio de esta investigación, Pérez, M. (2013) sostiene que la familia es el lugar más adecuado para el desarrollo integral del ser humano, y que es responsabilidad de los miembros de la familia el crear condiciones para el desenvolvimiento de la personalidad de los hijos.

De acuerdo con los datos oficiales del Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA, 2022), solo el 5% de los padres y madres hablan con sus hijas adolescentes sobre el ciclo menstrual. De tal manera, también se debe educar, brindar información y acompañamiento a los padres o tutores para abrir espacios de diálogo en el hogar.

Diana Álvarez (2022), médico ginecóloga, menciona que: *“Esta información debería comenzar en el hogar, ya que este es el primer contacto social y el medio de mayor cercanía y confianza, donde debería empezar la educación.”* Las niñas y adolescentes que experimentan y conocen estos cambios durante esas edades tienen como espacio seguro el entorno familiar, y afirman que se sentirían más cómodas si fuese tratado con mayor naturalidad dentro del hogar como también el círculo social.

2.2. Marco teórico de la especialidad de diseño

2.2.1. Animación y medios digitales para la educación

La actual conectividad y nuevos medios en la era digital permite la creación de nuevos canales y métodos para la educación a través de la innovación, como la fusión de distintas herramientas y plataformas que son de uso diario pues se encuentran al alcance de gran parte de la población.

2.2.1.1. Educación en medios digitales

El avance tecnológico actual ha abierto el acceso inmediato a medios de información en distintos formatos digitales a través del internet. Estas nuevas herramientas ya no solo se limitan a la interacción individual con la información de consulta, sino que también se han desarrollado nuevos canales de interacción entre personas a través de las llamadas redes sociales como Facebook, Twitter, YouTube, Instagram, Tiktok, entre otros. “La interconexión en la sociedad a través de dispositivos permite su comunicación para generar discursos sobre la misma, por tanto, su influencia en sus participantes es poderosa, de tal manera que tiene un importante potencial pedagógico” (Amar, 2010).

Ya en anteriores estudios de hace un par de años se constató que, en las familias, los niños y adolescentes son aquellos los que tienen mayor dominio y naturaleza para la adopción de estos nuevos medios digitales, debido a que nacieron bajo un contexto ya interconectado. A raíz de esto, se plantea el aprovechamiento de estos medios digitales para la educación, como las redes sociales; al respecto Muñoz, Fragueiro y Ayuso (2013) mencionan que: “Esa gran capacidad de adaptación ante estas nuevas herramientas, debe usarse para poner en práctica nuevas formas de aprendizaje, de tal manera que se pueda sacar el máximo partido de ellas”.

Las redes sociales son un medio masivo de comunicación donde cualquier persona puede comentar, informar, hablar, etc., y debido a esta amplia libertad de expresión también existe la sobre exposición a información errónea que afecta principalmente a los niños y adolescentes que se encuentran en etapa de aprendizaje. Por tal motivo, sobre la educación a través de medios digitales como las redes sociales, se desprenden dos enfoques: centrado en los riesgos, sobre la influencia negativa en la infancia debido a que contribuye a la separación de límites entre la infancia y los adultos; y centrado en las oportunidades, donde se aprovecha el manejo natural de los jóvenes en los nuevos medios y su uso como recurso de expresión (Aquilina, 2011).

Por consiguiente, se está de acuerdo con el planteamiento de equilibrio entre las tecnologías y la educación de la autora Aquilina, pues la combinación de ambos enfoques es importante para plantear la relación de ambos y así poder ofrecer mayores oportunidades para el acceso al conocimiento para los mismos.

2.2.1.2. Cortometraje como material educativo

Según la Academia de Arte y Ciencias Cinematográficas, “Un cortometraje se define como una imagen en movimiento original que tiene una duración de cuarenta minutos o menos, incluido todos los créditos” (AMPAS, s.f.). Su definición se basa en la duración de tiempo mas no en el contenido pues este seguirá la misma estructura y procesos de un largometraje, como lo son la producción, el guion, casting, etc. Este producto audiovisual se destaca por ser más experimental y atrevido, ya que se enfoca en temas particulares y específicos debido al corto período de tiempo que tiene para comunicar historias de manera efectiva (Stamm, 2022).

Por otro lado, como se mencionó anteriormente en *Educación en medios digitales*, la exposición de la cultura digital de hoy en día se ve ya desde la infancia, de ahí que parte el término de nativos digitales pues nacen bajo este contexto. Esta situación da como resultado

a distintas consecuencias como la hiper estimulación e inmediatez que menciona el filósofo Byung Chul Han en Mercado (2016), donde el sujeto presenta una pérdida de atención por la excesiva información que se le presenta en estos medios que lleva a buscar una gratificación inmediata. De tal manera, que concentrar la atención en algo durante un largo tiempo se vuelve complicado ya que el individuo se encontrará en la búsqueda de un nuevo enfoque (Gómez, 2020). Teniendo esto en cuenta, los cortometrajes se presentan como una alternativa potencial debido a la corta duración de este formato.

El creciente consumo actual de material audiovisual como series, videojuegos o vídeos en redes sociales en el público joven y adolescente, abre la posibilidad de utilizar este recurso como una alternativa útil e innovadora para la educación debido a que favorece a la comprensión y motivación (Marcos y Moreno, 2020). Esto ayuda a reducir la brecha entre el aprendizaje formal y las actividades de ocio a través del correcto uso de la información. Teniendo en cuenta la teoría de Han sobre la inmediatez y la cultura multimediática donde la sobre exposición informativa lleva a la superficialidad del seducir y se inhabilita la reflexión de cualquier tema (Pastorino, 2018), el cortometraje no solo se emplea como un medio intermedio que se acopla a la inmediatez actual, sino que también emplea la estructura extensa y profunda para su realización que puede brindar una experiencia de información intelectual.

2.2.1.3. Animación como herramienta educativa

Dentro del cine se han diseñado distintos sistemas para la clasificación de historias para catalogar las producciones por géneros y subgéneros, el cual ha evolucionado con el pasar de los años y la práctica. Dentro de estos géneros, McKee (2004) enumera en total veinticinco tipos de géneros usados por los guionistas, dentro de estos se encuentra la animación, del cual menciona que “aquí cualquier cosa se puede convertir en algo distinto” (p. 67).

Según la Academia de Arte y Ciencias Cinematográficas, “Una película animada se define como una película en movimiento en la cual el movimiento y las actuaciones de los personajes se crean utilizando una técnica de cuadro por cuadro, y generalmente se clasifica en uno de los dos campos generales de la animación: narrativa o abstracta”. La animación es un género llamativo que permite contar historias de distintas formas simultáneamente, ya que puede crear secuencias de movimientos de imágenes, dibujos, fotografías, entre otros. Esta es empleada en diversos campos, siendo el entretenimiento el más recurrente como películas o series animadas, y también puede ser una herramienta de aprendizaje. McKee también menciona a *la trama educativa* dentro de la lista de géneros, así como el *drama social* donde se encuentran nuevos subgéneros con su propia autonomía; sin embargo, esta lista no significa una estructura estática pues esta puede seguir evolucionando y creciendo con el tiempo ya que como el mismo menciona:

“Aunque esta propuesta es razonablemente amplia, no hay ninguna lista que pueda ser definitiva o exhaustiva, porque las líneas de separación entre los géneros a menudo se solapan al influir y fundirse los unos con los otros” (McKee, 2004, p. 69)

Es decir que los mismos géneros pueden ser tanto flexibles como inflexibles y que pueden mezclarse unos con otros generando nuevos géneros o subgéneros, como podría ser en este caso en específico Animación de trama educativa. De tal manera, que este género puede convertirse en una herramienta educativa debido a la versatilidad de los géneros y sobre todo teniendo en cuenta el público objetivo al que se dirige pues este es un factor determinante para el diseño de cada historia.

Sobre la animación como herramienta educativa, un estudio publicado por Mayer y Moreno (2002) sobre cómo esta ayuda en el aprendizaje menciona que la animación mejoró el entendimiento sobre un tema en particular debido a que las palabras e imágenes en movimiento funcionan efectivamente en el aprendizaje por sobre solo las palabras. Como

señalan López y Martín (2010), “la creatividad es necesaria en todas las actividades educativas, porque permite el desarrollo de aspectos cognoscitivos y afectivos importantes para el desempeño productivo.”

Los vídeos animados se prestan para el aprendizaje por su efectividad en contribuir a la transmisión y asimilación de distintas enseñanzas, aunque es importante recalcar que este no reemplaza la educación integral por los profesionales responsables de la educación. Sin embargo, sí puede ser una herramienta adicional para el aprendizaje autónomo para las personas.

2.2.1.4. Formato “Micro animación”

La animación es una expresión artística que otorga movimientos a dibujos u objetos inanimados la cual se logra a través de secuencias de imágenes, conocidas como *frame-to-frame* o *cuadro-por-cuadro*, tras visualizarlas consecutivamente se genera el efecto de movimiento (MST Concept Design School, 2021). Esta animación, en formato de cortometraje o largometraje deberá aparecer en no menos del 75% del tiempo de ejecución de la imagen según *la Academia de Artes y Ciencias de la Comunicación*.

Puede emplearse en distintas técnicas tales como: animación tradicional, stop motion, animación digital, 3D, Motion Capture, Motion graphics, entre otros; las cuales seguirán un concepto principal en específico.

En la actualidad, debido a la cultura digital se introducen nuevos cambios en la estructura tras los nuevos hábitos de consumo que se diversifican a medida que se implementan nuevas plataformas donde introducir estas producciones audiovisuales como con la llegada de YouTube, que permite la publicación y reproducción de vídeos con mayor facilidad hacia nuevos públicos. Así como también, la diversificación de herramientas tecnológicas como los teléfonos, tablets y medios donde visualizarlas.

Tras este crecimiento, la aparición de nuevos formatos es imprescindible como los clips, cápsulas o píldoras de vídeo, o *micro animaciones*. Esta última en especial que comienza a tomar mayor popularidad por la facilidad de su distribución en plataformas digitales como las redes sociales debido a su corta duración y aspecto llamativo. La productora Quattre Films, en su artículo titulado *La importancia de los micro vídeos*, menciona que: “El micro vídeo no sólo es eficaz para comunicar, sino que también logra un buen posicionamiento en internet” (La importancia de los micro-vídeos, 2016).

2.2.1.5. Storytelling

Para Escobar (2018), “el storytelling es el arte de contar una historia usando lenguaje sensorial presentado de tal forma que transmite a los espectadores la capacidad de interiorizar, comprender y crear significado personal de ello” que se desarrolla a lo largo del guion narrativo. Esta forma de arte implica la creación de un universo narrativo que transmite un mensaje o significado con el fin de involucrar y cautivar a una audiencia. En la animación, debido a su formato va más allá de la narración de la historia, ya que se apoya de imágenes, vídeos y sonidos para conectar a otro nivel con el espectador pues como menciona McKee (2004) “si creamos un mundo que nos emociona, emocionaremos a los espectadores (p. 116).

El desarrollo de un guion narrativo se basará en historias meritorias de ser narradas y que el público desea conocer, pues es parte de la necesidad del ser humano conocer experiencias humanas universales a través de estas. En primer lugar, es primordial conocer su estructura y principios para la construcción de narrativas arquetípicas, esto no refiere a algún tipo de modelo o fórmula que se deba cumplir al pie de la letra sino más bien como la base de un proyecto sólido. La narración de historias deberá proponer arquetipos que abran la puerta a un mundo de experiencias únicas capaces de revelar conflictos humanos en cualquier forma o género, evitando caer en generalidades que limiten el conocimiento

humano a base de estereotipos. Es así como “una «buena historia» significa algo que merece la pena narrar y que el mundo desea conocer” (McKee, 2004).

Para que funcione el storytelling se debe estructurar sus bases y sustancias como las ideas, personajes y entornos para dar forma al diseño de una historia, la cual deberá satisfacer los deseos de la audiencia ya que es el factor más importante; del mismo modo adelantarse a la expectativa de esta para mantener el interés hasta el final pues finalmente el acto nace a partir de la experiencia vivida.

Egri (2009) considera que el primer paso para escribir una buena obra es la premisa, la cual contiene el personaje, un conflicto y una resolución debido a que es indispensable tener aquella fuerza que unifique todas las partes y delimitarla permitirá el desarrollo de todo lo demás como es la construcción de personajes. Esta viene a ser la materia principal y más importante de una historia, por tal motivo el análisis profundo de sus dimensiones le brindará mayor complejidad a la trama; estas dimensiones se basan en tres aspectos fundamentales del ser humano: fisiología, sociología y psicología; “mientras más compleja sea la trama, más complejo deberá ser el personaje” ya que cada uno es un universo de fuerzas y conflictos que sostendrán la construcción de la obra. En complemento a la teoría de Egri, McKee (2004) sostiene que “las dimensiones fascinan; las contradicciones en la naturaleza o en el comportamiento cautivan la concentración del público”.

En conclusión, la construcción del guion narrativo o *storytelling* es una herramienta valiosa que tiene la capacidad de conectar con su audiencia y transmitir mensajes importantes a través de un lenguaje sensorial si se comprende los principios básicos sobre la esencia de una obra. Cuando se utiliza en animación y cortometrajes, puede cautivarlas y conectarse con ellas a un nivel más profundo, revelando experiencias humanas universales que trascienden las fronteras culturales.

2.2.1.6. Técnicas de animación

Tras el desarrollo de nuevas herramientas y tecnologías, el género de animación audiovisual ha experimentado constante innovación sobre las técnicas empleadas. Algunas de las técnicas de animación de proyectos audiovisuales incluyen lo que comúnmente se conoce como animación cuadro-por-cuadro dibujada a mano, animación por computadora, *stop-motion*, animación de plastilina, animación de recortes, efectos rotoscópicos creados cuadro por cuadro, y dibujar en el marco de la película en sí en técnicas mixtas; también existen nuevas técnicas gracias a la implementación de nuevos softwares que la tecnología nos ofrece como la animación digital, *motion graphics*, *morphing*, realidad virtual, 3D, entre otros.

2.2.1.6.1. Animación 3D. La técnica de la animación 3D es utilizada para crear imágenes en movimiento en un entorno digital tridimensional, tiene un papel importante en el mundo de la animación. Desde su aparición en los años ochenta, la técnica se ha ido puliendo, y fusionando con otras para crear complejos procesos capaces de llegar a un grado de absoluto realismo en la imagen (Cuesta, 2015), y se utilizan en distintos campos profesionales como el cine, videojuegos, publicidad, arquitectura y diseño de productos.

Esta disciplina se incluye dentro de la animación digital debido a que se apoya de softwares especializados con herramientas específicas como el modelado el texturizado, riggeado, iluminación, etc., con el fin de simular y crear espacios tridimensionales desde los más simples hasta los más complejos y realistas, que son difíciles de imitar con otras técnicas tradicionales; por lo tanto, debido a su naturaleza compleja, la animación en 3D requiere de tiempos extensos y de un equipo de diseñadores y animadores capacitados con estos softwares. Esta técnica es una gran herramienta capaz de cautivar e involucrarse con el público por su naturaleza tridimensional y flexible, pues cambia el formato de las imágenes en movimiento tradicionales a la que el público está acostumbrado ver a través de pantallas.

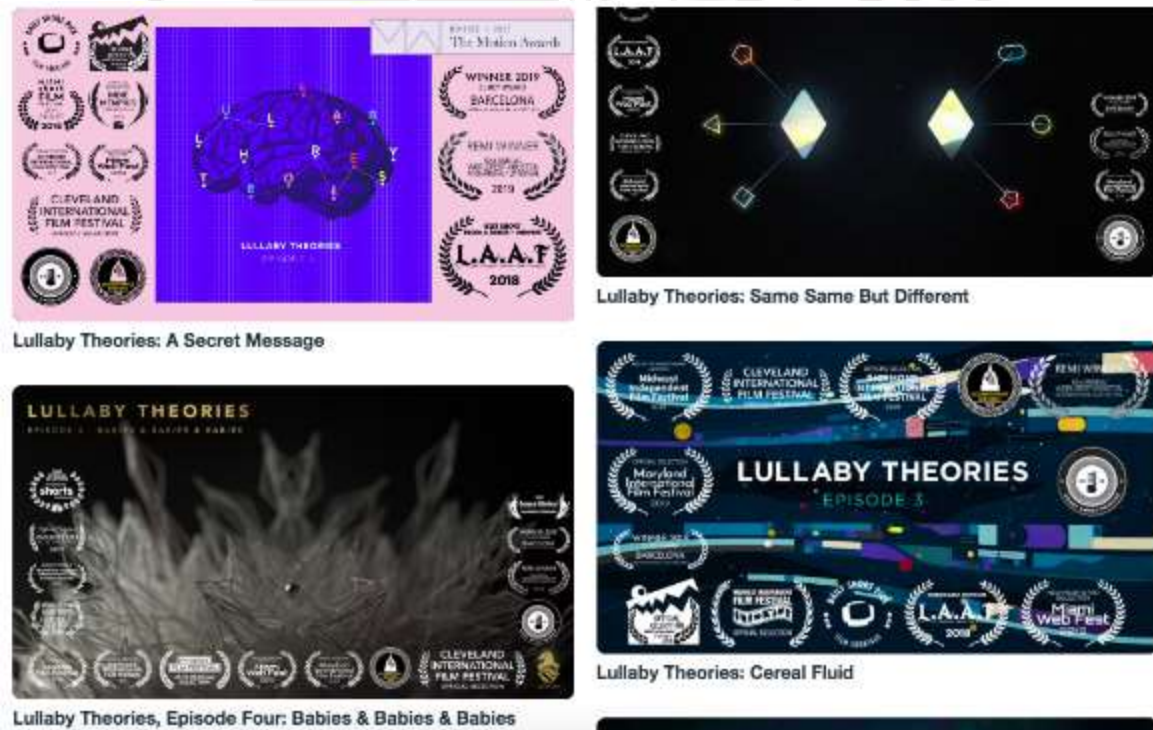
2.3. Estado del arte

2.3.1. *Lullaby Theories (Coat of Arms, 2017)*

Lullaby Theories es una serie de vídeos que tiene como misión hacer más accesibles las teorías científicas más complejas. Mezclan la animación con las conversaciones de unas niñas gemelas de cuatro años, para inspirar a las mujeres, niños y cualquier persona a explorar su mundo a través de la ciencia. Cada episodio se centra en una teoría científica diferente, como la epigenética, el dolor, los mundos paralelos, el sueño, etc. Esta serie no cuenta con una cantidad fija de episodios, sino que con el tiempo e interés se van creando y hasta el momento cuentan con cuatro, el último publicado en el año 2019 en su plataforma web que contienen los episodios y descripciones de cada uno.

Figura 18:

Serie de vídeos “Lullaby theories”



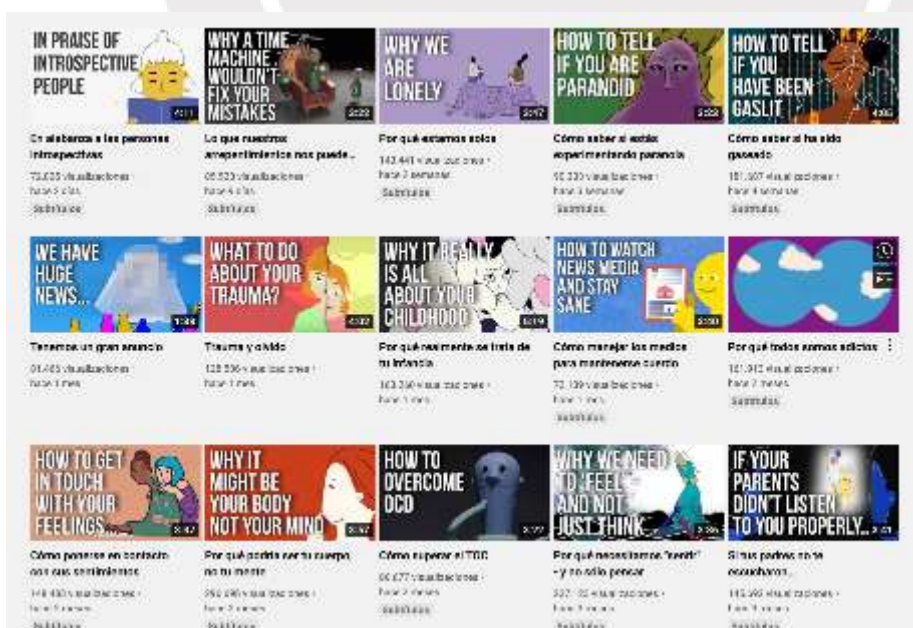
Nota. Captura de pantalla de la cuenta *Coat of Arms* en la plataforma Vimeo (2022).

2.3.2. The School of Life (The School of Life, 2014)

The School of Life es una organización fundada en medios digitales, enfocada en brindar información y mejorar el bienestar de la salud mental en las personas que se dividen en seis temas principales como: autoconocimiento, relaciones, trabajo, calma, cultura y relaciones interpersonales. Esta organización está conformada por especialistas en la psicología, filosofía, terapia, arte y cultura que no solo brindan conocimiento sobre estas áreas sino también herramientas a través de libros, servicios terapéuticos, programas de negocios, y cortos animados. Siendo este último su proyecto más conocido, han producido alrededor de 500 vídeos en colaboración de escritores, especialistas y artistas debido a que cada capítulo publicado tiene temas y tratamiento gráfico distintos que van desde animaciones en 2D a 3D. Además, debido a su tratamiento llamativo y de fácil comprensión han tenido un gran alcance que se refleja en sus más de siete millones de suscriptores en la plataforma de *Youtube*.

Figura 19:

Serie de videos "The School of Life"



Nota. Captura de pantalla de la cuenta *The School of Life* en la plataforma *YouTube* (2022).

CAPÍTULO III

3.1. Metodología

Las recopilaciones de datos para esta investigación son fundamentales pues esto permite un mayor acercamiento y profundidad para contextualizar la problemática identificada, estos son del tipo cualitativo y cuantitativo. En primer lugar, se realizó una encuesta, a través de canales digitales, dirigida a niñas y adolescentes peruanas entre los 10 a 15 años con el objetivo de conocer el contexto actual sobre las experiencias y conocimientos que existe sobre la menstruación en una temprana edad. De esta manera, se realizaron preguntas que permita conocer el nivel de información que obtienen sobre la menstruación antes y después de la menarquia, así como también sus fuentes de información más recurrentes; de igual forma identificar los tabúes a los que han sido expuestas y en qué medida afecta su día a día.

Posteriormente se realizó una segunda encuesta, a través del mismo medio, con el objetivo de conocer las tendencias de consumo en la actualidad como también su percepción respecto a la información del ciclo menstrual. Se recopilaron datos de personas de todas las edades con énfasis entre 10 a 15 años que menstrúan o no. Las preguntas se enfocaron en conocer el hábito de consumo sobre redes sociales, la preferencia de medios para la información, así como también de gráficas propuestas y posturas sobre el nivel de información sobre la menstruación.

Acto seguido, se realizaron entrevistas a dos niñas de dos regiones distintas del Perú, con el objetivo de conocer sus experiencias, necesidades y contextos actuales frente a la menstruación. Se entrevistó a Emily Salazar (14) y Madeleine Medina (14), habitante de la ciudad de Huancayo y Lima respectivamente, con el fin de conocer sus experiencias tras la llegada de la menarquia, los conocimientos adquiridos dentro del hogar y otros contextos, la percepción y relación con la menstruación individualmente como colectiva. Por otro lado, se realizaron entrevistas a los padres de familia de las mismas adolescentes, para identificar el rol

que adoptan como tutores con respecto a la menstruación, el nivel de información que manejan y si lo brindan a sus hijas e hijos, así como también si acuden con profesionales por salud menstrual, y finalmente para conocer su opinión con respecto a la información oportuna sobre la menstruación y los tabúes que la rodean.

Por otro lado, se entrevistó a la médico ginecóloga Diana Álvarez, profesional del área de la salud; para obtener información certera sobre temas netamente médicos sobre la menstruación y sus alteraciones, cómo actúan sus pacientes y la regularidad de consulta con respecto al tema, información sobre campañas actuales por parte del área médico para la educación, así como también su opinión y experiencia sobre el tabú menstrual y la falta de información desde la perspectiva médica.

Seguido a esto, se entrevistó a Laura Lecaros y Violeta Barrientos, activistas feministas enfocadas en la menstruación y feminismos respectivamente. El propósito de estas entrevistas fue el conocer la construcción de tabúes sociales desde una perspectiva de género, comprender el origen de estos y su opinión sobre la falta de educación menstrual desde una perspectiva social, así como también conocer el activismo actual a nivel nacional enfocado en la menstruación para niñas e infantiles.

Finalmente, se entrevistó a la antropóloga y docente Patricia Ames debido a su vasto conocimiento sobre el tema y sus investigaciones dentro del país como su estudio *Retos e Impactos del Manejo de Higiene Menstrual para las Niñas y Adolescentes en el Contexto Escolar* que trabajó en conjunto a Carmen Yon; se discutieron temas con énfasis en los actores involucrados, la educación y el impacto de la localidad.

3.2. Descripción de los actores

3.2.1. Niñas y adolescentes entre 10 a 15 años: Estas son las personas que se ven afectadas por el problema de la falta de conocimiento sobre la menstruación. Están en la edad de los cambios físicos, mentales y sociales asociados con el inicio de la pubertad y la

menstruación observada en este estudio. Son aquellas que han recibido una educación con enfoque reproductivo y negativo por lo tanto cuentan con información superficial que las lleva a experimentar su proceso con miedo y vergüenza. Por otro lado, es el público que tiende a usar medios digitales en su día a día, y recurren al internet para consultar información puesto que tienen mayor familiaridad con estas, sobre todo con las redes sociales.

3.2.2. Niños y Adolescentes: Son todos aquellos que interactúan directa e indirectamente con las niñas y adolescentes, actor principal, en distintos contextos sociales como la escuela y el hogar. Ellos, al igual que las niñas, tienden a estar familiarizados con herramientas digitales como las redes sociales. Por otro lado, gran parte suele ser ajeno al tema de la menstruación pues se cree que es un tema netamente de mujeres, por tal motivo, muchas veces son los mismos que repiten un comportamiento negativo frente a las niñas y adolescentes respecto al ciclo menstrual.

3.2.3. Madres: Las madres de familia, en su mayoría, son la primera fuente de información para las niñas y adolescentes sobre temas del ciclo menstrual debido a la propia experiencia de estas; sin embargo, por tal motivo puede ser limitada debido a que también han sido y son afectadas por la problemática. Ellas buscan brindar y asegurar que sus hijas tengan una experiencia mejor a la suya, brindando herramientas que tienen al alcance dentro del hogar; sin embargo, son muy escasas. La mayoría tienen una mayor desconexión con los medios digitales a diferencia de los niños y adolescentes, por lo tanto, buscan información en entornos externos como centros de salud.

3.2.4. Padres: Los padres de familia, en su mayoría, no se involucran con la educación menstrual de sus hijos como tampoco con sus experiencias; aquellos que sí, se limitan al conocimiento superficial como apoyo en el alcance de productos de gestión menstrual. Sin embargo, su participación es muy importante en el desarrollo de sus hijas.

3.2.5. Tutores de familia: Los tutores de familia, son aquellos que asumen el rol parental de los menores de edad en el hogar, no son los padres biológicos. Los tutores familiares pueden ser tías, tíos, abuelas, abuelos, entre otros que se encargan de la educación de las niñas y adolescentes.

3.2.6. Profesionales de la salud: Específicamente son los ginecólogos, médicos especialistas encargados en el estudio y atención de la salud de la mujer, especialmente en el sistema reproductor femenino. Son aquellos que interactúan con las niñas y adolescentes directamente cuando recurren a consultas médicas, su función también es brindar información y responder consultas relacionadas al ciclo menstrual. Muchas veces, colaboran en campañas gratuitas de información realizadas por centro médicos.

3.2.7. Activistas: Las personas activistas son todas aquellas que muestran interés en la difusión y reconocimiento de los derechos sobre el ciclo menstrual de las mujeres. Se encargan de realizar actividades por medios físicos y digitales que contribuyan a la información y el combate contra los tabúes menstruales, pueden ser profesionales de distintas especialidades como personas que no, pero con interés en la problemática.

3.3. Descripción del campo

Los hogares de niñas y adolescentes peruanas de 10 a 15 años, donde no se conversa y brinda información oportuna sobre la salud menstrual. El hogar se caracteriza por ser un espacio donde conviven un grupo de personas que tienen como vínculo lazos consanguíneos o afectivos y, por lo general, se conforma por tutores o padres, una hija y hermanos. Además, es importante tomar en cuenta la diversidad de hogares en cuanto dinámicas familiares, economía, localidad, etc.; debido a que puede influir en el desarrollo y experiencias de las niñas y adolescentes como el acceso a productos menstruales y seguros de salud.

Para efectos de investigación de campo, se delimita tres hogares peruanos específicos que cuenten con acceso a internet y medios digitales, pues será este el medio principal de

difusión del proyecto. El primer hogar cuenta con una familia conformada por madre, padre, e hijos; la segunda está conformada por un padre, e hijos; y la tercera estará conformada por un tutor, que no sea ni padre o madre biológico, e hijos. La delimitación de tipos de hogares permitirá observar el funcionamiento del proyecto y observar los distintos resultados con respecto a los objetivos planteados.

3.4. Resultados de entrevistas

Se realizaron seis entrevistas a distintos actores parte de la investigación: niñas y adolescentes, padres de familia, profesionales del área de la salud y activistas. Estas entrevistas mostraron resultados como la confirmación respecto a la perspectiva médica de la menstruación como un proceso fisiológico natural, que debe ser regular dentro de su misma irregularidad por lo cual es importante conocer estos intervalos y alteraciones de alerta ya que la menstruación no tiene porqué doler o incapacitar el día a día pues no es una enfermedad. Así mismo, ser incisivo en la diversidad de cuerpos y situaciones ya que cada cuerpo es distinto, sobre todo para las infancias que están en el proceso de regulación de su cuerpo y por tal motivo la periodicidad de su proceso no será una en específica, de tal manera se debe impulsar la consultoría médica para identificar sus propias regularidades. Por tal motivo, se resalta la importancia de visitar al ginecólogo desde una edad temprana tanto por salud como por información para las niñas que experimentan estos cambios y que sus padres o tutores no pueden explicar de forma adecuada. Esto último se debe a que muchos padres de familia o tutores tienen dificultad con abrir la conversación en el hogar ya que no tienen el conocimiento adecuado y herramientas de apoyo que impulse el diálogo.

Por otro lado, se afirma que existen muchos mitos y connotaciones negativas que impiden que las niñas e infancias accedan a productos e información menstrual debido a la falta de enfoque bio-psico-social, estos tabúes van de la mano del patriarcado pues se enfocan en los procesos y necesidades del hombre. El pilar de la importancia hacia el proceso menstrual será

el de desvincular el protagonismo sobre el proceso fisiológico y el enfoque reproductivo, sino enfatizar su importancia como un signo de salud complejo independientemente del gusto personal.

En el Perú, los mitos y creencias contribuyen a la alta tasa de desconocimiento en las distintas regiones del país de forma general, por lo tanto, segmentarlo a un público o lugar específico no sería muy exacto. Se resalta que la educación menstrual debería comenzar en el hogar, y es importante para el bienestar y desarrollo integral, por lo tanto, se debe implementar programas de información; sin embargo, existe una falta de profesionales, organizaciones y comunidad para generar un mayor impacto pues el marketing carga mucha información sesgada y limitada. La salud menstrual es el acceso, la disponibilidad de recursos y conocimiento, debe impartirse a través de herramientas accesibles al alcance de todos, ya sea como plataformas digitales o charlas presenciales que promuevan el diálogo.

Finalmente, los entrevistados mencionaron que el uso de material audiovisual hace que la información presentada sea mucho más fácil y divertida, la cual puede ser encontrada en redes sociales debido a que este público infantil y juvenil tienden a preferir elementos visuales en medios digitales pues están más familiarizados con estos.

3.5. Resultados de encuestas

La encuesta realizada a niñas y adolescentes entre los 10 a 15 años tuvo un alcance de sesenta y tres personas. Se observó que más del 87% de las encuestadas son mayores de 13 años, puesto que durante la recolección de datos era mucho más sencillo para las niñas de esta edad el acceso a herramientas digitales, mientras que el otro porcentaje requirió la ayuda de una persona mayor para ser encuestadas. Esto mismo contrasta con el 92% de niñas que mencionan haber experimentado su primera menstruación entre los 9 a 12 años. Por lo tanto, se concluye que durante la edad en que las niñas experimentan su menarquia presentan mayor dificultad para buscar información a través de medios digitales por cuenta propia.

Por otro lado, observamos que más del 60% de las niñas obtuvieron información sobre la menstruación antes de su menarquia, y que más del 60% la obtuvo a través de su madre o figura femenina mayor mientras que las restantes lo obtuvieron a través de la escuela e internet y ninguna a través del padre o figura masculina mayor. Además, el 86% considera tener un conocimiento de nivel medio a superior; sin embargo, el 60% no conoce la respuesta sobre *¿Qué es la menstruación?* y aquellas respuestas que consideran correctas están cargadas de mitos y tabúes. Así mismo, muchas consideran síntomas normales en la menstruación como signos de alerta y el 86% reafirma que ante dudas sobre estas acuden con sus madres o internet.

En cuanto al tabú menstrual y la vergüenza originada por esta, el 65% afirma que han escuchado burlas sobre la menstruación y comentarios negativos asociados a la suciedad, desagrado, invalidación de emociones, rol de género y el mismo ocultamiento de esta; estos comentarios lleva a que el 46% de las encuestadas se hayan sentido avergonzadas por menstruar, todas ellas por miedo a mancharse o simplemente el mostrar algún signo de estar menstruando ya que esto las hace vulnerables a bromas llena de tabúes.

Finalmente, la mitad de las encuestadas consideran que la menstruación es un tema tratado con naturalidad dentro de su hogar y círculo social pese a los resultados contrarios que se expusieron anteriormente; el 42% reconoce una de ambas opciones mientras que el resto no considera a ninguno. Estas cifras pueden estar sesgadas por el mismo tabú y falta de conversación, ya que en estos espacios se les ha enseñado que es un tema natural pero privado; sin embargo, la conversación sobre este tema no es recurrente a menos que sea con otra mujer, pues el 92% señaló que se sentirían más cómodas con su menstruación si esta fuese tratada con mayor naturalidad dentro del hogar y círculos social tanto con hombres y mujeres.

La segunda encuesta realizada tuvo un alcance total de setenta personas, dónde los participantes se identificaron como el 90% mujeres y el 10% hombres y personas que no se identifican con ninguno de los dos. Los encuestados fueron personas que rondan entre los 11 y

15 años a más, siendo que este último representa más de la mitad de los encuestados. Con respecto al tema, se observa que el 51.4% considera que no ha recibido información adecuada o suficiente sobre la menstruación, lo cual corrobora la hipótesis de la escasa información sobre el ciclo menstrual y se reafirma con las respuestas sobre los cambios que se deberían tomar para una menstruación digna, se repite constantemente el acceso a información adecuada y educación menstrual, así como también el acceso a artículos de gestión menstrual como las *toallas higiénicas*. Y finalmente, el 91.4% no considera que la menstruación sea solo un tema para mujeres, por tanto, la conversación se debe abrir para todos.

Por otro lado, en cuanto a los hábitos de consumo sobre medios digitales, se identifica que la red social más utilizada para la visualización de contenido es la plataforma de TikTok con un 71.4%, seguido por Instagram con un 68.6% y en tercer lugar la plataforma de YouTube con un 38,6%; estos datos nos permitirán administrar los medios de difusión del proyecto efectivamente. Además, en relación con el planteamiento del proyecto, el medio preferido por el 52.9% de los encuestados son las micro animaciones pues le resultan más sencillas y cómodas, y el 32.9% prefieren un podcast y página web; quiere decir que más del 80% prefieren herramientas digitales para conocer e informarse sobre temas del ciclo menstrual porque les resulta más cómodas y efectivas. Finalmente, en la encuesta se presentaron dos estilos gráficos a elección del encuestado según su preferencia, 2D y 3D, resultando que el 77.1% seleccionó el estilo de 3D como su preferido y con el que se puede identificar; lo cual apoya la elección del estilo gráfico para el proyecto propuesto.

Capítulo IV

4.1. Concepto

El concepto es la *liberación a través de la mancha*, es el liberarse de los estigmas y tabúes alrededor de la menstruación, a través de la resignificación de la mancha menstrual debido a que se le ha atribuido una connotación negativa generando que las mujeres teman que su menstruación sea detectada y sean juzgadas a través de esta. La liberación de tabúes y su resignificación es brindarles la libertad a las niñas y adolescentes de experimentar su proceso menstrual sin vergüenza, educar desde el empoderamiento y no desde el miedo para incentivar el autoconocimiento y la autonomía en la reapropiación del propio cuerpo para su bienestar físico y mental.

Esta liberación es la transformación de mensajes negativos prevalecientes de la menstruación que fomentará el diálogo y reflexión sobre un ciclo menstrual libre de estigmas, por parte de todos los miembros de la sociedad con información clara y oportuna; por lo tanto, se desprende de la idea errónea de ser un tema solo para mujeres y se libera como un tema de salud general e integral para todos. Ante esta realidad, la educación asegura una correcta gestión de salud menstrual para las niñas y adolescentes, en distintos espacios como el hogar, centros educativos, de salud y la sociedad. Es posible generar cambios a corto plazo con el diseño de una solución estratégica que pueda promover la libertad de la menarquia y su concientización en la sociedad.

4.1.1. Citas visuales del concepto

Para visualizar el concepto de *liberación a través de la mancha* se recopilaron una serie de imágenes que representan su esencia teniendo en cuenta los ejes principales como la infancia,

deconstrucción, dignidad, inclusión y conexión; estos ejes se desprenden para comprender a profundidad el concepto (Ver Figura 30).

De esta manera, la representación visual como el mar en movimiento que está en constante cambio y conexión a la vida indica la libertad y el empoderamiento debido a la fuerza de sus olas que pueden transmitir calma; también se presentan imágenes que representan el juego y la dinámica pues esto se relaciona a la infancia; e imágenes que transmiten el empoderamiento en la mancha menstrual como consecuencia de la información adecuada.

Figura 20

Libertad



Nota. Fotografía de una niña jugando en la playa. Timothy Meinberg (2021), Unsplash.

Figura 21

Olas de mar



Nota. Imagen de olas en la orilla de una playa. Rcsemoon (s,f), Pinterest.

Figura 22

mauvais gout (sometimes)



Nota. Fotografía de jóvenes jugando en el campo. Lamignonette (s,f), Pinterest.

Figura 23

Turning Red



Nota. Captura de pantalla de una escena de la película *Turning Red*. Disney (2022)

Figura 24

El Día de la Salud Menstrual va más allá de la sangre y la intimidad



Nota. Ilustración de protesta a favor del derecho menstrual. Orne Laezza (2021), ZonaDocs.

Figura 25

Qué rico menstuo



Nota. Fotografía de post de Facebook de la página Qué rico menstuo. Verónica Cerna (2017), Facebook.

Figura 26

Nosotras: Sangrar es normal.



Nota. Captura de pantalla de vídeo promocional de protectores menstruales. Nosotras (2022), Instagram.

Figura 27



Menstrual Cycle

Nota. Captura de pantalla de vídeo animado en 3D sobre el ciclo menstrual, Design Cells (2022), TikTok.

Figura 28

Niñas y adolescentes seguras, con dignidad y sin miedo a menstruar



Nota. Fotografía de niñas recibiendo clases sobre el ciclo menstrual, Alcaldía de Medellín (2021).

4.1.2. Collage resumen del concepto

Figura 29

Collage digital del concepto.



Nota. Captura de pantalla de la última escena del vídeo collage del concepto para el proyecto (2022).

4.1.3. Mapa de palabras asociadas

Figura 30

Mapa de palabras palabras



Nota. Mapa de palabras asociadas del concepto (2022).

4.2. Descripción del proyecto de diseño

El proyecto de diseño “Fluyo” consiste en brindar información menstrual a través de una serie de cortos animados. Esta serie se dividirá en nueve capítulos en forma de cortos animados de aproximadamente uno a dos minutos como máximo, de manera que cada capítulo deberá ser memorable y de fácil comprensión. A lo largo de estos capítulos se abordarán temas que van desde los conceptos más sencillos hasta los medianamente complejos tales como: la llegada de la menarquia, definiciones del porqué, para qué y cómo de la menstruación, la gestión menstrual, la exploración del cuerpo y el autoconocimiento; temas que serán asesorados con profesionales de la salud y expertas en la educación menstrual para la creación del guion.

Teniendo en cuenta la complejidad de los temas para un público que los desconoce por la escasez de información, el proyecto se articula en un formato audiovisual con una gráfica minimalista y tridimensional. Esta gráfica con elementos sintetizados en la técnica de 3D permitirá que el público observe los aspectos relevantes, conecte con las formas por su tridimensionalidad al ser llamativo y, sobre todo, facilite su comprensión de manera que el público pueda retener la información y asimilar el conocimiento. Para esto se ha diseñado tres personajes secundarios que representarán los tres enfoques: biológico, psicológico y social; de manera que cada uno intervenga con el personaje principal, el cual representará a la forma humana de una niña o adolescente que está experimentando su primera menstruación. La representación de los personajes será minimalista y conceptual debido a la diversidad de las personas menstruantes, pero también tendrán un aspecto de caricatura apelando al lado humano característico del tema, como el diseño de personajes de la película *Inside Out* (2015), los cuales expresan las emociones del personaje principal de la película a partir de formas básicas con personalidades complejas. Además, estas animaciones serán acompañadas de una voz en off que pueda comunicar momentos complejos en específico, es decir que esta voz no narra de principio a fin la historia sino en momentos claves y necesarios, ya que la comunicación será

visual. Su finalidad es asegurar la comprensión de los temas expuestos en cada capítulo debido a que el mensaje a transmitir es que la información impulse que los miembros de la sociedad, tanto hombres como mujeres, sean conscientes del tema y lo asuman como un proceso vital libre de los tabúes que lo ocultan.

4.2.1. Diseño de marca

Fluyo es una marca que incentiva el autoconocimiento como herramienta de poder para la menstruación y transforma el miedo de la llegada de esta, en orgullo y libertad. Proviene del verbo fluir, el cual es un estado emocional positivo que las personas experimentan al realizar una actividad con libertad y espontaneidad al encontrar un equilibrio entre la capacidad y el desafío de la actividad. Es decir, Fluyo encuentra el equilibrio al capacitar a las niñas y adolescentes que se encuentran frente a su primera menstruación o se encuentren en este proceso, de tal manera que puedan sentirse libres y espontáneas durante su proceso. Además, tiene énfasis en el “yo” autónomo, es el aprender a fluir con la menstruación y sumergirse por completo en sus particularidades tras la reapropiación de la autonomía gracias a la educación y correcta gestión menstrual. La importancia de no ocultarlo más, a menos que así se desee, y tener la libertad de mostrarlo cuando se desee sin miedo o vergüenza.

4.2.1.1. Citas visuales

La estética visual del proyecto permite al público objetivo el sentirse relacionado o relacionar sus experiencias al utilizar formas básicas y personajes que no cuentan un aspecto físico en específico identificable, sino que se busca sintetizar sus elementos a sus formas más primarias para poder identificarlas por su esencia y concepto. De la misma manera, también se utilizan elementos orgánicos y tridimensionales para representar el aspecto fluctuante característico del ciclo menstrual, y la conexión con el usuario. El uso del color es vibrante y lúdico, llama la atención del público objetivo a primera vista pues el concepto es que pueda ser percibido con facilidad.

Figura 31

Colgate



Nota. Captura de pantalla de elaboración del proyecto Colgate. (UuU Studio, 2022)

Figura 32

Diseño tipográfico



Nota. Imagen de diseño de póster que enfoca la Combinación de tipografía y formas, Harkins (2022), Pinterest.

Figura 33

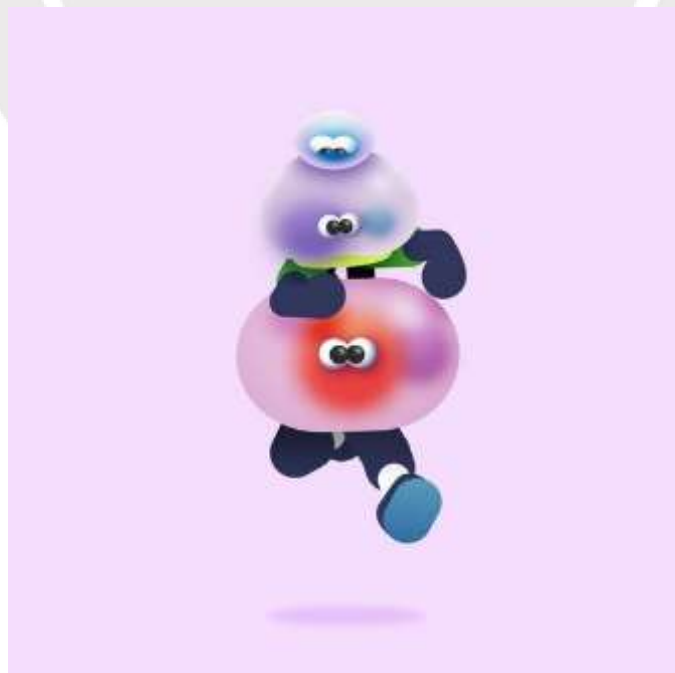
Lettering



Nota. Imagen de diseño tipográfico, Raben (2022), Instagram.

Figura 34

“More happy fellas just popping in your feed”



Nota. Render de diseño de personaje 3D, Colombo (2022), Twitter.

Figura 35

Inside Out



Nota. Imagen de una escena de la película Inside Out, Disney (2015).

Figura 36

Póster Totokaelo.



Nota. Diseño de póster para marca de ropa, Sanvictores (2021), Pinterest.

Figura 37

BAY SUMMER FUN X Philippe Katerine



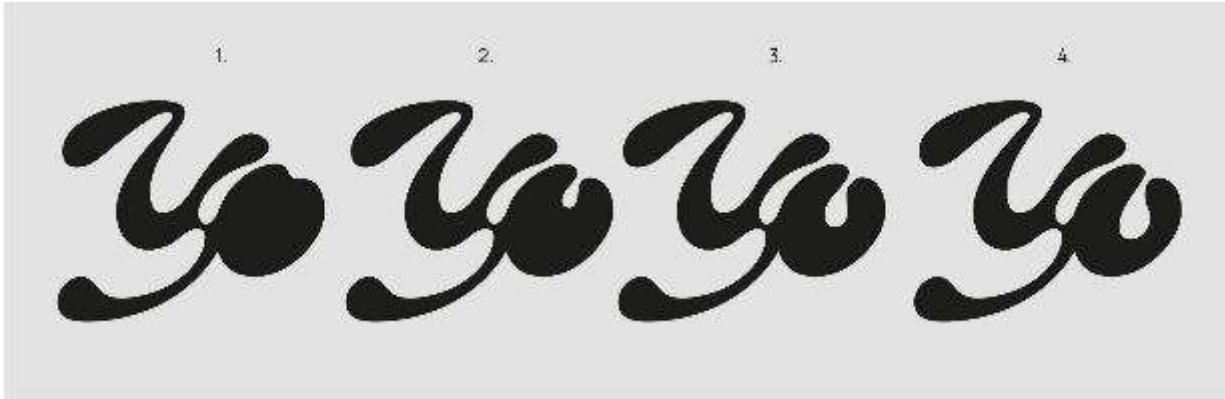
Nota. Fotografía de intervención en el espacio público, Katerine (2022).

4.2.1.2. Logotipo

El desarrollo del logotipo para *Fluyo* se construyó bajo el concepto y personalidad mencionado anteriormente. Para esto se realizaron una serie de bocetos tomando en referencia la estética y las tipografías seleccionadas. Juntando ambos estilos, se obtuvo como resultado una composición tipográfica dibujada a mano dividida en dos partes que se complementan. Esta división se da en el énfasis de la palabra “yo”, debido al concepto de individualidad de la marca, para que cada persona se sienta identificada y se apropie de este concepto para sus propias vidas; de tal manera, este tiene un tratamiento más orgánico e irregular que es característico del ser humano, mientras que “flu” representa el equilibrio al tener una tipografía más geométrica con pesos similares, pero sin perder su lado orgánico en su tratamiento. Por otro lado, respecto a la presentación del logotipo, se propuso una animación de cuatro tiempos en donde la última letra “o” (ver figura 38), se forme hasta el final de la animación, pues esta forma hace referencia al tema del ciclo menstrual por la caída de la sangre. Además, para una presentación complementaria del logo se realizó una pieza 3D para resaltar el “yo” y se conecte con el tratamiento estético del proyecto de micro-animaciones.

Figura 38

Pauta de animación del logotipo



Nota. Pauta de animación para el logotipo *Fluyo* (2022).

Figura 39

Pieza 3D del logotipo.



Nota. Render 3D del logotipo *Fluyo* (2022).

Figura 40

Logotipo Fluyo



Nota. Diseño de logotipo para Fluyo en versiones positivo y negativo (2022).

4.2.1.3. Tipografía

En la elección tipográfica, la intención es crear contrastes en referencia a la parte lúdica e informativa del proyecto, por tal motivo se escogieron dos familias tipográficas: *Pillowlava* y *Manrope*. La primera es una tipografía dinámica del tipo manuscrita que tiene como característica principal la irregularidad y fuerza en sus curvas, inspirada en las fluctuaciones de la lava al encontrarse con el agua. En este caso representan la parte lúdica y orgánica del ciclo menstrual, que se encuentra en equilibrio con el empoderamiento a través de sus formas geométricas, en formato bold. Su aspecto fluctuante e inconsistente lo hace llamativo, por tanto, su uso será para títulos principales, letras capitales o composiciones mixtas con la tipografía secundaria. Por otro lado, *Manrope* es una tipografía moderna del tipo sans-serif que cuenta con siete variantes que van desde el *ExtraLight* hasta *ExtraBold*, lo cual permite diversificación para establecer jerarquías en su empleo en las piezas gráficas. Su aspecto minimalista y redondeada le brinda mayor legibilidad al tener una construcción geométrica con trazos más simples que van acorde al concepto, además que encuentra un equilibrio con la tipografía *Pillowlava* pues sus formas conectan en el aspecto orgánico. Su uso está destinado para cuerpos de texto en su estilo más ligero, títulos secundarios y bajadas en sus estilos con mayores pesos.

Figura 41

Tipografías de Fluyo



Nota. Composición de tipografías seleccionadas (2022).

Figura 42

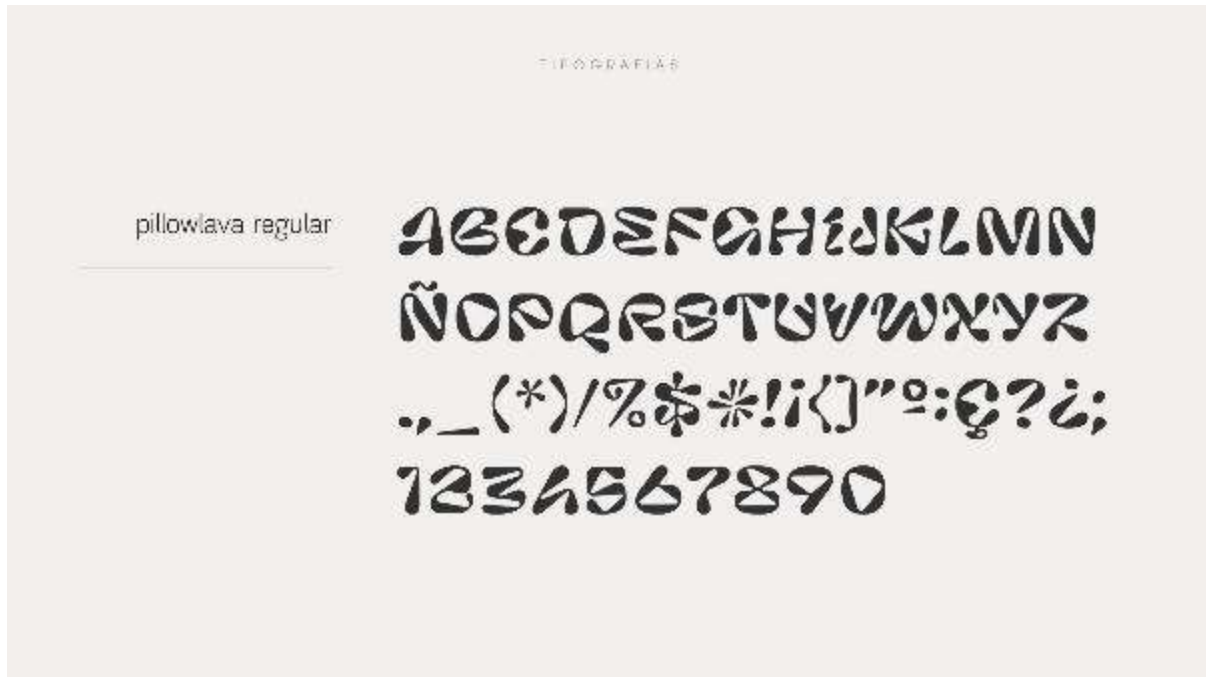
Tipografía "Manrope"



Nota. Tipografía seleccionada para el proyecto (2022). Elaboración propia

Figura 43

Tipografía “Pillowlava”



Nota. Tipografía seleccionada para el proyecto (2022). Elaboración propia

4.2.1.4. Sistema de color

El sistema de color propuesto para el proyecto “Fluyo” se compone por seis colores representativos al concepto. Para esta selección se ha aplicado la semiótica del color, la cual indica que el sentido que aporta a una imagen o diseño se basa en dos componentes: la iconicidad cromática y la psicología de los colores; esto en conjunto vincula la imagen a sentimientos y emociones (Costa, 2003). De tal manera, la paleta se constituye en tres colores principales y tres complementarios con el objetivo de representar un concepto sólido que se encuentren en el mismo contexto; ya que según Heller (2008), ningún color se encuentra aislado pues siempre estará rodeado de otros y su efecto será determinado por su propio contexto, su combinación no es accidental sino de experiencias universales enraizadas en el lenguaje y pensamiento colectivo. En ese sentido, los colores asociados para este proyecto conectan significados en base a las experiencias del público objetivo sobre la menstruación,

infancia, y el conocimiento; por otro lado, se consultó como fuente principal el libro de “Psicología del color” por Eva Heller, por su larga investigación sobre los colores y sus efectos.

Los colores principales se basan en los siguientes colores: rojo, violeta y rosa. El rojo, color de la sangre y de la vida, que transmite el poder y la fuerza en el acto de liberación a través de la mancha menstrual como también la alegría debido a su tonalidad cálida; el rosa, combinado con el rojo representa la inocencia y lo femenino; el lila, que proviene del violeta, es percibido como un color extravagante y mágico por ser muy extraño en la naturaleza y que además es asociado al feminismo por su simbolismo de la libertad y dignidad; de tal manera, la asociación de estos tres colores principales representan lo femenino y la infancia, con énfasis en el simbolismo del empoderamiento y dignidad. Los colores complementarios son de tonalidad más fría, por un lado, está el verde y azul en una tonalidad más oscura que generan un contraste armónico; el verde, color de la esperanza y lo natural, que representa la salud y funciona como intermediario entre lo cálido y frío; junto al azul, color de la armonía y el conocimiento, brindan una cualidad positiva y agradable pues representan la unión de la tierra y el cielo; finalmente contrastan con un amarillo cálido, el color de la diversión y amabilidad, el cual es cálido al lado de los colores principales elegidos anteriormente y también representa la inteligencia por su luminancia. En conjunto, el sistema de color seleccionado para Fluyo, transmite una vibra cálida, divertida y de confianza por el uso de colores vívidos y variados en completa armonía; además que apelan al imaginario colectivo del público que asocian los colores al conocimiento, salud y empoderamiento (Heller, 2008).

Figura 44

Sistema de color de Fluyo



Nota. Paleta de color seleccionada para el proyecto (2022).

4.2.1.5. Universo Gráfico

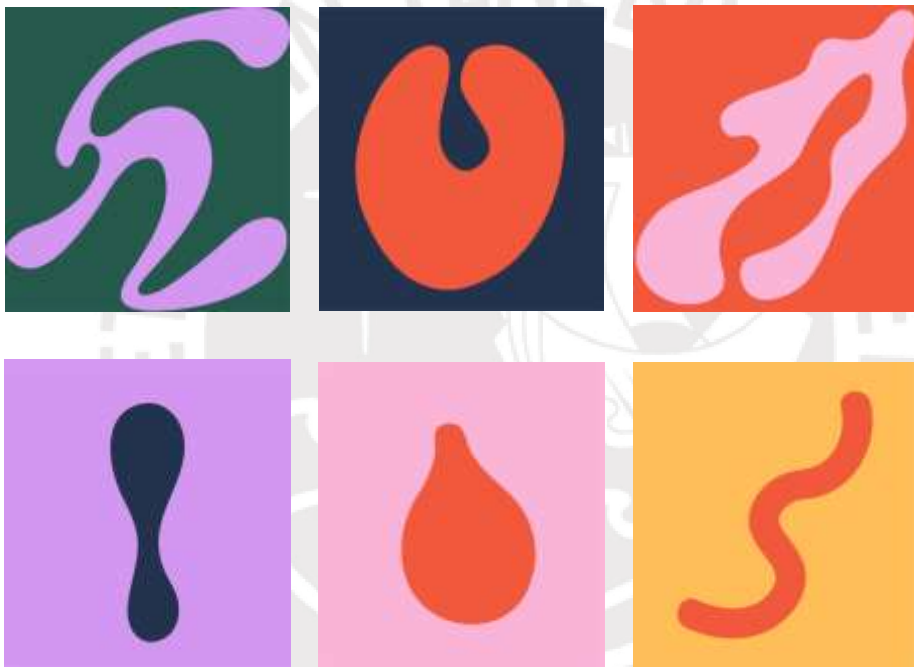
El universo gráfico desarrollado para Fluyo corresponde a los lineamientos planteados para la marca, que representan la libertad y el fluir de una menstruación digna. Para su desarrollo, se tiene en cuenta que toda imagen tiene la capacidad de transmitir un mensaje ya que esta se construye a partir de signos que entablan vínculos entre una realidad existente, artificial o imaginaria, los cuales atraviesan un recorrido generativo de sentido y una situación de lectura, para finalmente componer una comunicación a través de la semántica. Es así que la memoria o el imaginario colectivo intervienen en el proceso creativo y de recepción en la interpretación de la imagen, pues está referida a una realidad (Radulescu, 2020).

Por tal motivo se han diseñado elementos gráficos que correspondan a una realidad existente en el imaginario colectivo, referentes a elementos del cuerpo femenino como la vulva, el clítoris, la sangre menstrual a través la síntesis y abstracción de estos elementos, haciendo énfasis en la organicidad irregular y dinámica de estas imágenes. La composición de estos signos se interpreta desde el lado imaginario en su lenguaje orgánico como libertad, diversión

y fuerza; y desde su imagen real en los elementos del cuerpo femenino. Estas imágenes representarán el universo gráfico de Fluyo y su uso podrá realizarse de forma compuesta como individualmente, es decir que pueden funcionar como imagen sola (ver figura 45), como también para acompañar composiciones gráficas o en el caso del patrón de trama para la marca, donde todos los elementos se reúnen en un patrón (ver figura 46).

Figura 45

Elementos gráficos



Nota. Elementos gráficos para Fluyo (2022).

Figura 46

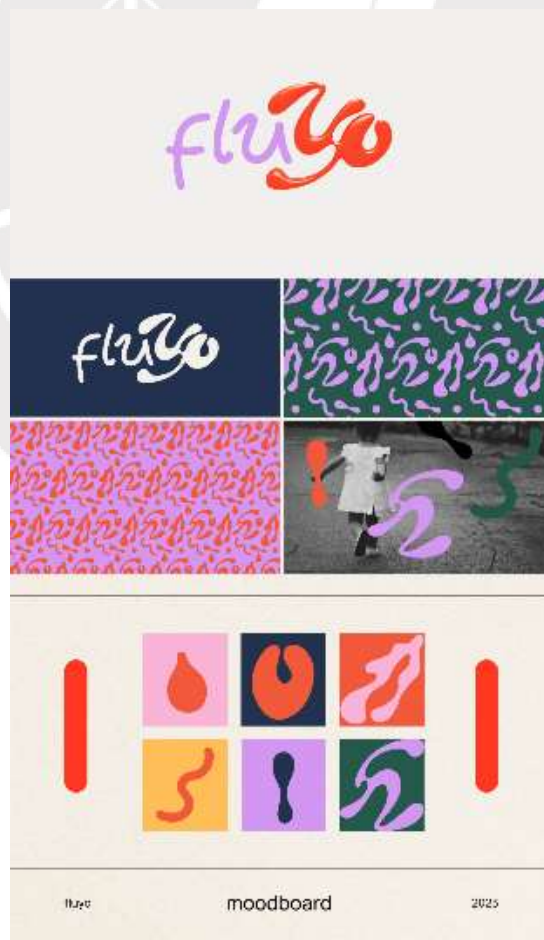
Tramado de Fluyo



Nota. Tramado de patrón para Fluyo (2022).

Figura 47

Moodboard Fluyo



Nota. Diseño de moodboard visual para Fluyo (2022).

4.2.2. Diseño de personajes

El estilo gráfico es minimalista, orgánico y *cartoon* por lo que el tratamiento de los personajes deberá sintetizarse a su forma más primaria sin perder el carácter de cada uno. Se han desarrollado cuatro personajes que protagonizarán los nueve capítulos planteados para la serie con sus dimensiones y objetivos. El personaje principal es Wen, quién es una niña de doce años que está experimentando su primera menstruación y tiene muchas dudas al respecto, ella es muy curiosa, atenta y decidida a expresar sus dudas y sentimientos respecto a su proceso; por tal motivo, se desarrolló el diseño de un personaje que pueda representar estas características y que su imagen no represente una figura humana en específico pues su objetivo es que el público objetivo pueda identificarse con ella pero comprendiendo que tiene su propia individualidad, es así que el cuerpo tiene formas anchas y sólidas que representan la seguridad de Wen, la cabeza y mejillas anchas que representan la infancia y el conocimiento.

Por otro lado, se planteó los personajes secundarios que se reparten en tres papeles importantes, estos hacen referencia a los enfoques pilares del ciclo menstrual: biológico, psicológico y social. El rol de estos personajes en la serie es el de acompañar a Wen en su proceso menstrual y responder las dudas que le van surgiendo en cada episodio, como sus amigas imaginarias que le explican con metáforas lo que sucede dentro de su cuerpo. El primer personaje que representa el aspecto biológico es Bao, personaje inspirado en los ovarios que son los encargados de la producción en el ciclo menstrual y cuyo nombre proviene de un juego de letras; el cual se obtuvo del cambio de orden de las primeras tres letras de ovarios y el reemplazo de la 'v' por una 'b' para darle un aspecto más amigable, el objetivo de este personaje es encargarse de tener todo en orden y cuidar de los demás pues tiene una personalidad atenta y protectora; por tal motivo, su forma circular brinda confort y seguridad mientras que el monóculo la dota de sabiduría. El siguiente rol, psicológico, es representado por Nina que proviene de la palabra 'serotonina' ya que el personaje está inspirado en la unidad del sistema nervioso; por ende, su

forma alargada pues su diseño se basa en la estructura de una neurona. Ella se encarga de las reacciones y emociones de Wen durante su proceso, por tal motivo tiene una personalidad expresiva pero también es muy inteligente y comunicativa. Finalmente, el último enfoque, el social, es representado por Vu, el cual está inspirado en la forma de los óvulos ya que es una unidad que entra contacto con agentes externos; por tal motivo, tiene un personalidad amigable y divertida que siempre está en actividad con otros personajes extras idénticos a este.

En general los personajes fueron inspirados en el cuerpo humano femenino y aquellos elementos que constituyen al ciclo menstrual con el fin de que puedan ser memorables por la afinidad del tema; además, la aplicación del sistema de color de la marca se distribuyó equitativamente en los personajes pues son estos quienes finalmente representarán su universo (ver figura 51).

Figura 48

Bocetos de personajes





Nota. Fotografías del proceso de bocetado para la construcción de personajes para *Fluyo* (2022).

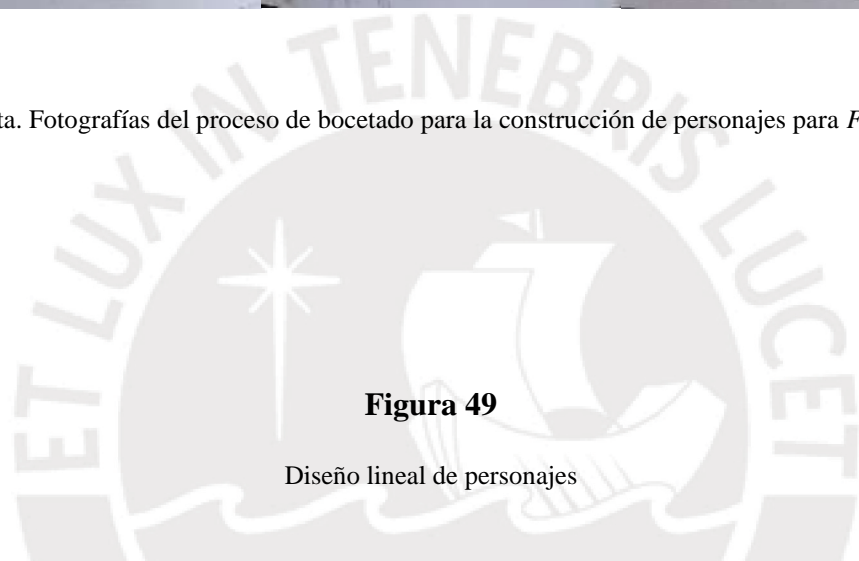
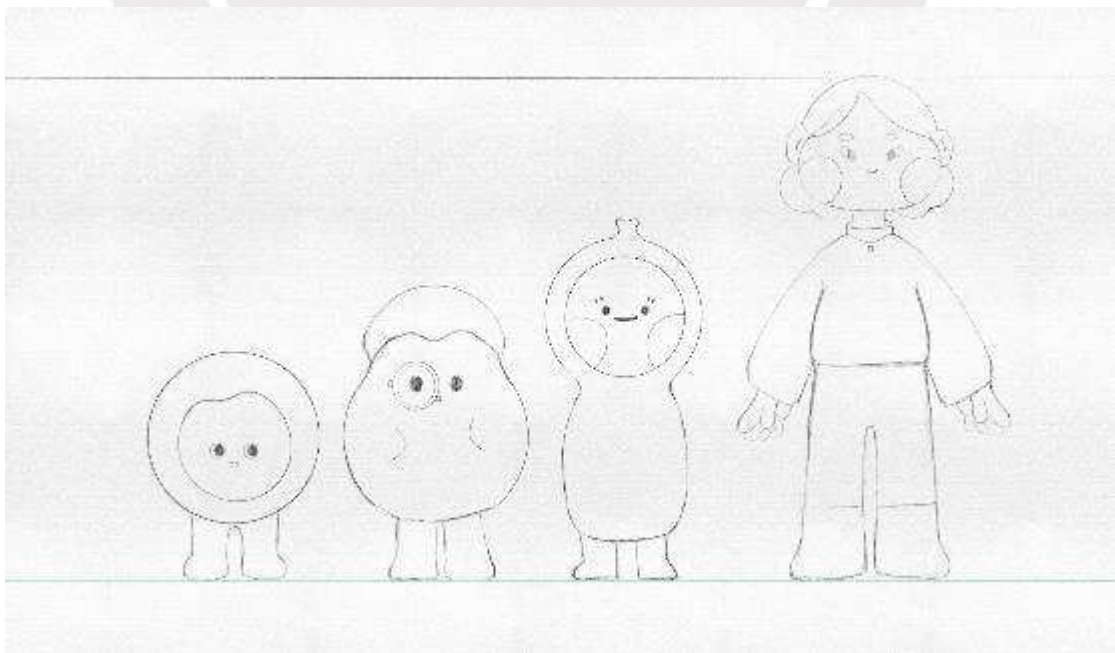


Figura 49

Diseño lineal de personajes



Nota. Ilustración digital del diseño de personajes en línea para *Fluyo* (2022).

Figura 50

Diseño de personajes



Nota. Ilustración digital del diseño conceptual de personajes para *Fluyo* (2022).

Figura 51

Personajes de Fluyo 2D



Nota. Ilustración digital del diseño de personajes en 2D para *Fluyo* (2022).

Figura 52

Artes conceptuales de Wen



Nota. Diseño de lámina del diseño de Wen en 3D para *Fluyo* (2022).

Figura 53

Artes conceptuales de Vu.



Nota. Diseño de lámina del diseño de Vu en 3D para *Fluyo* (2022).

Figura 54

Artes conceptuales de Nina.



Nota. Diseño de lámina del diseño de Nina en 3D para *Fluyo* (2022).

Figura 55

Artes conceptuales de Bao.



Nota. Diseño de lámina del diseño de Bao en 3D para *Fluyo* (2022).

4.3. Objetivos del proyecto

El objetivo principal del proyecto es brindar información oportuna sobre el proceso y gestión menstrual desde una perspectiva integral con enfoque bio-psico-social. Y los objetivos secundarios son identificar los tabúes asociados a la menstruación para deconstruir sus significados y promover diagnósticos tempranos y el desarrollo general asociados a la salud menstrual.

4.4. Diseño de la comunicación

Para la etapa de distribución en la planificación de este proyecto se utilizarán medios digitales y físicos; en primer lugar, la campaña de intriga será lanzada por redes sociales como Instagram y TikTok a través de publicaciones que darán a conocer la marca, la serie animada y sus personajes con datos para que el público se familiarice con la narrativa y genere expectativa al lanzamiento del producto final, con conocimiento previo a este. Además, extractos de las mismas micro animaciones en formato de avance o tráiler serán lanzadas por medio de estas mismas y YouTube, las cuales redirigen al espectador hacia el repositorio web que está planeado para el lanzamiento; estos medios tienen como objetivo generar la mayor cantidad de seguidores fieles al proyecto que hablen, discutan e impulsen el consumo del producto final a través de la plataforma oficial así como también el incentivar el conocimiento y educación de este tema tan importante que es la menstruación.

Por otro lado, se emplearán medios físicos como parte de la campaña de activación a través de pósters que serán desplegados en el espacio público, lugares concurridos por el público objetivo del proyecto como también los actores secundarios relacionados a este, tales como: instituciones educativas, paraderos, centros de salud, parques, y centros comerciales; el objetivo es llamar la atención con la gráfica propuesta y el tema en sí para llamar a la acción y reflexión a los múltiples actores como los padres de familia, pues tendrán títulos sugestivos

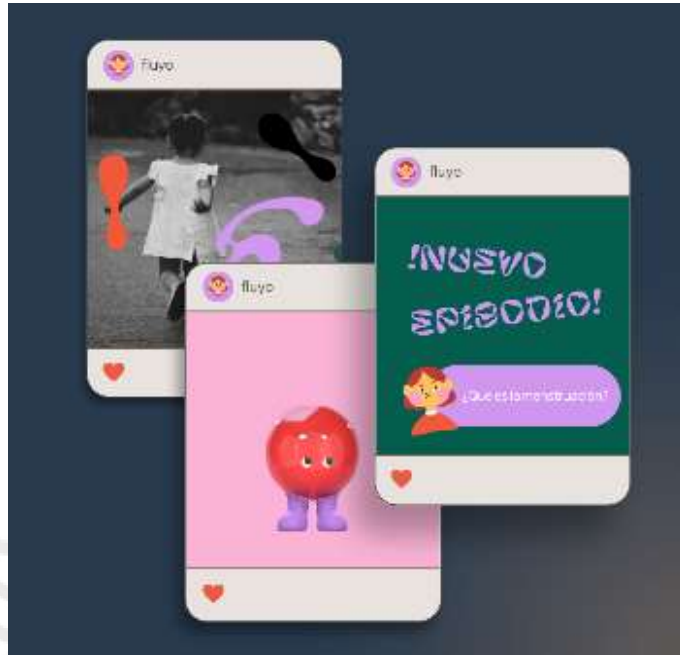
acompañado de un código QR para re dirigir a los espectadores hacia el lanzamiento del proyecto y sus medios de comunicación.

Para el lanzamiento de la serie animada, la pieza principal, se instalará dentro de una plataforma digital propia que viene a ser un repositorio web donde se podrá visualizar todos los capítulos separados en orden por temas específicos como una fuente organizada de consulta, los cuales serán acompañados con información complementaria a cada tema tocado en el capítulo respectivo y respuestas a preguntas frecuentes respaldadas por especialistas en educación menstrual de manera que se pueda brindar un acompañamiento indirecto y una plataforma donde el público objetivo pueda compartir sus experiencias o dudas al respecto, también para el otro público interesado que pueda ampliar la conversación para la educación menstrual y desee saber más. El objetivo de este lanzamiento es poder acceder a una sola fuente de consulta que sirva como guía y herramienta para la educación menstrual.

Finalmente, como otro medio de difusión en su distribución es la exhibición del material audiovisual en ferias o conversatorios sobre la menstruación que se realizan a nivel nacional de forma presencial y virtual como también a nivel Latinoamérica como el “Encuentro Latinoamericano de educación, salud y activismos menstruales”, el cual es organizado por la Escuela de Educación Menstrual “Emancipadas” desde el año 2018, para que pueda ser exhibido y utilizado como herramienta en actividades educativas.

Figura 56

Instagram de Fluyo.



Nota. Mockup de Instagram post para Fluyo (2022).

Figura 57

TikTok de Fluyo.



Nota. Mockup de campaña en TikTok para Fluyo (2022).

Figura 58

Cartel social promocional



Nota. Mockup del diseño de cartel social para la promoción de Fluyo (2022).

4.5. Descripción del público objetivo

Tras el análisis de los actores asociados al problema, se identificó que las niñas y adolescentes que experimentan por primera vez o se encuentran en sus primeros años del ciclo menstrual son afectadas directamente por la escasez de información debido a los tabúes que el contexto les enseña y proyectan sobre ellas como también porque no cuentan con los conocimientos y herramientas necesarias para su correcta gestión menstrual. Por lo tanto, tras el trabajo de campo, el público objetivo son niñas y adolescentes entre nueve y quince años, las cuales se caracterizan por tener un conocimiento superficial sobre la menstruación limitado al enfoque reproductivo que obtuvieron a través del colegio, sus madres o internet, siendo estos dos últimos sus fuentes de consulta habituales. Además, la mayoría de las niñas y adolescentes asocian la menstruación como una experiencia negativa, aparte de las sintomatologías, debido a que han escuchado burlas y comentarios negativos respecto a la menstruación. En la encuesta realizada para este proyecto, un 46% indicó haber sentido vergüenza al estar menstruando, sobre todo si otras personas se enteran más aún si son hombres, quienes suelen hacer burlas sobre el tema. En el estudio de *Retos e Impactos del Manejo de Higiene Menstrual para las*

Niñas y Adolescentes en el Contexto Escolar presentado por UNICEF Perú (2020), se menciona que el 99% de las chicas confirman haber experimentado sentimientos de vergüenza por las mismas razones.

Por otro lado, como se menciona en la relación del público objetivo y el proyecto, las niñas y adolescentes presentan mayor afinidad con el uso de tecnologías digitales por internet, por su característica inmediata y por su visualidad, también por plataformas de redes sociales como TikTok, Instagram y YouTube, las cuales presentan mayor afluencia de este público. Además, debido al nivel de exposición, durante estas edades suelen ser supervisados en acompañamiento de figuras adultas como padres o hermanos mayores. Más del 90% de las encuestadas para este proyecto mencionaron que se sentirían cómodas al hablar de la menstruación con familiares y amigos cercanos, ya sea entre hombre y mujeres.

4.6. Relación entre público objetivo y proyecto

Los hábitos de consumo de medios digitales por niñas y adolescentes entre los nueve a quince años son relevantes para el proyecto de diseño pues será implementado a través de estos; por lo tanto, es necesario considerar el nivel de confluencia con la que interactúan. En el Perú, de acuerdo con el *Instituto Nacional de Estadística e Informática - INEI*, el uso de internet por la población de niñas, niños y adolescentes incrementa con el paso de los años teniendo como cifra que el año 2020 aumentó a un 69,8% en las edades de seis a once años, y a 85.7% en las edades de doce a dieciocho años (UNICEF, 2021). De este modo, se puede observar que el público objetivo presenta mayor afinidad con el uso de estos medios digitales debido a la época de apogeo tecnológico en la cual se desarrollan, por lo tanto, el proyecto se articula de forma directa a ellas pues a esta misma edad es cuando la información sobre el ciclo menstrual debe ser oportuna de manera que puedan estar preparadas para lo que van a vivir o están viviendo. Muñoz, Fragueiro y Ayuso (2013) mencionan que: “Esa gran capacidad de adaptación ante estas nuevas herramientas, deben ser usadas para poner en práctica nuevas formas de

aprendizaje, de tal manera que se pueda sacar el máximo partido de ellas”. El aprovechamiento de estas herramientas permitirá que la información sea de mayor alcance y desarrolle la autonomía al disponer de material educativo lúdico que pueda ser consultado en cualquier momento.

En el informe de la UNICEF, *Niños en un mundo digital* se señala que “los niños y adolescentes menores de dieciocho años representan aproximadamente uno de cada tres usuarios de internet en todo el mundo” (2017). La comunicación será implementada a través de medios digitales como redes sociales enfocados a los hábitos de consumo de este público; además, también se dará a través de medios físicos como pósteres que serán exhibidos en el espacio público, los cuáles serán redirigidos a otros actores secundarios como padres de familia o figuras adultas que puedan hacer uso del proyecto de forma personal como también para comunicar al público objetivo de manera directa como se observó durante las encuestas de investigación, donde aquellas menores de once años requirieron de ayuda externa para tener acceso al formulario.

Figura 59

Público objetivo



Nota. Representación del público objetivo de Fluyo (2022).

4.7. Pieza principal

La pieza principal del proyecto es una serie audiovisual animada llamada *Fluyo* que presenta temas distintos de educación y gestión menstrual, su contenido se distribuye a lo largo de nueve capítulos con duración de uno a dos minutos aproximadamente. El desarrollo del producto final ha de pasar por distintas etapas que se dividen en tres: preproducción, producción y postproducción. El proceso de la etapa de preproducción se realizó a través de los siguientes pasos:

Tabla 1

Preproducción.

| | |
|---|--|
| 1. <i>Recopilación de información</i> | Selección de información relevante al tema para comunicar, teniendo en cuenta los tres enfoques principales: biológico, psicológico y social. Esta información es consultada con expertos en cada área. |
| 2. <i>Distribución de temas y delimitación de episodios</i> | Se realiza un compendio de temas, en asesoría con profesionales de la especialidad de ginecología, y sociología con estudios en menstruación, y se delimitan los más relevantes para ser comunicados a través de cada capítulo. Teniendo como resultado nueve episodios. |
| 3. <i>Definición de la estética</i> | Tras el análisis de la información e investigación se define la estética adecuada para el diseño de la serie. |

| | |
|--|---|
| <p>4. <i>Guion técnico o storytelling</i></p> | <p>Se realiza el planteamiento del <i>storyline</i> de la historia que unifique todas las partes y luego se procede a desarrollar la premisa que seguirá cada capítulo.</p> |
| <p>5. <i>Diseño de personajes y escenarios</i></p> | <p>Construcción de personajes a nivel historia en base a la trama de la serie y sus dimensiones. Seguido a esto, el diseño a nivel gráfico de los personajes, sus ambientes y el planteamiento del sistema de color en ambos.</p> |
| <p>6. <i>Escenas y secuencias</i></p> | <p>Planteamiento de la cantidad de escenas y secuencias de cada capítulo para pautar las acciones y el tono de cada capítulo de forma organizada y coherente.</p> |
| <p>7. <i>Storyboard</i></p> | <p>Ilustración de forma secuencial de cada historia dentro de la serie con el propósito que pueda servir como una guía visual para su desarrollo, donde se especifica sobre todo los planos y estructura de cada escena.</p> |

Nota. Etapas para el desarrollo de preproducción del proyecto (2022).

Para la siguiente etapa, producción, se desarrollarán los pasos a continuación.

Tabla 2

Producción.

| | |
|--|--|
| 1. <i>Diseño de personajes 3D</i> | En referencia al diseño de personajes 2D se emplea la construcción de la malla en 3D para cada personaje. |
| 2. <i>Diseño de escenarios 3D</i> | Construcción de escenarios y elementos utilitarios, según el capítulo, donde se desarrollan e interactúan los personajes en cada historia. |
| 3. <i>Composición e iluminación 3D</i> | Composición de los personajes en escena según corresponde el guion, y el trabajo de iluminación para cada una de la misma manera. |
| 4. <i>Animación</i> | Construcción del <i>rig</i> o esqueleto para cada personaje que permitirá su movimiento, para luego animar los personajes en escena según corresponda en conjunto al escenario, elementos utilitarios, luz y cámara. |
| 5. <i>Grabación de voz en off</i> | Se realiza la grabación de voz de la narradora para cada capítulo. |

Nota. Etapas para el desarrollo de producción *del proyecto* (2022).

Finalmente, para la última etapa que es la de post producción, se procede al renderizado de las escenas animadas para luego llevarlas y unificarlas en edición de vídeo; a la par se trabaja el sonido como parte de la musicalización que acompaña a la historia en conjunto a la voz en off, según dicte el guion técnico.

Tras este proceso, se completó el desarrollo de la etapa de preproducción que permitió resumir la información y distribuirla a lo largo de nueve capítulos (ver tablas 1 y 2); donde cada uno tiene como objetivo responder a cuestiones que no se han profundizado durante la educación de las niñas y adolescentes, como aquellas que no se dialogan por la vergüenza que podría experimentarse. También se cuestiona los tabúes y estigmas relacionados al ciclo menstrual con el objetivo de llevar a la reflexión a los espectadores. La historia funciona como un material de guía introductoria para los distintos cuestionamientos alrededor de la menstruación a través de metáforas lúdicas que permitirán el aprendizaje a través del juego y la memoria.

Como resultado del análisis para la definición de la estética a emplearse, se planteó del tipo *cartoon* y minimalista; y para la definición de la técnica, se concluyó en un tratamiento en 3D pues es el más adecuado por su actual popularidad en el público objetivo y su capacidad de conectar con el espectador. Estos se presentan a través de un tratamiento estético llamativo y lúdico, por la fuerza de los colores vívidos en armonía que saltan a la vista junto a las formas redondas, juguetonas y minimalistas que facilitan la comprensión de los temas presentados; el dinamismo de la animación y su atractivo visual brinda una experiencia única en la educación menstrual.

Tabla 3

Listado de episodios

| | | |
|------------|-----------------------|---|
| Capítulo 1 | El gran <i>show</i> . | La llegada de la menstruación y el resumen del proceso durante esta fase menstrual. |
| Capítulo 2 | ¿Por qué y para qué? | La importancia del ciclo menstrual como un signo de salud |

| | | |
|------------|------------------------|--|
| | | para el cuerpo femenino. |
| Capítulo 3 | El festival de Wen. | Vista amplia del ciclo menstrual como un proceso cíclico que se divide en cuatro fases. |
| Capítulo 4 | Wen, ¿En qué piensas? | Los cambios a nivel psicológico del ciclo menstrual y sus manifestaciones. |
| Capítulo 5 | ¿Un cambio de look? | Los cambios a nivel físico del ciclo menstrual y sus manifestaciones. |
| Capítulo 6 | ¡Atención, Wen! | La importancia del autocuidado frente a posibles síntomas que pueden ser señales de alerta durante el ciclo menstrual. |
| Capítulo 7 | Los flotadores de Wen. | Los distintos artículos de gestión menstrual disponibles y sus cualidades. |
| Capítulo 8 | La leyenda cuenta... | Exposición de mitos y creencias alrededor del ciclo menstrual que afectan la experiencia de menstruar. |
| Capítulo 9 | ¡Es una fiesta! | La importancia de abrir la plática menstrual para todos, entre hombres y mujeres. |

Nota. Episodios de la serie Fluyo y su temática respectiva (2022).

Como parte del desarrollo de la preproducción se estableció el *storyline* que seguirá la serie de micro animaciones, el cual contiene la esencia de la historia o el resumen del conflicto en el que se ve involucrado el protagonista (Farfán, 2022). En este caso el *storyline* es: Una curiosa niña de 12 años ha experimentado la llegada de su primera menstruación, por lo que tiene muchas dudas al respecto, pero no tiene información para resolver las incógnitas que le van surgiendo; sin embargo, sus pequeñas amigas imaginarias, que viven dentro de ella, aparecieron para acompañarla y ayudarla a resolver sus dudas durante este viaje del ciclo menstrual.

En paralelo se desarrolló la sinopsis argumental que resume todo el argumento de la historia en base a la estructura de Jean Michael Adam sobre el texto narrativo clásico que se divide en cinco partes: situación inicial, complicación, acciones, resolución, y situación final (Farfán, 2022). Esta sinopsis se describe en las siguientes líneas: En el baño de un cálido hogar se encuentra una curiosa niña de 12 años llamada Wen, quien se encuentra muy emocionada, pero al mismo tiempo confundida sobre lo que está sucediendo con su cuerpo pues le ha llegado

su primera menstruación, pero no sabe cómo reaccionar, qué hacer o pensar al respecto pues nunca ha recibido información sobre este nuevo proceso dentro de su hogar o el colegio ya que en su entorno no es un tema común de ser conversado ya sea por sus profesores, amigos o familia. Su madre le ha explicado que es algo normal y dado toallas menstruales para usar cuando esto suceda, pero Wen no siente que esto sea suficiente y su curiosidad por saber más le gana, es así que su mente se ve nubla con una gran nube de preguntas y no puede esperar en conocer qué es lo que le espera de ahora en adelante por lo que decide conocerlo todo y ser una experta sobre su propio cuerpo. No obstante, sus pensamientos y mil preguntas se ven interrumpidas por la llegada de sus nuevas mejores amigas llamadas Vu, Bao y Nina, que son tan pequeñas como para vivir dentro del cuerpo de Wen como parte de ella, quiénes amablemente se ofrecen a ser su compañía número uno durante este nuevo viaje llamado ciclo menstrual y estar para ella en cada duda que le surja pues desean que se diviertan juntas experimentando este proceso. Tras la sorpresa de esta nueva llegada. Wen se emociona y acepta empezar este viaje en compañía de sus nuevas amigas; de ahora en adelante cada mes se ven envueltas en distintas situaciones y aventuras, al mismo tiempo que surgen nuevas preguntas, que les traerá risas, molestias, y muchas nuevas emociones de las cuáles aprenderán cada mes en compañía de las ocurrencias de estas pequeñas acompañantes. Finalmente, Wen está impresionada por lo mucho que puede conocer sobre sí misma a medida que crece y su emoción aumenta al mismo tiempo porque siempre hay una nueva aventura y algo nuevo que aprender pues su cuerpo está en constante cambio; ahora sabe qué hacer, cómo y con quién acudir cuando tenga dudas y preocupaciones con respecto a su ciclo menstrual.

Finalmente, tras desarrollar la estructura de la historia sobre cómo empieza, evoluciona y se transforma en general, se procede a construir el universo de cómo se desenvuelve esta historia a través de los nueve capítulos; de tal manera, se ha desarrollado la estructura, secuencias y escenas de cuatro capítulos que permitirán comprender cada historia de forma

técnica y narrativa, de los cuales los dos primeros serán complementados con el planteamiento del storyboard para visualizar las propuestas a través de planos y estética. Finalmente, se completó la producción del primer capítulo en el diseño de personajes y escenarios, composición e iluminación, y la animación para el renderizado de las artes conceptuales.

4.7.1. Capítulos

El capítulo uno se titula como “El show principal: ¿qué es la menstruación”, el cual tiene el objetivo de explicar la llegada de la menstruación y el resumen del proceso durante esta fase menstrual, y el planteamiento de la premisa para esta historia es que la llegada de la menstruación es como un gran espectáculo que se prepara dentro del cuerpo uterino una vez al mes para recibir a los protagonistas del show principal tras el recorrido por las trompas de falopio, el óvulo seleccionado que lo interpreta la pequeña Vu. Sin embargo, en este camino para la preparación del show y la selección de su co-estrella para el acto principal no se completa por lo que continúan sin este acto y culminan exitosamente como todos los meses, para finalmente dismantelar el escenario y prepararse para el siguiente acto del mes, que se ve reflejado en la expulsión de la sangre al final de esta fase. De tal manera, se ha desplegado una escaleta cinematográfica del guión para este episodio con cuatro secuencias y doce escenas que narran a detalle la historia (ver tabla 4) y en base a esta estructura se ilustró el storyboard para planificar la estructura del capítulo de forma visual con una secuencia de viñetas (figura 61).

Tabla 4

Escaleta del episodio uno.

| | | |
|-------------|----------|--|
| Secuencia 1 | Escena 1 | Wen está en el baño, y se sorprende al observar una mancha de sangre en su ropa interior |
|-------------|----------|--|

| | | |
|-------------|----------|--|
| | Escena 2 | Los pequeños amigos imaginarios de Wen aparecen en el escenario por detrás de ella para resolver sus dudas. |
| Secuencia 2 | Escena 3 | Dentro del escenario imaginario. Bao está rodeada de varios personajes como Vu, haciendo alusión a la producción óvulos por los ovarios |
| | Escena 4 | Tras jugar a su alrededor, Bao anuncia los resultados de la audición para el gran show del mes donde solo uno puede ser elegido. Se hace alusión al óvulo maduro entre todos los producidos por el ovario |
| | Escena 5 | Bao es encargado de cuidar de la pequeña Vu, y le muestra un camino peculiar hacia el concurso para el que fue seleccionado. Hace alusión a la rotura del folículo que impulsa al ovario maduro hacia las trompas de falopio. |
| Secuencia 3 | Escena 6 | La pequeña Vu continúa su recorrido a través del camino (Trompas de Falopio) con la ayuda de pequeños personajes que la impulsan para llegar al escenario. |
| | Escena 7 | Finalmente, Vu ha llegado a la primera parada; sin embargo, en esta parada le informan que el show requiere de una co-estrella y que deberá esperar hasta elegir a una. Mientras tanto, la construcción del escenario está en proceso para recibir su show. Alusión al revestimiento del útero en la espera de fecundación del óvulo maduro por un |

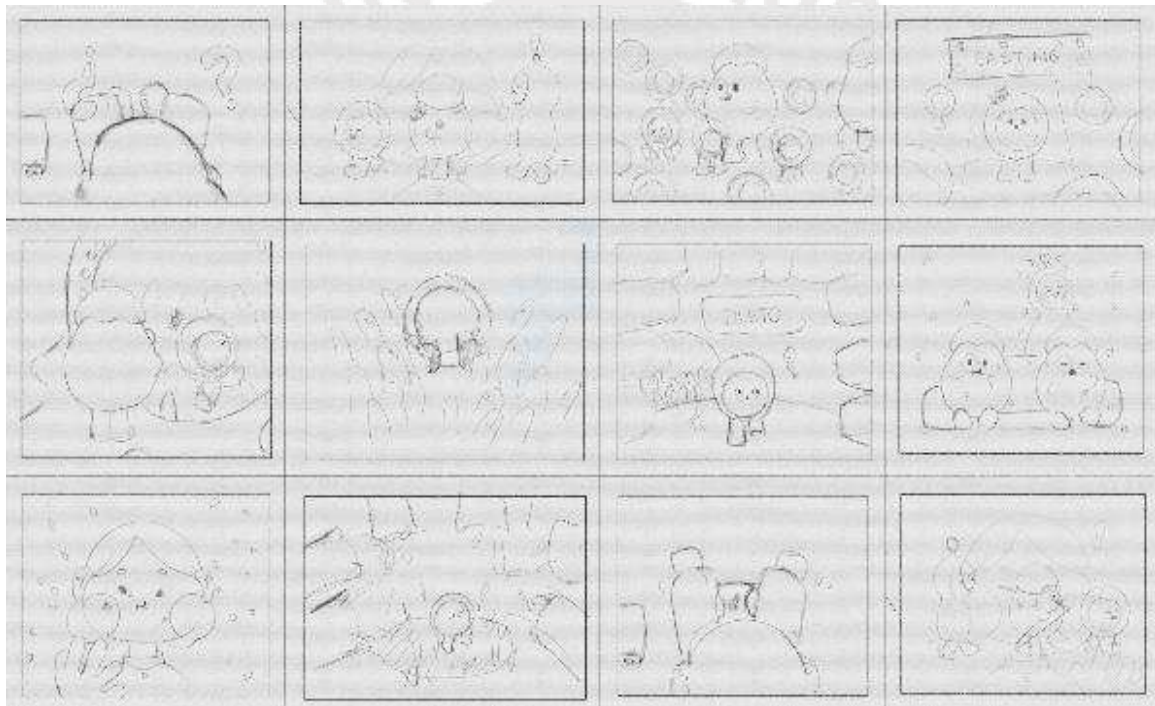
| | | |
|-------------|-----------|--|
| | | espermatozoide. |
| | Escena 8 | Bao y su gemela, emocionadas observan el recorrido de la pequeña Vu, de la emoción desprenden estelas de luz que Nina recoge mientras va de un lado a otro con muchas emociones. Los ovarios durante este proceso producen hormonas femeninas como estrógeno y progesterona que también llegan al cerebro. |
| | Escena 9 | Se cambia de escena al exterior donde se ve a la niña en primer plano que observa un brote de acné hormonal en su mejilla, mientras las estelas de luz flotan alrededor de ella. Se muestra uno de los efectos tras este proceso. |
| | Escena 10 | Vuelve a la escena de Vu, quien se ha quedado profundamente dormida tras la espera y desaparecido en cada bostezo. En el escenario se observa a los acompañantes de Vu continuar con el show y al finalizar explotan confeti como celebración y se desmantela el escenario. Esto hace alusión a la sangre, tras el revestimiento del útero se desprende y cae tras la desaparición del óvulo no fecundado. |
| Secuencia 4 | Escena 11 | Vuelve a la escena exterior con el primer plano, donde se observa la ropa interior manchada de sangre por este confeti anteriormente lanzado. |

| | | |
|--|-----------|--|
| | Escena 12 | Culmina con el rostro de Wen con una sonrisa en el rostro y risas tras haber recordado qué es la menstruación. Los personajes aparecen por detrás saliendo de la escena, dando a entender la repetición del ciclo. |
|--|-----------|--|

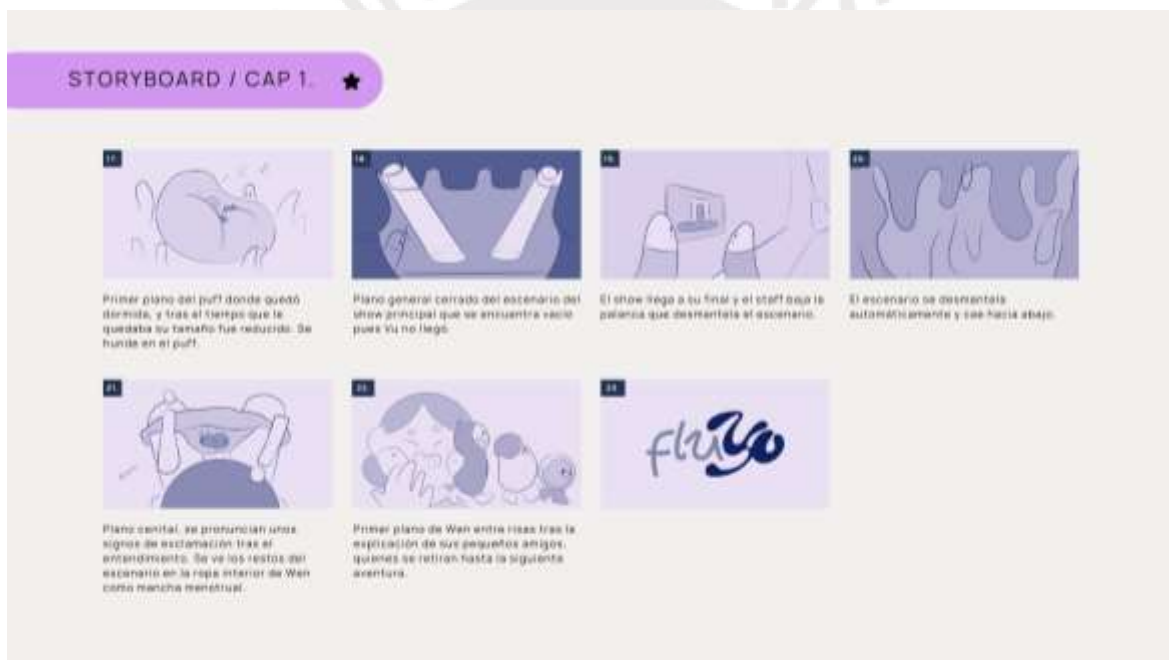
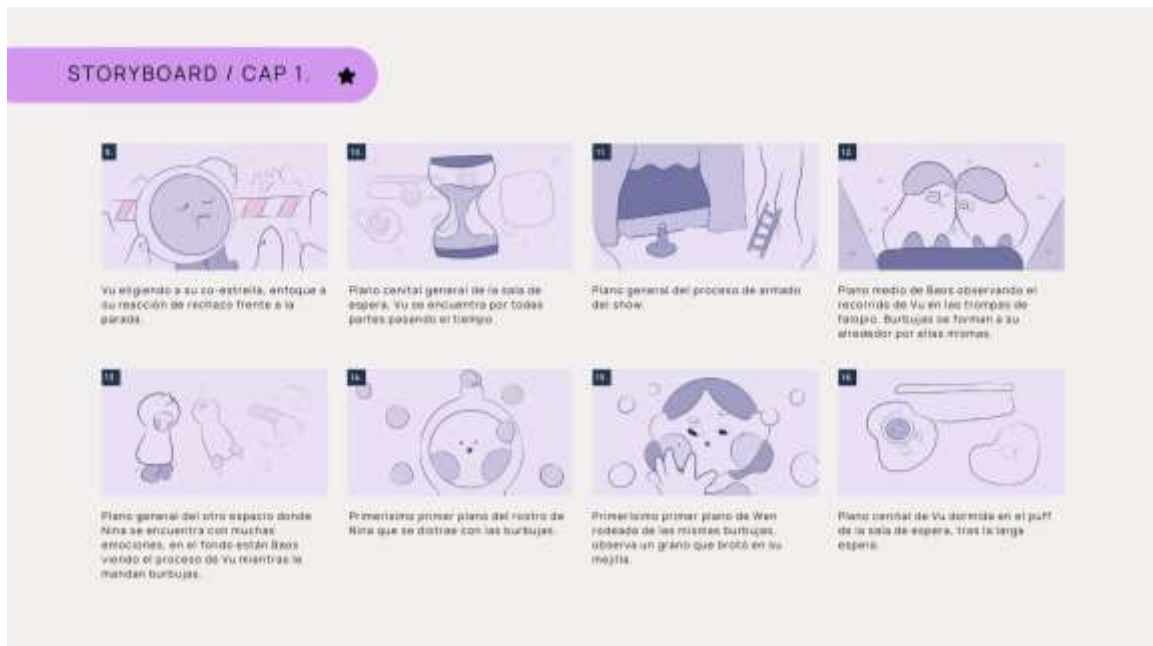
Nota. Escaleta del episodio uno de la serie de micro animaciones de *Fluyo* (2022).

Figura 60

Boceto de Storyboard – Episodio 1



Nota. Ilustración del boceto de storyboard para el capítulo 1 de la serie de micro animaciones de *Fluyo* (2022).



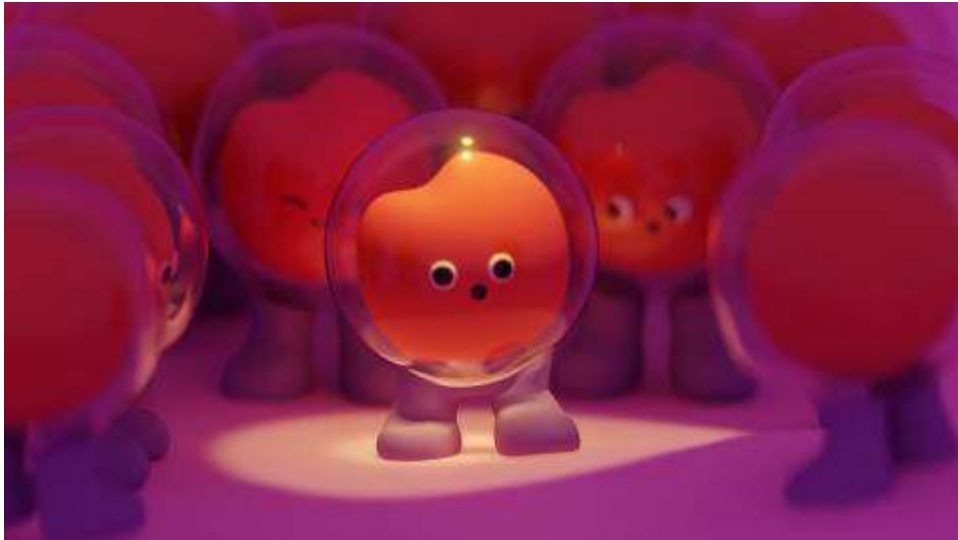
Nota. Ilustración de *storyboard* para el capítulo uno de la serie de micro animaciones de *Fluyo* (2022).

Finalmente, para este primer episodio se realizó la producción del renderizado de las escenas más importantes para las artes conceptuales (ver figura 62) y la post producción de animación para el avance/tráiler (ver anexo 4), que permitirá poder tener una visión más cercana al producto final pues ya se encuentran con el diseño de personaje y escenarios 3D, más la iluminación, composición, texturizado, planos y *keyframes*.

Figura 62

Artes conceptuales – Episodio 1

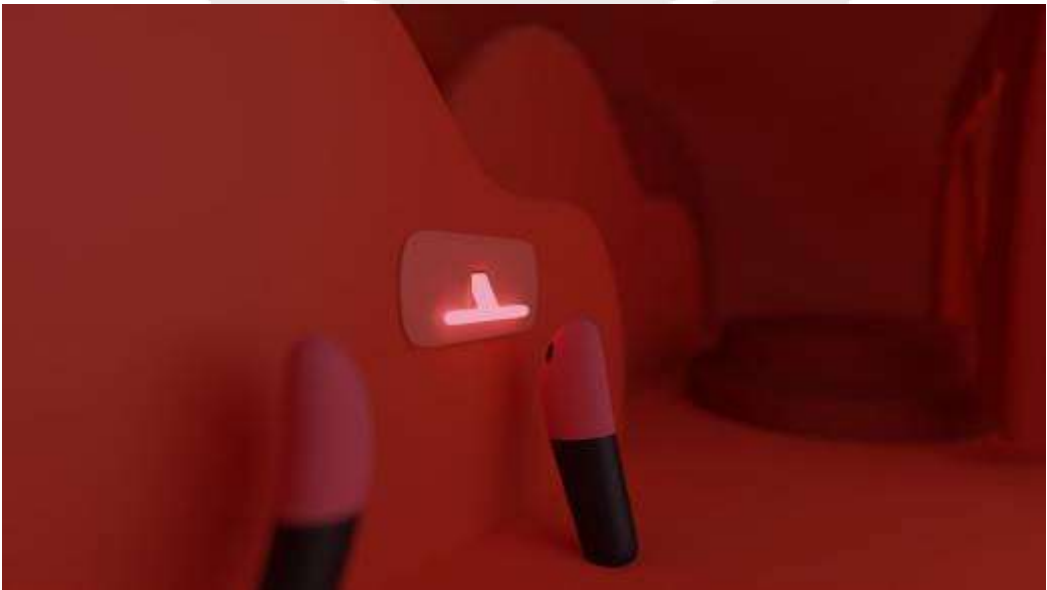
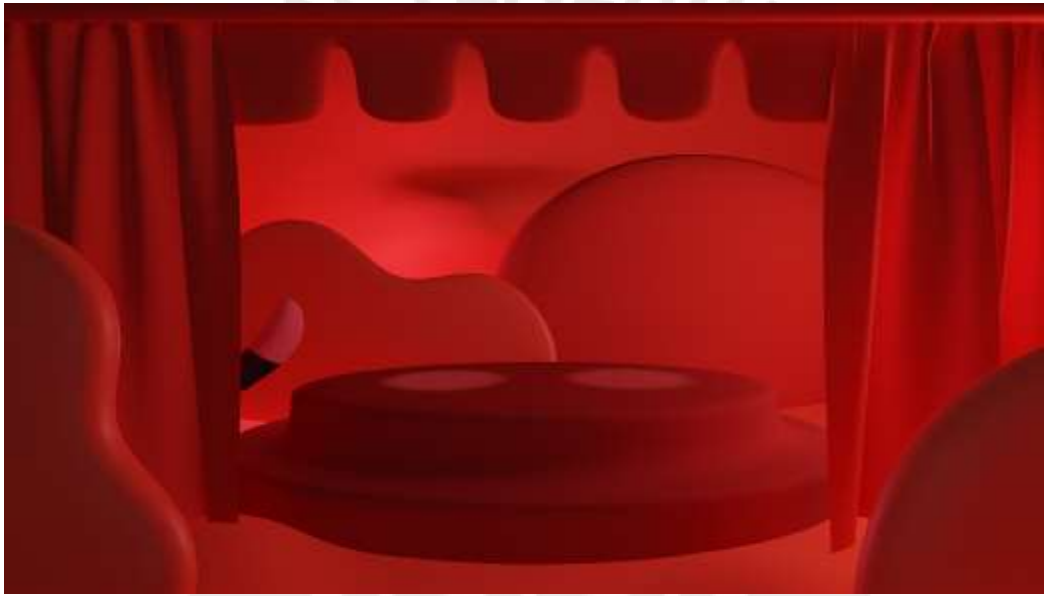


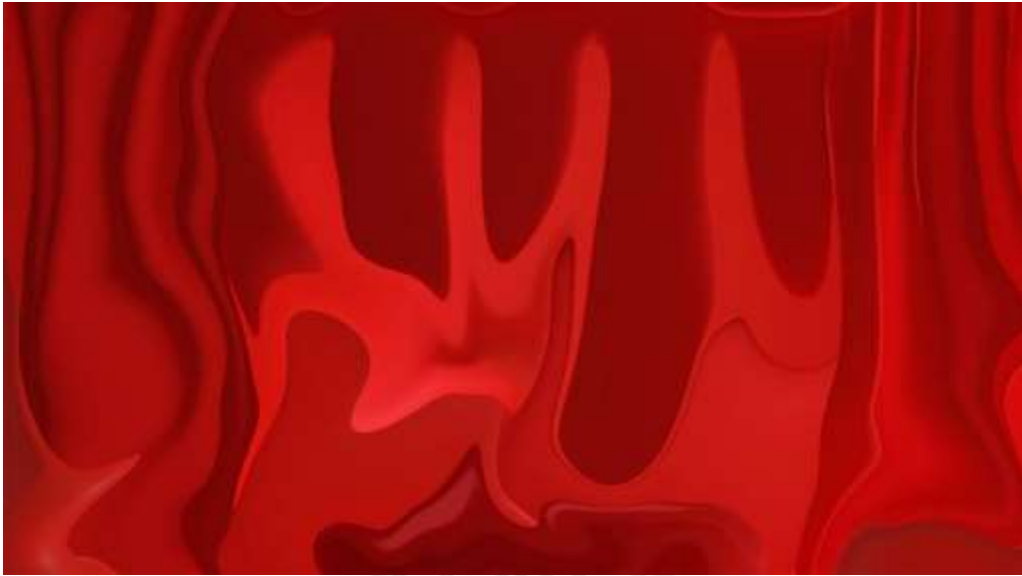












Nota. Renders para las artes conceptuales del capítulo uno de la serie de micro animaciones de *Fluyo* (2022).

El siguiente capítulo desarrollado es el tercero que se titula como “El festival de Wen: proceso cíclico y etapas” y tiene como objetivo exponer una vista amplia del ciclo menstrual como un proceso cíclico que se divide en cuatro fases; en consecuencia, la premisa se describe con una metáfora del ciclo menstrual como un festival que sucede dentro del cuerpo de Wen. Bao, Vu y Nina le explican cada fase como distintas etapas dentro del festival donde la primera se llama fase folicular, que es el inicio del festival donde te sientes optimista y emocionada por lo que está por venir, se la compara como la mañana o la primavera; la fase ovulatoria es como el medio del festival, es medio día y se compara con el verano, donde te sientes en la cima del mundo y lista para conquistarlo todo; la fase lútea es la penúltima parte donde ya está por terminar el festival en la tarde y se compara con el otoño, donde tus emociones pueden fluctuar de un extremo a otro, como si estuvieras montando en una montaña rusa; y la última fase es la menstruación que es como llegar al final del festival de noche y se compara con el invierno, donde tomas el tiempo para recuperarte antes de volver a la siguiente edición del festival. Esta historia se desarrolla en seis secuencias de catorce escenas; de igual manera, se tiene la estructura en la escaleta cinematográfica (ver tabla 5) y la compilación de viñetas del storyboard (ver figura 63).

Tabla 5

Escaleta – Episodio 3

| | | |
|-------------|----------|--|
| Secuencia 1 | Escena 1 | Wen se encuentra sentada en la alfombra de su habitación con una expresión desconcertada con las manos sobre su vientre. Vu, Bao y Nina aparecen por encima de la cama para hacerle compañía y Wen les comenta que no entiende porqué se siente así. |
| Secuencia 2 | Escena 2 | Vu emocionada se asoma con un cartel impreso que dice “Festival de Wen”, seguida por Bao y Nina. Wen sorprendida |

| | | |
|-------------|----------|---|
| | | las sigue con la mirada. |
| | Escena 3 | Vu, Bao y Wen aparecen sobre una ruleta con 4 espacios, donde cada una está posicionada. Bao, quién está en el espacio con las luces encendidas, presiona el botón del centro que activa la ruleta para llevarlas dentro del festival. |
| | Escena 4 | Bao le explica que este es el comienzo del festival de Wen y la primera fase, llamada Folicular. Ahora se encuentran en la entrada del festival que está decorada con muchas flores y colores. Emocionadas se quedan admirando todas las actividades que tiene este para ellas, y con expectativa avanzan con mucha energía dentro de esta. |
| | Escena 5 | Bao incita a Wen que en esta etapa puede aprovechar para estar en movimiento y hacer planes divertidos en el carnaval. Bao emocionada va a la sección del carnaval donde arma arreglos florales. Vu sale corriendo a jugar con sus amigos al juego de la cuerda y Nina va saltando a subirse en los juegos mecánicos. |
| Secuencia 3 | Escena 6 | De pronto, vuelven a la ruleta y esta vez las luces se encuentran encendidas en el lado de Vu, quien salta sobre el botón para volver al festival. |
| | Escena 7 | Ahora se encuentran en el centro del carnaval donde el estado de ánimo es positivo, el sol está brillando y Vu sobre todo se encuentra muy feliz, le indica a Wen que en esta fase disfrute de hacer actividades para ella misma y es llamada Ovulación. Bao le regala a Wen su arreglo floral e indica a Vu que debe prepararse para el show principal, haciendo referencia al |

| | | |
|-------------|-----------|---|
| | | capítulo anterior. Nina se ve muy emocionada de patinar junto a su amistad. |
| Secuencia 4 | Escena 8 | Nuevamente, regresan a la ruleta y esta vez la luz se encuentra del lado de Nina. Con una expresión muy tranquila presiona sobre el botón para regresar al festival. |
| | Escena 9 | El sol ha bajado para la puesta, las hojas y pétalos vuelan alrededor. Nina, con una expresión un poco decepcionada indica que se encuentra por terminar el festival, pero se anima al instante pues aún quedan actividades por disfrutar. |
| | Escena 10 | Vu vuelve un poco ansiosa pues el show principal está iniciando y no se encuentra lista ni su pareja de escenario, por lo que dismantelarán el escenario, Bao junta a ambas y las dirige a ver la puesta del sol y los fuegos artificiales al lado de la montaña rusa, el estado de ánimo de ambas cambió a uno positivo. |
| Secuencia 5 | Escena 11 | Nuevamente regresan a la ruleta y esta vez gira y las luces se prenden en el lugar de Wen. Todas se acercan y presionan el botón para volver al festival. |
| | Escena 12 | El ambiente está teñido de tonos rojos y cae una leve lluvia, que hace referencia a la sangre, con lugares de descanso y la comida del carnaval. Bao aparece para explicarle que están en la fase más popular del festival, o la fase menstrual pues aquí vienen a descansar tras todo el carnaval. Se ve el escenario con las cortinas cerradas y siendo dismantelado pues el show principal se canceló. |

| | | |
|-------------|-----------|---|
| | Escena 13 | Bao lleva a Wen a descansar en uno de los puffs con una mantita y observa que Vu tras comer tantos dulces del carnaval tiene un leve dolor en el estómago y Nina se encuentra feliz jugando con burbujas hasta que se tropieza y comienza a llorar, cuando voltea y Bao se había quedado muy cómodamente dormida. Nina incita a Wen a escribir en el libro sobre su experiencia para volver al siguiente mes. |
| Secuencia 6 | Escena 14 | Todas se quedan profundamente dormidas y vuelve la escena exterior donde Wen está en la habitación con una libreta en sus manos, con una expresión feliz pues ya comprendió lo que le sucedía. |

Nota. Escaleta del episodio tres de la serie de micro animaciones de *Fluyo* (2022).

Figura 63

Storyboard – Episodio 3



STORYBOARD / CAP 2: ★



POV Wen. Con el arreglo floral en la mano, que Nina le regaló, Yu guía la fase Oyufeteria en primer plano, detrás se ven elementos para actividades.



POV Wen. Plano general de la fase donde Nina patina junto a su pareja, y Bao despidió a Yu que se dirige hacia el show. Medio día/Verano



Plano general de la ruleta de 4 espacios sobre las 4 fases del ciclo menstrual. Nina presiona el botón que las llevará hacia su siguiente fase.



POV Wen. En primer plano está Nina con una expresión de preocupación, detrás está Yu de regreso. La puesta de sol en el fondo y pétalos volando. Sunset/Otaha



POV Wen. Plano general de la escena donde todas se juntan para disfrutar del momento. De fondo se ve la montaña rusa y la preparación del show.



Plano general de la ruleta de 4 espacios sobre las 4 fases del ciclo menstrual. Es turno de Wen, finalmente irán a la fase en que se encuentra ella



POV WEN. Bao le guía y la muestra el espacio de descanso. Yu se encuentra en el fondo descansando, el show principal está siendo desmantelado. Noche/Invierno



Plano general del área de descanso de la fase de menstruación. Bao duerme al costado, Nina llora por su tropiezo y Yu tiene leve molestia por tanto dulce

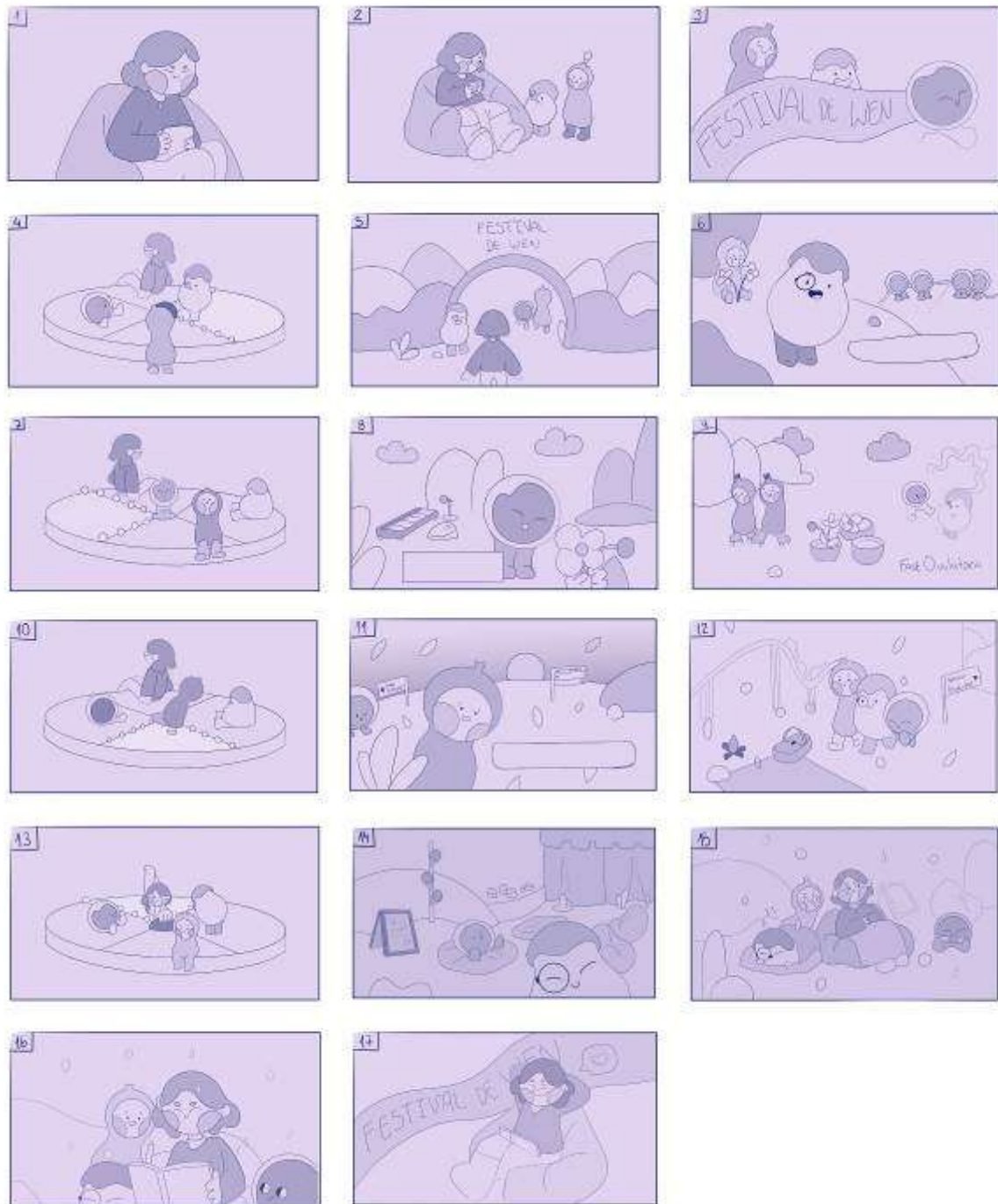
STORYBOARD / CAP 2: ★



Plano medio. Rodean a Wen, y la invitan a escribir su experiencia en el cuaderno del festival. Caen gotas de lluvia.



Plano general. En la habitación de Wen, sentado en su puff con el cuaderno y expresión positiva. En el fondo, el cartel del festival.



Nota. Ilustración de storyboard para el capítulo tres de la serie de micro animaciones de *Fluyo* (2022).

El siguiente capítulo es el sexto que se titula como “Atención, ¡Wen!: Señales de alerta”, este tiene como objetivo enseñar la importancia del autocuidado frente a posibles síntomas que pueden ser señales de alerta durante el ciclo menstrual para incentivar una buena salud

menstrual y la premisa de este episodio se narra con una metáfora del inicio de la menarquia como una fiesta sorpresa que el cuerpo celebra para sí misma, y dentro de esta el juego principal es una montaña rusa donde una se sube sin conocimientos previos sobre cómo es el juego pero a medida que se sube con frecuencia, será posible aprender a como disfrutar el viaje sin salir lastimada y finalmente podrá unirse a la fiesta para festejar al ritmo de esta. Para este capítulo se ha completado hasta el desarrollo de la escaleta cinematográfica que se divide en cuatro secuencias y once escenas (ver tabla 6).

Tabla 6

Escaleta – Episodio 6

| | | |
|-------------|----------|--|
| Secuencia 1 | Escena 1 | Wen está lista para ir a la escuela, pero de pronto siente un dolor intenso y ruido proveniente del estómago que hace que vuelva a su cama. De pronto Nina aparece con un cono de fiesta. ES UNA FIESTA. Los demás personajes aparecen detrás frente a sus ojos. |
| | Escena 2 | Se encuentran en el interior del cuerpo, donde parece haber una fiesta decorada de colores rojos. La atracción principal es una montaña rusa que es a donde Vu se dirige. |
| Secuencia 2 | Escena 3 | Antes de subir a la montaña se muestra un cartel de advertencia que indica presionar botón de ayuda y bajarse del juego tras alguna experiencia negativa que impida disfrutar del juego. Vu, emocionada ingresa al carrito y empieza su recorrido. |
| | Escena 4 | En la montaña rusa, Vu avanza y experimenta una bajada enorme que hace experimente un dolor muy intenso en el |

| | | |
|-------------|----------|--|
| | | estómago; con la fuerza que le queda presiona el botón de ayuda y se baja del juego. |
| | Escena 5 | Inmediatamente viene Bao y Nina a arreglar esa situación y ahora Vu en su segundo intento pasa por esa zona de forma tranquila. Sin embargo, pasa por una vuelta donde termina empapada del río rojo pues este estaba desbordándose, con los ojos empapados encuentra el botón y presiona para pedir ayuda. |
| | Escena 6 | Vuelven Bao y Nina para revisar el flujo del río y nivelarlo para disfrutar del juego. Vu, vuelve a subirse y ahora pasa por este sin ningún problema; sin embargo, tras muchas bajadas y subidas siente náuseas intensas y pide bajarse del juego. |
| | Escena 7 | Bao y Nina aparecen para arreglar el juego y reducen estas bajadas y subidas, ahora Vu ya puede disfrutar de este de manera tranquila. Sin embargo, Vu de repente se deprime y se baja del juego llorando desconsoladamente. |
| | Escena 8 | Preocupadas, Bao y Nina la invitan a subirse con ellas al juego y ahora disfrutan del juego juntas. Pasando por cada parada donde experimentan un leve dolor de estómago, pasan por el río y se mojan un poco, sienten pequeñas náuseas y otros síntomas parte del juego, pero lo disfrutan porque ya conocen. |
| Secuencia 3 | Escena 9 | Finalmente bajan del juego felices para unirse a la fiesta e intentar aprender un baile de celebración sincronizado. |

| | | |
|-------------|-----------|--|
| Secuencia 4 | Escena 10 | Vuelve la escena al exterior donde Nina está en su habitación, aún con el dolor intenso menstrual pide ayuda a su madre para ir con un médico. |
| | Escena 11 | Wen sale de la oficina de la aparente oficina del médico, feliz y con un gorro de fiesta. Wen ahora sabe que ciertos síntomas que experimenta durante esta fiesta tal y tal como Vu en su viaje en la montaña rusa, deberá aprender a escuchar su cuerpo y pedir ayuda cuando algo no esté bien para disfrutar y pasar un buen rato. |

Nota. Escaleta del episodio seis de la serie de micro animaciones de *Fluyo* (2022).

El último capítulo desarrollado es el séptimo que se titula como “Los flotadores de Wen: artículos de gestión menstrual y sus cualidades”, este tiene como objetivo mostrar los distintos artículos de gestión menstrual disponibles y sus cualidades a través de la premisa donde Wen no puede decidir entre tantos productos menstruales que encuentra en la tienda pues no sabe nada sobre estos; por tal motivo, sus pequeñas amigas aparecen para explicarle las cualidades de los distintos de artículos de gestión menstrual a través de la comparación de estos con flotadores que usarán durante la temporada de piscina, que hace referencia a la fase de menstruación, donde juegan y exploran con cada uno de estos flotadores para descubrir sus funciones. Finalmente, también se ha planteado la última escaleta cinematográfica para el séptimo episodio que se divide en cinco secuencias y diez escenas.

Tabla 7*Escaleta – Episodio 7*

| | | |
|-------------|----------|--|
| Secuencia 1 | Escena 1 | Wen, con una expresión de duda, se encuentra frente a un mostrador con distintos productos de gestión menstrual, pensando cuál de todos esos deberá elegir. Bao, Vu y Nina aparecen detrás de un producto para ayudar a Wen. |
| | Escena 2 | Dentro del mundo interior. Bao se encuentra sobre un flotador en forma de cama con forma de toalla sanitaria, Vu se encuentra sobre un flotador en forma de un calzón menstrual, mientras que Nina se encuentra a lado de un bote en forma de copa menstrual. Al lado se observa un flotador en forma de tampón menstrual. |
| | Escena 3 | Bao sugiere ir a nadar a la piscina de Wen, pues es divertida y se acomoda a ellas. Nina sugiere usar los flotadores que llevan, así que corren hacia la piscina con estos flotadores. |
| Secuencia 2 | Escena 4 | Vu salta con el calzón menstrual, pero se hunde. Bao jala la cama en forma de toalla sanitaria para relajarse, pero termina hundiéndose, así que Nina ingresa con la copa menstrual y empieza a jugar con el remo mientras da vueltas en la piscina. |
| | Escena 5 | Mientras tanto Bao vuelve a ingresar, pero esta vez coge la cama en forma de toalla que es otro material; sin embargo, vuelve a hundirse. Pero por suerte habían lanzado el tampón |

| | | |
|-------------|----------|---|
| | | a la piscina y ahora sí podía jugar. Solo la copa y el tampón les permitieron jugar en la piscina. |
| Secuencia 3 | Escena 6 | Salen a descansar fuera de la piscina con los flotadores para guardarlos y limpiarlos. Bao se encargó de las camas, pero la primera ya no se pudo y la segunda pudo limpiarla, pero no fue tan sencilla. Mientras tanto, su último flotador que es el tampón tampoco se pudo restaurar. Vu sale con el flotador de calzón, su limpieza es un poco más sencilla. Mientras Nina rápidamente limpió su bote y ya estaba descansando. |
| | Escena 7 | Tras el largo descanso que tuvieron aproximadamente de seis horas, despertaron y las toallas sanitarias con los tampones habían desaparecido. Se sorprendieron y tomaron cada una un flotador e imaginaron el tiempo que les quedaba. Bao con la toalla reutilizable vio que aún tenía tres años junto a esta, Vu inseparable de su calzón vio que aún le quedaba cuatro años más, mientras que Nina muy tranquila vio que aún le quedaban siete años. Estos años se vieron reflejados en la edad de Wen. |
| Secuencia 4 | Escena 8 | Tras esto fueron al garaje de Wen para revisar cuántos flotadores les quedaba para la temporada. Bao revisó que de las toallas reutilizables tenía alrededor de 10 unidades y modelos que puede ir intercambiando para todo el tiempo de uso, mientras que de los flotadores desechables tenía 15 en promedio solo para la temporada. Vu revisó emocionada |

| | | |
|-------------|-----------|--|
| | | que tenía 6 unidades para todo su tiempo de vida de distintos modelos, mientras que Nina se quedó descansando pues la copa era la única que necesitaba para la temporada. |
| | Escena 9 | Cada una eligió el flotador que les gustó más, e incentivaron a Wen a conocer el flotador que más se acomodaría a ella pues cada uno tiene más y más características que puede ir descubriendo en otros días de piscina. |
| Secuencia 5 | Escena 10 | Vuelve al exterior. Nina ahora contenta observa a sus pequeñas amigas irse, y se decide a escoger uno de todos los productos. |

Nota. Escaleta del episodio siete de la serie de micro animaciones de *Fluyo* (2022).

4.8. Piezas complementarias

Para las piezas complementarias que se articulan al proyecto, se contempla implementar el diseño de un repositorio web como parte del lanzamiento de la pieza principal pues su objetivo es el recopilar la serie de micro animaciones en su totalidad, que acompañe con información relevante y complementaria a cada capítulo, que pueda aportar al conocimiento y mayor entendimiento del tema expuesto. El repositorio web funcionará también como un espacio de encuentro no solo para las niñas y adolescentes sino también para los otros actores asociados que estén interesados en la información y divulgación del tema que puedan aportar como profesionales, y que se puedan informar como los hombres, madres, entre otros. Es así que su diseño será intuitivo, se dividirá en nueve clases correspondientes para cada capítulo, aparte de la sección de 'Inicio' que contendrá la introducción del proyecto; este repositorio seguirá la estética minimalista con el objetivo que la pieza principal de animación sea la gráfica

que resalte en la composición, seguido por la información complementaria que se describe debajo de esta, como en el siguiente ejemplo (ver figura 64).

Figura 64

Greater than Avatars



Nota. Landing page de serie de cortometrajes Greater Than Avatars, Lapa Ninja (2019), Pinterest.

Por otro lado, como parte de la posible activación de comunicación, se contempla la implementación de material impreso del diseño de pósters que serán distribuidos en la campaña de intriga que intervienen en el espacio público con dos propósitos principales, el redirigir al proyecto de la pieza principal y el generar un impacto que invite a la reflexión sobre los tabúes relacionados al ciclo menstrual. Desde el diseño será indispensable usar la estética y personajes de la pieza principal para la articulación homogénea del proyecto; sobre todo, seguir el lenguaje minimalista al reducir la paleta de colores en su aplicación, así como también en la distribución de elementos en la composición en relación a la tipografía del título sugestivo al tema.

Figura 65

Diseño de póster para Fluyo



Nota. Diseño de cartel social para campaña de intriga de Fluyo (2022).

4.9. Relevancia del proyecto, innovación, creatividad.

En la actualidad, el tabú menstrual sigue atentando a los derechos humanos, el acceso a la salud y a la educación menstrual oportuna para mujeres, niñas y adolescentes; por lo tanto, aún existe una especie de vacío cultural, institucional y social acerca del ciclo menstrual. La importancia de este proyecto se enfoca en dar a conocer y reducir el impacto de la vergüenza, ocasionada por el desconocimiento, a través de la implementación y distribución de información compleja de manera sencilla para las infancias y adolescencias que experimentan su primera menstruación en un contexto de incertidumbre, brindándoles información y acompañamiento desde un enfoque que aborda los tres aspectos esenciales del ser humano y de la menstruación:

biológico, psicológico y social, y no sólo del ciclo reproductivo; aún sigue sucediendo que niñas y adolescentes experimentan la menarquia desde el miedo y la ignorancia debido a que no se les ha otorgado las herramientas e información necesaria para una correcta formación. Esta debe ser impartida desde el empoderamiento y no desde el miedo, para incentivar el autoconocimiento y la autonomía pues el objetivo es la transformación de percepciones negativas para fortalecer la autoestima, el autocuidado y la reapropiación del cuerpo propio. El proyecto propone que esta se desarrolle desde el hogar, pues es este el primer lugar de interacción social y de confianza para este público, también donde reciben información a cargo de figuras paternas o tutores; ya que, como menciona (Ames, 2023) “muchas veces la escuela no es un lugar seguro para menstruar” y el hogar se presenta como el lugar que permite el desarrollo de información autónoma impulsada por los adultos en este.

Por este motivo, este proyecto también se abre al público en general como padres de familia, tutores o mujeres fuera del rango del público objetivo, que muestran interés sobre el tema; como también el acceso a la información para personas no menstruantes, lo cual les permitirá aprender, reflexionar y conversar con mayor libertad sobre el tema.

En la actualidad existe muy poco material conceptual, teórico, creativo, y de difícil acceso que generan poco interés; por lo tanto, no pueden ser usados como apoyo para procesos educativos por los padres de familia o educadoras. El proyecto aporta información de manera gráfica, lúdica y divertida, tomando como eje central el juego y la identidad que son características durante la etapa de niñez y adolescencia. Se emplean medios audiovisuales en formato de cortos animados que incentivarán el acceso a la información con una narrativa de fácil y rápida comunicación. Aprovechando la era digital actual, a la cual las infancias y adolescencias tienen mayor acceso e interacción, se propone un repositorio web que servirá como un medio informativo de apoyo a cada capítulo y el desarrollo de comunidad y discusión para múltiples interesados del tema como profesionales, sociólogos, artistas, entre otros; con

el fin de brindar un espacio accesible para la información donde se dialogue, retroalimenta y comparta temas de interés alrededor de la menstruación como charlas, talleres y otros espacios que incentiven generar lazos tanto de manera presencial como virtual ya que según Han en Parra (2022) “la información por sí sola no es capaz de explicar el mundo. Hace falta un proceso de racionalización y pensamiento crítico” y esta no solo se debe estancar a una fuente de información digital sino dar paso a otras más.

Por otro lado, el proyecto puede trabajar autónomamente, es decir, que el público objetivo tiene el poder de hacer uso de este material como una herramienta de autoaprendizaje; del mismo modo, puede ser y se recomienda el uso de este material como un recurso de apoyo en talleres y espacios educativos realizados por educadoras menstruales, y sobre todo para impulsar la conversación en el hogar.

La UNESCO en Marcos, M., & Moreno M. (2020) señala al respecto:

La educación relativa a los medios de comunicación será más eficaz si los padres, los maestros, el personal de los medios de comunicación y los responsables de las decisiones reconocen que todos ellos tienen un cometido que desempeñar en la creación de una conciencia crítica más aguda (p. 4).

De tal manera la educación menstrual deberá ser desde las bases y para toda la sociedad, así se lograrán cambios reales en torno a la menstruación.

Juicio de Pares

La propuesta del proyecto Fluyo fue presentada a través de una carpeta digital que contiene el resumen de la investigación, el diseño de marca, diseño de producción, planificación de producción, animatic del primer capítulo, y mockups del diseño de comunicación.

La primera profesional que evalúa el proyecto es Laura Lecaros, activista y difusora menstrual, quien felicitó la importancia de buscar normalizar y educar sobre un proceso que acontece a gran parte de la población actual sobre el cual hay mucho estigma; además que el guión y estilo visual tienen un buen desarrollo y logra hacer que el mensaje sea interesante, llamativo y que llegue a muchas personas.

La siguiente profesional en revisar el proyecto es Patricia Ames, antropóloga y docente, recalca la necesidad de desarrollo de soluciones frente a la problemática expuesta y apremia el correcto desarrollo del proyecto por el lado gráfico y conceptual; sin embargo, sugiere el acompañamiento previo de información al lanzamiento del proyecto, respaldado por profesionales en el campo de la educación sexual para el grupo de edad en específico, pues podría ser complicado la comprensión de metáforas expuestas en los episodios por la falta de conocimiento previo por parte del público objetivo. De tal manera, sugiere revisar minuciosamente la información, su comunicación y los subtextos que pueden promover para cumplir con los objetivos del proyecto.

Respecto al área de diseño del proyecto se consultó con tres profesionales del área. Milagro Farfán, docente y profesional en el área del diseño audiovisual, también resaltó la importancia de la contribución del proyecto a la educación sexual. En cuanto al desarrollo gráfico concluyó que su desarrollo es coherente e interesante tanto en la identidad de la marca como el diseño de personajes y universo gráfico. Sobre la narrativa, considera adecuado el planteamiento de los episodios para comprender el proceso; sin embargo, recomienda reformular algunos títulos para empatizar con el público objetivo. Por otro lado, también

recomienda realizar ciertas modificaciones en el guión del capítulo uno y seis para que el mensaje sea más claro y de acorde al público objetivo; así como también, recalca el ver la pieza audiovisual final y artes conceptuales de los demás capítulos para tener una mejor visualización de la serie. Finalmente, manifestó lo siguiente “considero que la aplicación gráfica para los contenidos en redes es adecuada para el branding del proyecto”.

Lilian Carranza, docente y diseñadora gráfica, describe el proyecto como interesante desde un punto de vista informativo-educativo y que contribuye de forma asertiva en la educación menstrual pues su desarrollo coincide y va de acorde al público objetivo delimitado en un contexto peruano donde aún existen mitos y tabúes respecto al tema.

Leila Munive, magíster y docente de animación, considera importante y pertinente el desarrollo del proyecto pues interviene en una etapa importante durante el crecimiento de las niñas y adolescentes; además, describe que la creación de personajes, estética, y programación de los episodios de forma original y amigable, debido a su correcto desarrollo.

En conclusión, la validación del planteamiento del proyecto fue positiva pues las profesionales concuerdan que el tema expuesto es de suma importancia y que este ha sido diseñado y desarrollado correctamente; por otro lado, las recomendaciones y sugerencias para la mejora de este, como la reformulación de títulos y la revisión de subtextos de las metáforas, han sido aplicadas para cumplir satisfactoriamente con los objetivos planteados.

Conclusiones

Tras lo expuesto anteriormente en la investigación y validación del proyecto con las respectivas profesionales del área, se puede concluir que el planteamiento del diseño de una serie de micro animaciones como una herramienta digital para la educación menstrual en niñas y adolescentes de 10 a 15 años es adecuado, pues su implementación será capaz de captar la atención del público objetivo de forma lúdica y llamativa. Desarrollar proyectos de esta naturaleza contribuye a la reflexión sobre el problema de los estigmas y tabúes asociados al proceso menstrual y ofrece un material informativo lúdico para ampliar el conocimiento sobre el tema, el bienestar menstrual y el empoderamiento femenino.

Fluyo se presenta como una alternativa educativa que satisface las necesidades de las niñas y adolescentes apelando al juego, que es característico de esta etapa, a través de una narrativa casual y memorable, la cual es aplicada con una gráfica coherente y sintetizada que apela a la infancia, que se conserva durante este proceso, para potenciar el proceso de aprendizaje a través del entretenimiento. La gráfica y el lenguaje permiten que las niñas e infancia se sientan representadas desde diferentes perspectivas pues se hace hincapié en la individualidad y un modelo no hegemónico.

Además, mejora la experiencia de la educación y promueve el autoaprendizaje en el hogar porque se presenta a través de plataformas digitales que están enfocados en este público en específico como redes sociales y una página web, al cual tienen acceso libre todas las personas interesadas en la educación menstrual por lo que también incentiva la interacción y plática sobre el tema. Por otro lado, el diseño del proyecto no solo apunta a un medio de información sino también satisface otras necesidades como el contacto presencial por lo que este proyecto se convierte en una herramienta complementaria e introductoria a utilizarse por educadoras menstruales en cursos, charlas y educación menstrual.

Finalmente, la serie de micro animaciones transforma mensajes prevalecientes de la menstruación para fortalecer la autoestima de niñas y adolescentes en la salud sexual desde una perspectiva respetuosa y sin verdades absolutas donde se puedan desarrollar libremente.



Recomendaciones

Se recomienda evaluar trabajar en alianzas estratégicas con canales digitales que promuevan la divulgación de contenido de educación menstrual a nivel de Latinoamérica, para que el material pueda ser introducido en actividades como transmisiones comentadas y se expanda su uso pues el material tiene el potencial de aplicarse fuera del contexto nacional por la temática que es indiferente a la locación. Por tal motivo, también se sugiere que se expanda fuera del ámbito del hogar, y se lleve al ámbito público donde intervengan instituciones que distribuyen el material dentro del ámbito educativo escolar como complemento de estas actividades. Esto permitirá que el objetivo de aprendizaje sea ampliado al utilizar el material como referencia y este detone conversaciones al respecto, de manera que contribuya a la autonomía y confianza.

Por otro lado, el proyecto Fluyo puede convertirse en una serie indefinida que continúe ampliando su catálogo de episodios con nuevos temas respecto al ciclo menstrual, ya que, este es extenso y tiene mucho por comunicar; además, puede desarrollar nuevas experiencias como talleres o materiales gráficos complementarios, como infografías, a la serie para fortalecer el conocimiento a través de distintas herramientas. Para lograr lo último, se incentiva la alianza con socios públicos o privados como ONG que puedan financiar el desarrollo del proyecto y su implementación.

Finalmente, tomar la serie de micro animaciones como referencia para la creación de nuevas propuestas creativas de educación y gestión menstrual que tengan en cuenta la realidad situada, contexto, intereses y necesidades del público objetivo; asimismo, que sea un medio para combatir y exponer el tabú menstrual existente para exigir recursos que permitan la gestión menstrual con dignidad y educación menstrual.

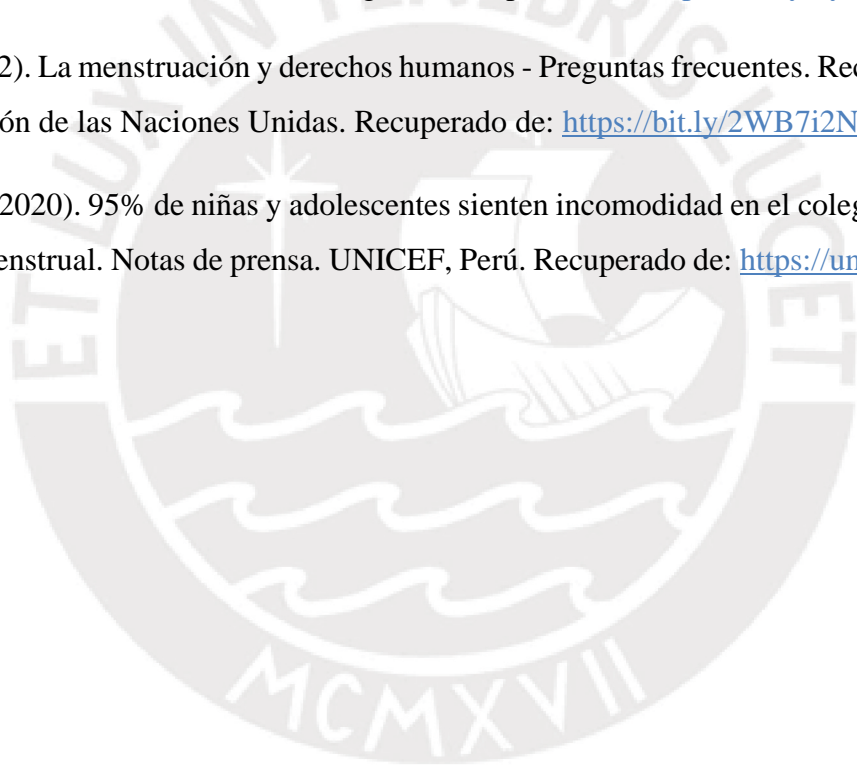
Referencias bibliográficas

- Álvarez Cortés, Julia Tamara, Cremé Lobaina, Elvia, Revé Sigler, Lucila, Blanco Álvarez, Anelis, & Monet Álvarez, Diana Esperanza. (2021). Epidemiological and clinical characteristics of female adolescents with anemia. *Revista Cubana de Hematología, Inmunología y Hemoterapia*, 37(4), e1449. Epub 01 de diciembre de 2021. Recuperado de: <https://bit.ly/3yQAd5a>
- Alvarez, D. (2022). Entrevista realizada por Ingrid Salazar vía plataforma de zoom. Realizada el 10 de junio del 2022.
- Amar, V., (2010). La educación en medios digitales de comunicación. *Pixel-Bit. Revista de Medios y Educación*, (36), 115-124. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=36815128009>
- Ames, P. (2023). Entrevista realizada por Ingrid Salazar vía plataforma de zoom. Realizada el 05 de abril del 2023.
- Ames, P. y Yon, C. (2020). Retos e Impactos del Manejo de Higiene Menstrual para las Niñas y Adolescentes en el Contexto Escolar. Instituto de Estudios Peruanos IEP. Recuperado de: <https://bit.ly/3nPOFFM>
- Aurea, V. (2022). Entrevista realizada por Ingrid Salazar vía plataforma de zoom. Realizada el 12 de junio del 2022.
- Blázquez, M., Bolaños, E. (2017). Aportes a una antropología feminista de la salud: el estudio del ciclo menstrual. Artículo. *Salud Colectiva*. Recuperado de: <https://doi.org/10.18294/sc.2017.1204>
- Builes, S., Carmona, V. (2022). Pedagogía menstrual para la resignificación del ciclo menstrual y la menstruación como propuesta de un programa de promoción y prevención basado en aprendizaje experiencial. Universidad CES. Facultad de medicina. Recuperado de: <https://bit.ly/3Rg3o8O>
- Casado Mejía, Rosa, & Botello Hermosa, Alicia (2015). Miedos y temores relacionados con la menstruación: estudio cualitativo desde la perspectiva de género. *Texto & Contexto Enfermagem*, 24(1),13-21. ISSN: 0104-0707. Recuperada de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=71438421002>

- Costa, J. (2003). Diseñar para los ojos. (2º edición). Bolivia: Grupo Editorial Design. Recuperado de: <https://cutt.ly/J6pVB7u>
- Cuesta, J. (2015). La reinterpretación de los principios clásicos de animación en los medios digitales [Tesis doctoral]. Universidad Complutense de Madrid.
- Escobar, L. (2018). Análisis del storytelling en la construcción de arte conceptual para la animación y su aplicación en una serie de ilustraciones digitales [Tesis de Licenciatura]. Universidad Central del Ecuador.
- Enara, I. (2017). Perspectiva cíclica y ciclo menstrual. Viviendo en cíclico. Recuperado de: <https://bit.ly/3uyQzNc>
- Felitti, K. (2016). El ciclo menstrual en el siglo XXI. Entre el mercado, la ecología y el poder femenino. Sexualidad, Salud y Sociedad (Rio de Janeiro) [online]. pp. 175-208. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/1984-6487.sess.2016.22.08.a>
- Fernández Olguín, D (2012). Los tabúes de la menarquia: Un acercamiento a la vivencia de jóvenes escolares chilenas. Revista de Psicología, 21(1),7-29. ISSN: 0716-8039. Recuperado de: <https://bit.ly/3nO38AA>
- Gómez, A. (2020). El problema de la formación en la sociedad acelerada y la expropiación de la atención. Pontificia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. <https://www.redalyc.org/journal/848/84866249011/html/#fn1>
- Guilbert, T. (2022). Entrevista realizada por Ingrid Salazar vía plataforma de zoom. Realizada el 16 de junio del 2022.
- Heller, E. (2008). La Psicología del Color. (1º edición). Barcelona: Gustavo Gili. Recuperado de: <https://cutt.ly/46pVh1Z>
- Kohen, M y Rohatsch, M. (2021). “Un camino hacia la justicia menstrual”. Revista Límbica. Vol. II Núm. 2 (2021) ISSN 2718-7241. Recuperado de: <https://bit.ly/3NRM1s5>
- Lajos, E. (2009). El arte de la escritura dramática: Fundamentos para la interpretación creativa de las motivaciones humanas. (1º edición). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Lecaros, L. (2022). Entrevista realizada por Ingrid Salazar vía plataforma de zoom. Realizada el 10 de junio del 2022.

- López Martínez, O., & Martín Brufau, R. (2010). Estilos de pensamiento y creatividad. *Anales de Psicología*, 26(2), 254-258. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16713079008>
- Mayer, E y Moreno, R. (2002). Animation as an Aid to Multimedia Learning. *Educational Psychology Review*. Recuperado de: <https://cutt.ly/wMnFcUZ>
- Marcos, M., & Moreno M. (2020). La influencia de los recursos audiovisuales para el aprendizaje autónomo en el aula. *Anuario Electrónico de Estudios en Comunicación Social "Disertaciones"*, 13(1), 97-117. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/disertaciones/a.7310>
- McKee, R. (2004). *El guion: sustancia, estructura, estilo y principios de la estructura de guiones*. (1º edición). Alba Editorial.
- Mercado V., Martín. (2016). La sociedad del cansancio. *Revista Ciencia y Cultura*, 20(37), 252-263. <https://cutt.ly/o8LT6Po>
- Mota, M. (2019). El tabú de la menstruación: símbolo de la represión sexual femenina. Instituto de Psicología de la Salud. Recuperado de: <https://bit.ly/3AAzuGr>
- Motta, A., Keogh, S., Prada, E., Núñez-Curto, A., Konda, K., Stillman, M., y Cáceres, C. (2017). De la Normativa a la Práctica: la Política de Educación Sexual y su Implementación en el Perú. Gutmacher Institute. Recuperado de: <https://bit.ly/3ySyH2t>
- MST Concept Design School (2021). ¿Qué es la animación? MST School. Recuperado de: <https://www.mstschool.mx/post/que-es-la-animacion>
- Pastorino, M. (2018). La vida en el enjambre digital. *Reporter*. <https://reporter.um.edu.uy/la-vida-en-el-enjambre-digital/>
- Pérez, M. (2013). El entorno familiar y los derechos de las niñas, los niños y los adolescentes: una aproximación. *Boletín mexicano de derecho comparado*, 46(138), 1151-1168. Recuperado de: <https://bit.ly/3Ayw3jo>
- Quatre Films (2016). La importancia de los micro-vídeos. <https://cutt.ly/Q8Lbmoq>

- Radulescu, M (2020). El análisis de la generación de sentido en una imagen. Perfect Day: Blog de Semiótica de la Imagen. <http://semiotica-pucp.blogspot.com/2020/05/el-analisis-de-la-generacion-de-sentido.html>
- Ramírez, M. del R. (2016). Del tabú a la sacralidad: la menstruación en la era del sagrado femenino. *Ciencias Sociales Y Religión/Ciências Sociais E Religião*, 18(24), 134–152. Recuperado de <https://doi.org/10.22456/1982-2650.62531>
- Stamm, A. (2022). What is a Short Film? A Complete Guide. Celtx blog. <https://blog.celtx.com/what-is-a-short-film/>
- Umpierrez, S. (2021). La sangre y la subordinación de las mujeres: análisis antropológico de la menstruación. Universidad de La Laguna. Recuperado de: <https://bit.ly/3yt9Hgv>
- UNFPA (2022). La menstruación y derechos humanos - Preguntas frecuentes. Recursos, Fondo de Población de las Naciones Unidas. Recuperado de: <https://bit.ly/2WB7i2N>
- Wiegold, M (2020). 95% de niñas y adolescentes sienten incomodidad en el colegio durante su periodo menstrual. Notas de prensa. UNICEF, Perú. Recuperado de: <https://uni.cf/3Pa49hQ>

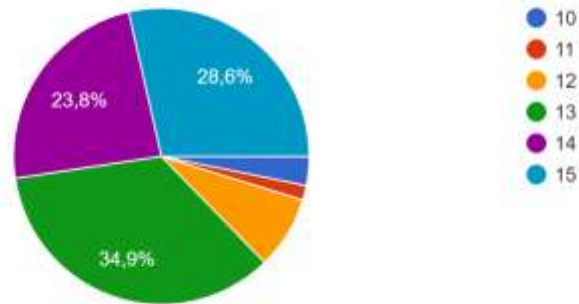


ANEXOS

Anexo 1. Encuesta a niñas y adolescentes sobre la problemática de la falta de educación menstrual de Lima y Regiones (Junín y Lambayeque) (10 a 15 años)

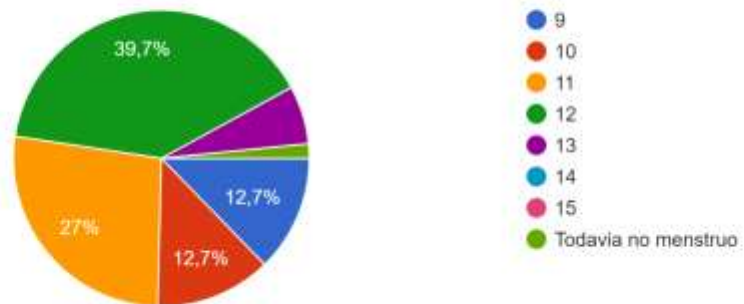
¿Qué edad tienes?

63 respuestas



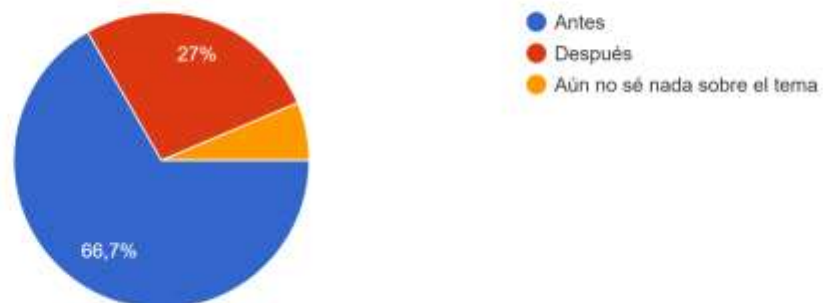
De ya haber iniciado su ciclo menstrual ¿A qué edad comenzaste a menstruar?

63 respuestas



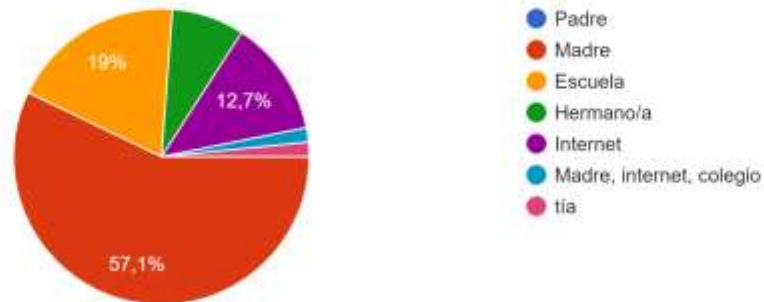
¿Cuándo obtuviste información de la menarquía?

63 respuestas



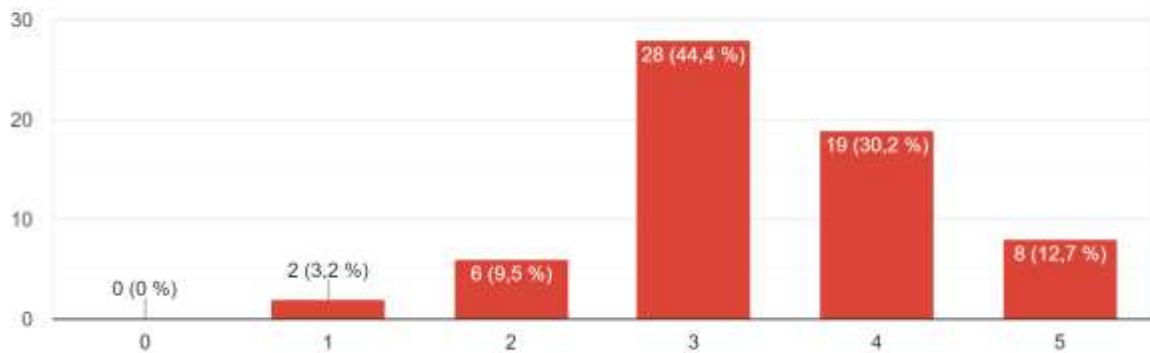
¿De dónde obtuviste información sobre la menstruación por primera vez?

63 respuestas



En la escala del 0 a 5, evaluar tu nivel de conocimiento sobre la menstruación.

63 respuestas



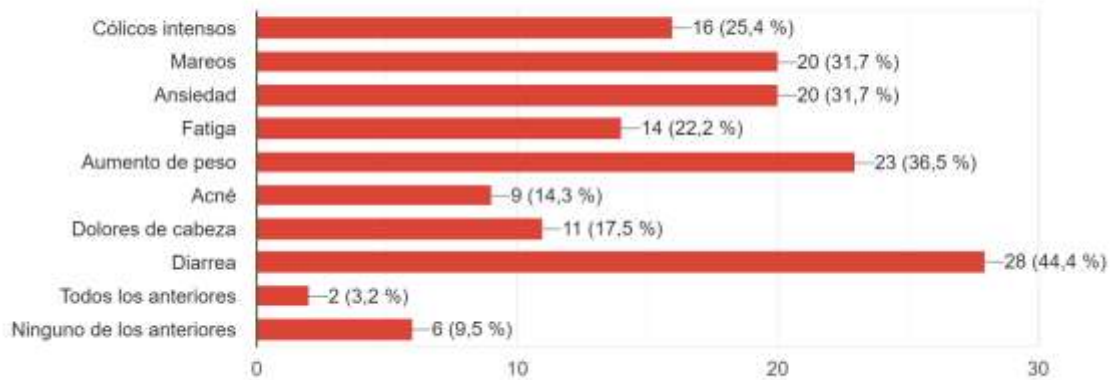
¿Qué es la menstruación?

40 respuestas



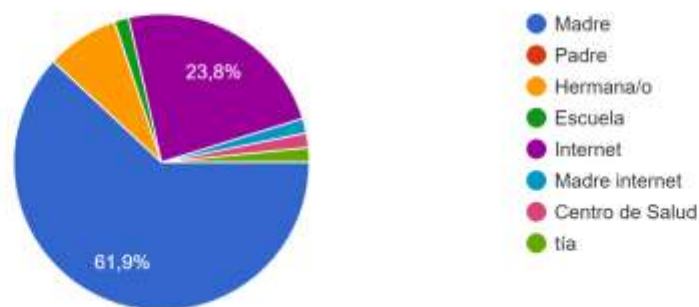
¿Qué tipo de síntomas consideras que NO son normales en la menstruación?

63 respuestas



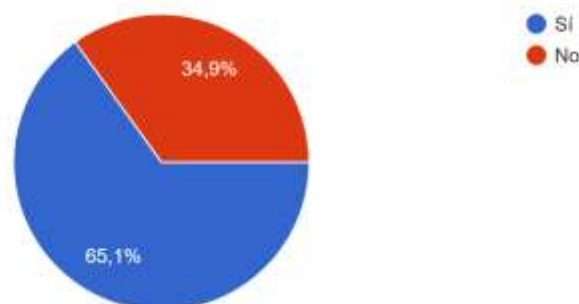
En caso tengas dudas sobre la menstruación ¿Con quién o a dónde acudes para obtener mayor información?

63 respuestas



¿Has escuchado bromas/burlas sobre la menstruación?

63 respuestas



Si su respuesta fue un sí, ¿Por qué y en qué situación?

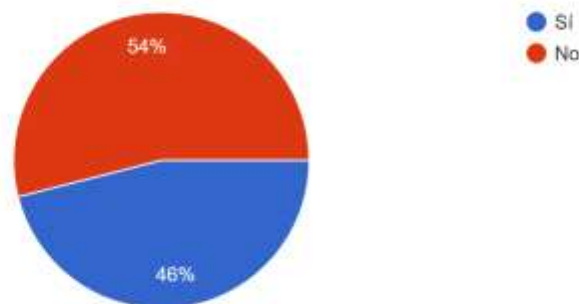
37 respuestas

| |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> . |
| <ul style="list-style-type: none"> No |
| <ul style="list-style-type: none"> Porque aveces me da miedo que se burlen de mi por la menstruacion |
| <ul style="list-style-type: none"> Algunas veces suelo mancharme por ello, las personas me miran raro sin embargo me cambio rápidamente. |
| <ul style="list-style-type: none"> En realidad, mi primera vez paso cuando estaba en horas de colegio y estaba súper asustada porque pensé que todo se burlarian pero felizmente una amiga (que ya había tenido su menarquia) y amigo que estaban a mi costado me ayudaron, luego llegué a mi casa mi mamá y mi hermana me dijeron que era completamente normal que no tenía por qué sentirme avergonzada, y si alguien me molestaba entonces era el problema de esa personas por ser inmaduro. |
| <ul style="list-style-type: none"> Por que los hombres hacen burlas |
| <ul style="list-style-type: none"> Cuando era mas pequeña, a los 11 años en la escuela, cuando entregaban toallas higienicas y hacían burla. |
| <ul style="list-style-type: none"> Cuando iba a salir y temía a manejarme al sentarme. |
| <ul style="list-style-type: none"> Tenía miedo de mancharme y que las personas se dieran cuenta y se burlaran - en la escuela o en lugares publicos |
| <ul style="list-style-type: none"> Si, porque la menstruación provocaba un olor hay veces fuerte, y también que por mi parte me venía mucho donde manchaba mis bragas, y justo en momento de la escuela . |
| <ul style="list-style-type: none"> Las primeras menstruaciones en la primeria, siempre fue una situación de vergüenza al pedir toallas o al tratar de hablar de eso con mis compañeras. |
| <ul style="list-style-type: none"> Cuando era mas chica tenía vergüenza el ir a comprar toallas higiénicas hasta que mi papá me dijo que es normal y no hay por que sentirse así. |
| <ul style="list-style-type: none"> vergüenza a mancharme la ropa y no darme cuenta |
| <ul style="list-style-type: none"> Cuando tengo que cambiarme la toalla y estoy en el colegio |
| <ul style="list-style-type: none"> A llevar mis protectores a la escuela o cuando tenia que pararme del asiento tenia miedo que estuviera manchada y mis compañeros se burlaran de mi |
| <ul style="list-style-type: none"> Cuando me manche mi pantalón en el colegio |
| <ul style="list-style-type: none"> De que otras persona lo sepan |
| <ul style="list-style-type: none"> Cuando sangre en la escuela |
| <ul style="list-style-type: none"> Cuando me dijeron que se me había pasado la sangre |
| <ul style="list-style-type: none"> en el colegio, no sabia manejarlo bien oo de que manera decirlo para que alguien me pueda ayudar en eso no habia mucha confianza con los docentes en el caso cuando era todo presencial, en manera pandemica fue normal ya que estaba en mi casa. |
| <ul style="list-style-type: none"> ahora que estamos de manera presencial en las escuelas creo que ya es normal decirlo por que la mayoría de mis compañeras ya menstruan y se sabe mejor del tema |

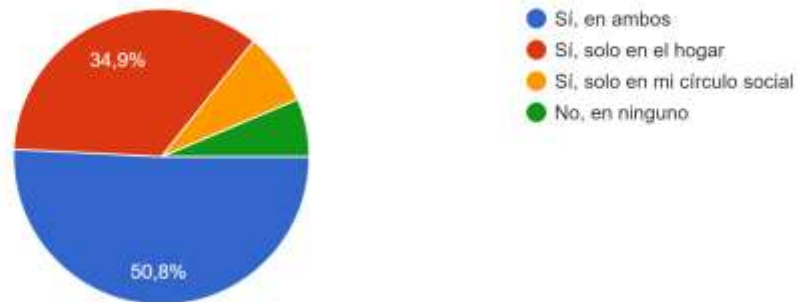
| |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Se siente incómodo en la escuela cuando tienes que sacar toallas y están tus compañeros o que te manches en un lugar público |
| <ul style="list-style-type: none"> • Porque tenía miedo de que alguien se burlara de mí |
| <ul style="list-style-type: none"> • Me daba un poco de vergüenza al principio quizás porque no conocía mucho el tema antes |
| <ul style="list-style-type: none"> • No porque es algo normal |
| <ul style="list-style-type: none"> • En el colegio, por las burlas |
| <ul style="list-style-type: none"> • Cuando me duele y no puedo hacer lo que me piden en la escuela y no poder decir que es porque me bajo |
| <ul style="list-style-type: none"> • q no |
| <ul style="list-style-type: none"> • Ninguna |
| <ul style="list-style-type: none"> • A que me traten diferente por menstruar o sientan pena por mi eso fue en mi primera menstruación . |
| <ul style="list-style-type: none"> • Si porque me da miedo mancharme |
| <ul style="list-style-type: none"> • Estaba en el colegio y no tenía toallas. 🐱 |
| <ul style="list-style-type: none"> • Cuando estoy en el salón tengo miedo a que me venga mucho y me manche. |
| <ul style="list-style-type: none"> • puse no |
| <ul style="list-style-type: none"> • Ninguna |

¿Alguna vez has sentido vergüenza por la menstruación?

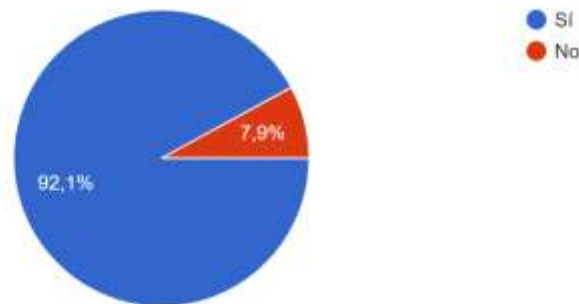
63 respuestas



¿La menstruación es un tema que se trata con naturalidad dentro de tu hogar o círculo social?
63 respuestas

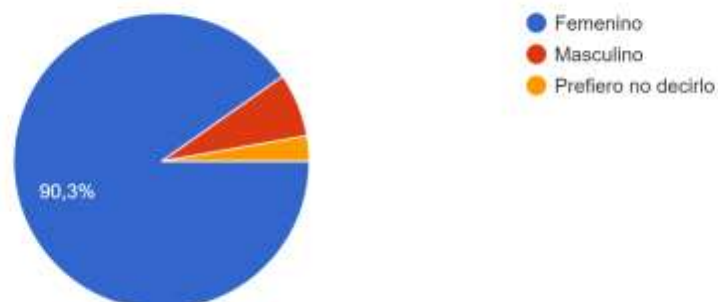


¿Te sentirías más cómoda con la menstruación si fuese tratado con mayor naturalidad dentro de tu hogar o círculo cercano, ya sea entre hombres y mujeres?
63 respuestas



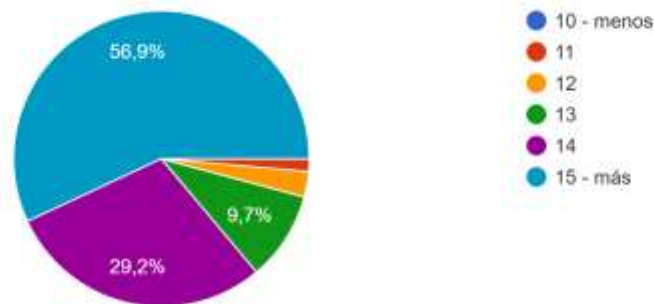
Anexo 2. Encuesta a niños y adolescentes sobre el proyecto para la problemática de falta de educación menstrual de Lima y Regiones (Junín y Lambayeque) (10 a 15 años)

Selecciona tu género
72 respuestas



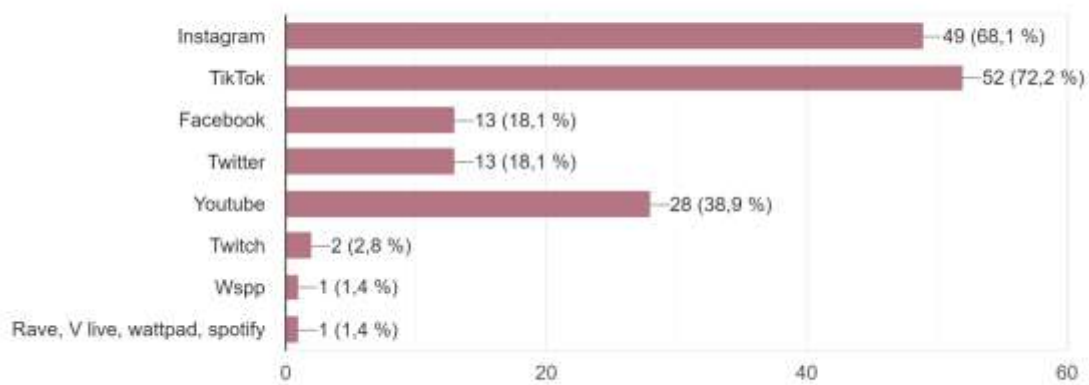
Selecciona tu edad

72 respuestas



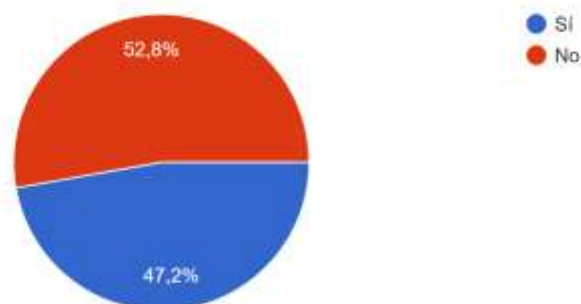
¿Qué redes sociales consumes con mayor frecuencia para ver contenido?

72 respuestas



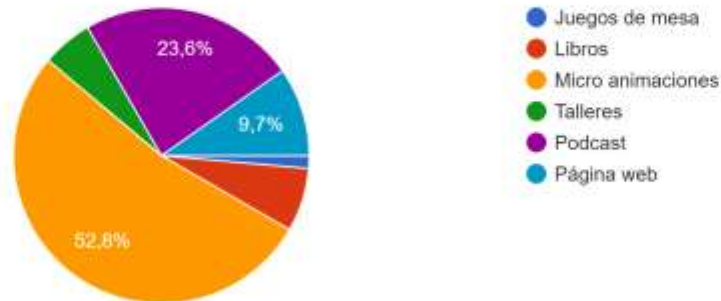
¿Consideras que la información que has recibido sobre la menstruación es adecuada/suficiente?

72 respuestas



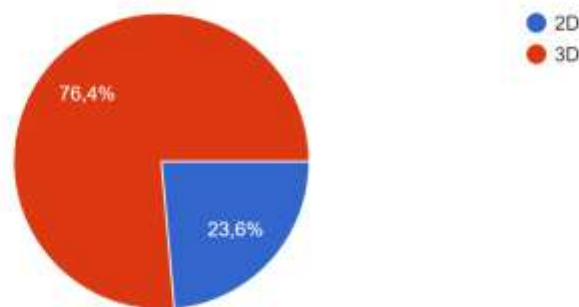
Si pudieses recibir información adecuada sobre el ciclo menstrual a través de un medio que te resulte cómodo/sencillo ¿Cuál sería?

72 respuestas



¿Qué tipo de gráfica es de tu preferencia o con la que te puedas identificar.

72 respuestas



¿Qué cambios crees que son necesarios para vivir una menstruación digna?

54 respuestas

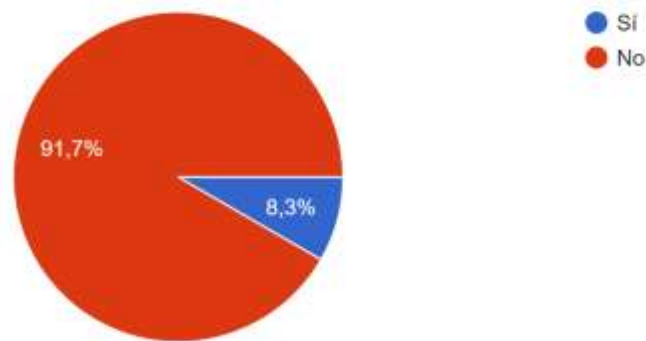
| |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Más información |
| <ul style="list-style-type: none"> Menor precio en las toallas higienicas, 2- Mas Informacion correcta en internet que sea facil de ver, 3- Dejar las burlas sobre este |
| <ul style="list-style-type: none"> Información mas dinámica y accesible |
| <ul style="list-style-type: none"> quisiera saber mas |
| <ul style="list-style-type: none"> La verdad nose |
| <ul style="list-style-type: none"> Mas información sobre el tema |
| <ul style="list-style-type: none"> La menstruación debería dejar de ser un tema tabú |
| <ul style="list-style-type: none"> Abrirle los ojos a la gente sobre cuan dolorosos son los cólicos menstruales y que algunas mujeres llegan a sufrir gravemente y aún así tienen que ir a trabajar |

| |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Informar más sobre el tema |
| <ul style="list-style-type: none"> • Que los productos de higiene femenina sean más accesibles o sean ofrecidos de manera gratuita si es necesario. Que también se informe de una forma más completa en las escuelas sobre este proceso desde su inicio y que se hable más sobre la existencia de alteraciones del organismo femenino como el síndrome de ovario poliquístico u hormonales que de estar presentes en la persona, influyen en el ciclo menstrual. |
| <ul style="list-style-type: none"> • Normalizar la menstruación y que deje de ser un tabú. |
| <ul style="list-style-type: none"> • Que la educación en escuelas y colegios adopte este tema y así deje de ser algo tabú, muchas niñas y adolescentes llegan a su primera menstruación sin saber que existía o en que consistía. El valor de los productos menstruales (copa, toallas, etc) debería bajar en precio también. |
| <ul style="list-style-type: none"> • Informarte correctamente |
| <ul style="list-style-type: none"> • Que no de colicos |
| <ul style="list-style-type: none"> • Deben tener una educación básica acerca del ciclo menstrual y el modo de manejar la menstruación sin incomodidad o temor |
| <ul style="list-style-type: none"> • Para las niñas, Tener una correcta educación acerca del ciclo menstrual y como debemos manejarlo |
| <ul style="list-style-type: none"> • Toallas sanitarias gratuitas. |
| <ul style="list-style-type: none"> • Que se normalize y no lo vean como un "logro" |
| <ul style="list-style-type: none"> • El acceso a toallas sanitarias gratuitas, para que toda persona de cualquier nivel socioeconómico pueda pasar un periodo menstrual cómodo sin la necesidad de recurrir a trapos, calcetas, ropa vieja, etc. |
| <ul style="list-style-type: none"> • Que las toallas higiénicas, tapones, copas u otros productos para la menstruación sean gratuitos, muchas personas no tienen los recursos necesarios para comprar alguno de esos productos |
| <ul style="list-style-type: none"> • Que haya mas amplitud en cuanto a precios o materiales de los cuales estan hechos los productos de higiene menstrual |
| <ul style="list-style-type: none"> • Que los hombres tambien sepan sobre este tema para que así ellos tengan tambien ese tipo de datos y no lo vean como algo feo o asqueroso |
| <ul style="list-style-type: none"> • que dejemos de tomar la menstruación como un tema tabú |
| <ul style="list-style-type: none"> • Mayor difuncion en colegios |
| <ul style="list-style-type: none"> • Dejar de tratar a la menstruación como tema tabú - Las niñas deben tener una educación básico para no tener miedo y tambien tienen que tener acceso a informacion relacionados a la menstruación |
| <ul style="list-style-type: none"> • Los cambios fisicos |
| <ul style="list-style-type: none"> • tener una educacion basica sobre el tema |
| <ul style="list-style-type: none"> • La edad, supongo que el cambio del cuerpo tanto en cintura y pechos |
| <ul style="list-style-type: none"> • Que las toallas mestruales sean gratuitas en caso de emergencia |
| <ul style="list-style-type: none"> • Normalizar la menstruación. |

| |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Que las personas no te juzguen por tener la menstruación |
| <ul style="list-style-type: none"> • No tener relaciones |
| <ul style="list-style-type: none"> • La educación que recibimos, deberíamos recibir mejor educación y el acceso a los productos necesarios. |
| <ul style="list-style-type: none"> • Acceso a toallas higiénicas a zonas vulnerables de manera gratuita |
| <ul style="list-style-type: none"> • La Higiene, acceso de información y cuidados de la salud |
| <ul style="list-style-type: none"> • No considerar el tema como tabú |
| <ul style="list-style-type: none"> • Tampones mas suaves y toallas más grandes. |
| <ul style="list-style-type: none"> • que dejen ver la menstruacion como algo tabú, el hecho de que hasta ahora no puedo sacar una toalla higiénica en público por miedo a que me miren |
| <ul style="list-style-type: none"> • Todos deberían recibir información acerca de la menstruación, no solo las mujeres. |
| <ul style="list-style-type: none"> • Mas difusión sobre lo que es |
| <ul style="list-style-type: none"> • El tabu al hablar de ella. El asco de los hombres |
| <ul style="list-style-type: none"> • Cambiar el dolor |
| <ul style="list-style-type: none"> • El gasto sea nulo con respecto a ello, la comprensión tanto de las mujeres como de los hombres |
| <ul style="list-style-type: none"> • Tener una edecucion sobre la menstruación . |
| <ul style="list-style-type: none"> • Que todxs tengamos la oportunidad de pasar estos días con los implementos(toallas higiénicas, taponés, pastillas para los cólicos, etc) necesarios. |
| <ul style="list-style-type: none"> • información adecuada |
| <ul style="list-style-type: none"> • Acceso de información completa |
| <ul style="list-style-type: none"> • Es algo natural y no creo que se necesite cambios |
| <ul style="list-style-type: none"> • Tener la información necesaria ya que no siempre se dice lo que le sucede al cuerpo y a los cambios que estos conllevan |
| <ul style="list-style-type: none"> • Controlar el ciclo menstrual y visitar al ginecólogo seguido |
| <ul style="list-style-type: none"> • Normalizar y facilitar información sobre la menstruación, así poder volverla algo cotidiano y totalmente normal. |
| <ul style="list-style-type: none"> • Dar a conocer todo lo que pasa y pasara durante la menstruación antes de que suceda. |
| <ul style="list-style-type: none"> • nose realmente, losiento uwu |

¿Crees que la menstruación es solo un tema para mujeres?

72 respuestas



Anexo 3. Documento de presentación para validación del proyecto.

https://www.canva.com/design/DAFY2ZajLO4/F9XyeCHfpOa9GK4QYmT_Og/edit?utm_content=DAFY2ZajLO4&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Anexo 4. Avance del Episodio 1 de la serie Fluyo.

<https://drive.google.com/drive/folders/1ZOatrr9Hin2slG3V1UIJGGyTk0RUPMGw?usp=sharing>

Anexo 5. Evaluación de Pares (Laura Lecaros)

Lima 17 de abril 2023

Señores,

Especialidad de Diseño Gráfico
Facultad de Arte y Diseño
Pontificia Universidad Católica del Perú

Por medio de la presente me dirijo a ustedes a fin de poder dar una opinión objetiva respecto al proyecto **FLUYO. Diseño de serie de micro animaciones, para presentar temas relacionados de la gestión y educación de la menstruación**, diseñado por la Bachillera Ingrid Estefany Salazar Melgarejo, proyecto que tiene como finalidad contribuir con la educación menstrual dirigida a infantes bajo el concepto de la "liberación a través de la mancha".

Por lo tanto, al analizar y revisar el proyecto minuciosamente encuentro que el mismo es importante y pertinente, ya que busca normalizar y educar sobre un proceso que acontece a gran parte de la población actual y sobre el cual hay mucho estigma.

Destaco la investigación previa para el desarrollo sobre el proceso fisiológico en sí, así como el situar un público objetivo reducido entendiendo la complejidad del mensaje y las múltiples miradas que se le pueden dar según el contexto en el que nos encontremos.

El guion tiene un buen desarrollo, siento que puede responder dudas de tanto infancias, adolescencias, hasta de un público adulto; según el nivel de atención al detalle de la trama y la simbología elegida.

El estilo visual ayuda mucho, ya que a diferencia de lo tradicional para este rubro, logra hacer el mensaje interesante, llamativo y que llegue a más personas.

Atentamente



Laura Lecaros Zapata
Activista y difusora menstrual

Anexo 6. Evaluación de Pares (Milagro Farfán)

Lima 19 de abril 2023

Señores,

Especialidad de Diseño Gráfico
Facultad de Arte y Diseño
Pontificia Universidad Católica del Perú

Por medio de la presente me dirijo a ustedes a fin de poder dar una opinión objetiva respecto al proyecto **FLUYO. Diseño de serie de micro animaciones, para presentar temas relacionados de la gestión y educación de la menstruación**, diseñado por la Bachillera Ingrid Estefany Salazar Melgarejo, proyecto que tiene como finalidad contribuir con la educación menstrual dirigida a infantes bajo el concepto de la "liberación a través de la mancha".

Por lo tanto, al analizar y revisar el proyecto minuciosamente encuentro que el mismo es una importante contribución a la educación sexual, específicamente sobre la menarquia para adolescentes en el Perú.

Sobre los avances presentados considero que la construcción del storytelling alrededor de lo que acontece en el interior de "Wen" el personaje principal es una estrategia comunicativa adecuada para apelar el lado "infantil" que aún conservan en las adolescentes que empiezan a tener su periodo menstrual.

El desarrollo gráfico del naming es adecuado, me parece interesante mezclar el diseño 2D y 3D en la identidad de marca para el proyecto. Sobre el diseño de personajes, también considero un acierto el diseño sintetizado de los personajes, los cuales acentúan los bordes curvos y circulares, lo que refiere al desarrollo de un universo orgánico, algo que es muy coherente con la transición entre el mundo interno (cuerpo) y mundo externo (fuera del cuerpo) del personaje Wen.

Sobre la narrativa, considero que los 9 capítulos planteados son adecuados para entender el proceso de la menarquia y sus efectos en la vida de las adolescentes, sin embargo, creo que sería bueno reformular algunos títulos, pues algunos son muy formales y creo que lo importante es empatizar con el público incluso desde el título de cada episodio.

En el capítulo 1, el desarrollo de la trama me parece adecuado, sólo sugiero evaluar retirar la escena 6 de la secuencia 3 pues en ella se indica que Vu (el ovulo) se sienta a observar la llegada de participantes (espermatozoides) y en algunos casos, no llegan otros son rechazados, esto indicaría, desde un

lado objetivo real que Wen (adolescente de 12 años) tiene relaciones sexuales, pues sólo se puede dar este caso cuando hay coito, pero no fecundación, me parece que esto es delicado, por la edad y el perfil creado para Wen.

En el capítulo 6 en la secuencia 3 no queda claro cómo Vu supera el mal rato al sentirse mal por el viaje en la montaña rusa, me parece que hay que acentuar cómo se da el reconocimiento de los síntomas porque no queda del todo claro; sería bueno que le expliquen a Vu que es parte del juego de la montaña rusa y que a veces es normal sentir miedo o ciertas sensaciones que son parte del juego, pero que todo es pasajero.

Sobre el diseño de producción de la serie, también sería bueno indicar que el proyecto tiene como pieza principal la creación de la serie animada, por lo que sería bueno ver el primer episodio animado como piloto o teaser, para entender mejor el estilo de la producción el carácter de los personajes aplicados a la animación y comprender también el tono de los diálogos y la ambientación y tratamiento de la serie en relación con la banda sonora.

Sobre los avances de los otros capítulos, solo se ha presentado el guion técnico descriptivo y sería bueno ver las artes conceptuales de los mismos para tener en cuenta el diseño de las artes conceptuales más importantes de cada capítulo y de esta forma visualizar la serie de mejor manera.

Finalmente, considero que la aplicación gráfica para los contenidos en redes es adecuada para el branding del proyecto.

Atentamente



Mg. Milagro Farfán
Docente – FAD – PUCP

Anexo 7. Evaluación de Pares (Patricia Ames)

Lima 05 de abril 2023

Señores,

Especialidad de Diseño Gráfico
Facultad de Arte y Diseño
Pontificia Universidad Católica del Perú

Por medio de la presente me dirijo a ustedes a fin de poder dar una opinión objetiva respecto al proyecto **FLUYO. Diseño de serie de micro animaciones, para presentar temas relacionados de la gestión y educación de la menstruación**, diseñado por la Bachillera Ingrid Estefany Salazar Melgarejo, proyecto que tiene como finalidad contribuir con la educación menstrual dirigida a infantes bajo el concepto de la "liberación a través de la mancha".

Por lo tanto, al analizar y revisar el proyecto minuciosamente encuentro que el mismo es necesario en un contexto de información limitada e insuficiente con respecto al manejo de la higiene menstrual, lo cual se expresa adecuadamente en justificación. El proyecto busca acercar contenidos a la población infantil y adolescente entre 10 y 15 años en un lenguaje visual y lúdico atractivo que les permita acceder a más información, y a una mejor gestión de la menstruación. Para ello ha pensado cuidadosamente en el diseño de la marca, que alude al tema seleccionado de manera gráfica. También ha desarrollado personajes alusivos al proceso y gráficamente llamativos que se mantienen a lo largo de diversos episodios. Sin embargo, me preocupa que la narrativa que acompaña los diversos episodios (concept art) que usa metáforas y alusiones a procesos biológicos del cuerpo humano, no sea bien comprendida por una población que justamente carece de esa información, por lo que sugiero que el contenido sea más informativo o que se provea de información complementaria para comprender la narrativa propuesta y que sea evaluado por un/a profesional en el campo de la educación sexual para este grupo de edad. De lo contrario podría confundir más que informar a las niñas y adolescentes que lo consumirán. Si bien el diseño busca hacer la experiencia menstrual algo más amigable para las usuarias, el contenido debe estar conectado con información consistente que permita a las usuarias comprender lo que pasa en su cuerpo de manera objetiva y no sólo metafórica. Además, debe ser cuidadosa con los mensajes o subtextos que puede promover. Por ejemplo, en el capítulo 1, el show principal, es problemático justamente por su carácter metafórico y los implícitos que maneja: Vu, el ovulo, es seleccionado en un casting para el show principal. La idea de selección es problemática porque podría implicar que un óvulo debe ser más o menos apto, mejor o peor que otro, y en qué sentido. El ovulo no fecundado se desecha, pero el personaje se mantiene, lo cual puede confundir. Vu,

emocionada, debe esperar a otro participante para hacer un dúo (no se menciona, solo está implícito, que se trata del espermatozoide). El ovulo se presenta de modo pasivo esperando al otro activo (espermatozoide), narrativa que ya ha sido cuestionada también por la antropología médica. Solo con su acompañante, Vu podría entrar al escenario, ya preparado: el útero y su revestimiento, que tampoco se menciona, queda a interpretación del público que supuestamente conoce el proceso biológico (el problema es que muchas no lo conocen). Como el espermatozoide no llega, Vu se queda dormida en la espera y desaparece en el sillón de la sala de espera (aunque para ser precisos sí debería llegar al escenario (útero) y solo ahí, al no implantarse por no estar fecundado, el escenario debería desmontarse (esta es la alusión a la sangre menstrual). La idea de que no se logra hacer el show, el mensaje de interrupción o algo no logrado puede entenderse como el fracaso de un proyecto, en este caso la fertilización y el embarazo, lo cual es problemático. El cuerpo femenino se prepara para el caso de que suceda, pero que no suceda no es un fracaso: la maternidad no es una obligación de cada ciclo menstrual, es solo una posibilidad. Creo que cada capítulo merece ser revisado tomando en cuenta los elementos que propongo en este ejemplo: ¿qué mensaje estamos dando?, ¿cuán precisa es la información que ofrecemos?, ¿cómo la recibirá la audiencia?, ¿cuenta la audiencia con información para interpretarla? Son preguntas que debemos hacer para asegurarnos de que el proyecto cumpla sus objetivos comunicacionales, que son pertinentes y necesarios.

Atentamente



Patricia Ames
Profesora principal
Departamento de Ciencias Sociales
PUCP

Anexo 8. Evaluación de Pares (Leila Munive)

Lima 22 de mayo 2023

Señores,

Especialidad de Diseño Gráfico
Facultad de Arte y Diseño
Pontificia Universidad Católica del Perú

Por medio de la presente me dirijo a ustedes a fin de poder dar una opinión objetiva respecto al proyecto **FLUYO. Diseño de serie de micro animaciones, para presentar temas relacionados de la gestión y educación de la menstruación**, diseñado por la Bachillera Ingrid Estefany Salazar Melgarejo, proyecto que tiene como finalidad contribuir con la educación menstrual dirigida a infantes bajo el concepto de la "liberación a través de la mancha".

Por lo tanto, al analizar y revisar el proyecto minuciosamente encuentro que el mismo es importante y pertinente, ya que, al estar dirigido a las niñas que se encuentran en una etapa de cambios en su cuerpo, es natural que sientan miedo o surjan dudas en relación con estos nuevos síntomas en su organismo. Me parece correcto el uso de creación de personajes, la estética que presenta es amigable y original, va a juego con la programación de los episodios a tratarse en el proyecto. Ver el proyecto me deja con la expectativa de verlo ya animado y poder saber si se usarán voces en off u otros elementos que ayuden al mejor entendimiento del mensaje final.

Atentamente



Leila Susan Munive Loza

Anexo 9. Evaluación de Pares (Lilian Carranza)

Lima 25 de mayo 2023

Señores,

Especialidad de Diseño Gráfico
Facultad de Arte y Diseño
Pontificia Universidad Católica del Perú

Por medio de la presente me dirijo a ustedes a fin de poder dar una opinión objetiva respecto al proyecto **FLUYO. Diseño de serie de micro animaciones, para presentar temas relacionados de la gestión y educación de la menstruación**, diseñado por la Bachillera Ingrid Estefany Salazar Melgarejo, proyecto que tiene como finalidad contribuir con la educación menstrual dirigida a infantes bajo el concepto de la "liberación a través de la mancha".

Por lo tanto, al analizar y revisar el proyecto minuciosamente encuentro que el mismo es interesante desde un punto de vista informativo-educativo y contribuye de manera asertiva en la educación menstrual. Ha sido desarrollado con una estética acorde al público al cual se dirige y es totalmente pertinente en el contexto peruano donde aún existen mitos y tabúes alrededor de la menstruación. Espero que la propuesta FLUYO no quede en el plano académico como una tarea de grado y la tesista, logre desarrollarlo como un proyecto post graduación ya que reúne las características y condiciones para visibilizarla como una profesional de la animación.

Atentamente



Lilian Margarita Carranza Salanito