



**DISEÑO DE UN SISTEMA GRÁFICO PARA VISIBILIZAR
LAS DIFICULTADES DE ACCESO A PRODUCTOS
SANITARIOS EN MUJERES DE LA UNIVERSIDAD
INDOAMÉRICA, QUITO, 2023.**

Yandry Gomez Salinas



Gomez, Y. (2023).

DISEÑO DE UN SISTEMA GRÁFICO PARA VISIBILIZAR LAS DIFICULTADES DE ACCESO A PRODUCTOS SANITARIOS EN MUJERES DE LA UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA, QUITO, 2023.

Universidad Indoamérica - Quito



**Universidad
Indoamérica**

**FACULTAD DE ARQUITECTURA Y CONSTRUCCIÓN
CARRERA DE ARQUITECTURA**

NOMBRE DEL PROYECTO DE TITULACIÓN
DISEÑO DE UN SISTEMA GRÁFICO PARA VISIBILIZAR LAS
DIFICULTADES DE ACCESO A PRODUCTOS SANITARIOS EN
MUJERES DE LA UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA, QUITO, 2023.

Trabajo de investigación previo a la obtención del título de
Diseñador gráfico.

Autor(a)

Gomez Salinas Yandry Isrrael

Tutor(a)

M.sc Zambrano Unda Hector Marcelo

**QUITO - ECUADOR
2023**

AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TÍTULACIÓN

Yo, GOMEZ SALINAS YANDRY ISRAEL, declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “DISEÑO DE UN SISTEMA GRÁFICO PARA VISIBILIZAR LAS DIFICULTADES DE ACCESO A PRODUCTOS SANITARIOS EN MUJERES DE LA UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA, QUITO, 2023.”, como requisito para optar al grado de Diseñador gráfico y autorico al sistema de Biblioteca de la Universidad Indoamerica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deba firmar convenios especificos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización en la ciudad de Quito, a los 09 días del mes de Agosto de 2023, firmo conforme:



.....
Gomez Salinas Yandry Israel
C.I. 1250637756
Dirección: Cotocollao-Quito
Correo: yandryisg@gmail.com

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Diseñador gráfico, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor.

Quito, 10 de Agosto de 2023



.....
GOMEZ SALINAS YANDRY ISRRAEL
C.I. 1250637756

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Integración Curricular “**DISEÑO DE UN SISTEMA GRÁFICO PARA VISIBILIZAR LAS DIFICULTADES DE ACCESO A PRODUCTOS SANITARIOS EN MUJERES DE LA UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA, QUITO, 2023.**” presentado por GOMEZ SALINAS YANDRY ISRRAEL para optar por el título de Diseñador gráfico. CERTIFICO Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.

Quito, 10 de Agosto de 2023

.....
M.Sc ZAMBRANO UNDA HECTOR MARCELO
C.I. 1708974439

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación, ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado sobre el Tema: **DISEÑO DE UN SISTEMA GRÁFICO PARA VISIBILIZAR LAS DIFICULTADES DE ACCESO A PRODUCTOS SANITARIOS EN MUJERES DE LA UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA, QUITO, 2023**, previo a la obtención del Título de Diseñador gráfico, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de integración curricular.

Quito, 10 de Agosto de 2023

.....
CISNEROS TORRES KARLA VANESSA
C.I. 1715457436

.....
CAICEDO LÓPEZ ANDRÉS DAVID
C.I. 1717178808

DEDICATORIA

Este proyecto de investigación está dedicado para todas las mujeres y niñas que en Ecuador alguna vez no hayan podido gestionar de manera digna y saludable su higiene menstrual, debido a que este problema ha sido invisibilizado por los estigmas sociales y culturales que hay dentro del país sobre la menstruación.

AGRADECIMIENTO

Dentro de este espacio, quiero agradecer por todo el apoyo y confianza que mi madre depositó en mi, y que este proyecto final de carrera sea el reflejo de mi gratitud con ella.

Además, quiero agradecer a mi padre quien pese a que tuvo que partir prematuramente de este mundo, sigue siendo luz y guía en mi camino.

También, agradezco a mis hermanas y hermano por ser parte de mi inspiración para haber continuado con este ciclo académico. Finalmente, pero no menos importante, agradezco a mi tutor el profesor M.Sc Marcelo Zambrano por su ayuda, consejos, y aportes durante este proceso, además agradezco a todos y todas las personas dentro de la institución universitaria que me contribuyeron en el desarrollo de este proyecto investigativo.

RESUMEN EJECUTIVO

La pobreza menstrual es una problemática social que se relaciona con el no acceder a productos de higiene menstrual, servicios de agua y saneamiento, instalaciones que dignifiquen la salud, falta de educación y políticas públicas que promuevan soluciones, además, según datos de la OMS, se estima que 500 millones de mujeres, y niñas se ven afectadas a lo largo de sus vidas por este problema. Como objetivo, se diseñó un sistema gráfico acerca de la pobreza menstrual y la mala gestión menstrual, con la finalidad de visualizar la problemática. Para esto, fue necesario determinar dentro de la Universidad Indoamérica las dificultades que tengan las estudiantes para la gestión adecuada de su menstruación, a nivel metodológico se usó un enfoque mixto, más específicamente, un enfoque cuantitativo y un enfoque cualitativo. Como resultado, se obtuvieron distintos problemas con respecto al acceso a productos de higiene menstrual, y la falta de reconocimiento de este problema. En conclusión, para abordar este problema se realizó un sistema gráfico enfocado en la educación por medio de un libro ilustrado, y material para redes sociales, con la finalidad de visibilizar y dar a conocer esta problemática social.

DESCRIPTORES: Diseño Gráfico, mujeres, menstruación, Pobreza Menstrual, problemática social.

ABSTRACT

Menstrual poverty is a social problem that is related to the lack of access to menstrual hygiene products, water and sanitation services, facilities that dignify health, lack of education and public policies that promote solutions, in addition, according to WHO data, it is estimated that 500 million women and girls are affected throughout their lives by this problem. As an objective, a graphic system was designed about menstrual poverty and menstrual mismanagement, in order to give visibility to the problem. For this, it was necessary to determine within the Indoamerica University the difficulties that students have for the proper management of their menstruation, at the methodological level a mixed approach was used, more specifically, a quantitative approach and a qualitative approach. As a result, different problems were obtained regarding access to menstrual hygiene products, and the lack of recognition of this problem. In conclusion, to address this problem, a graphic system focused on education was developed through an illustrated book and material for social networks, with the aim of making this social problem visible and making it known.

KEYWORDS: : Graphic Design, women, menstruation, Menstrual Poverty, social problems.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CAPÍTULO 1 • Introducción

1.1. Introducción	p. 2
1.2. Antecedentes	p.p 4-8
1.3. Planteamiento del problema	p. 10
1.4. Justificación	p. 12
1.5. Objetivos	p. 13
-Objetivo general	
-Objetivos específicos.	

CAPÍTULO 2 • Marco referencial

p.p 16-
21

2.1. Qué es la pobreza menstrual	
2.2. La pobreza menstrual desde la sociología	
2.3. Aportes del feminismo sobre la menstruación	
2.4. La menstruación desde la biología y medicina	
2.5. Desde políticas públicas	
2.6. Método etnográfico	
2.7. Etnografía y la educación	
2.8. Diseño Editorial	
2.9. Intervención del Diseño Editorial para revistas de divulgación académica	
2.10. Aspectos fundamentales para la construcción de una revista, libro o manual, desde el diseño editorial	
2.11. La ilustración en el Diseño Gráfico	
2.12. La Ilustración Digital	

CAPÍTULO 3 • Metodología

p.p 24-26

3.1. Recopilación de datos

3.2. Análisis de los datos.

CAPÍTULO 4 • Propuesta

p.p 30-47

4.1. Presentación de la propuesta

4.2. Identificación de usuario

4.3. Metodología de diseño

4.4. Desarrollo de la propuesta / Elaboración

CAPÍTULO 5 • Cierre

p.p 50-59

5.1. Conclusiones y recomendaciones

5.2. Referencias bibliográficas

5.3 Anexos

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Ficha de usuario de lectora tradicional.	p. 31
Figura 2 Ficha de usuario, lectora digital.	p. 31
Figura 3 Construcción de los nombres para la marca.	p. 35
Figura 4 Boceto de íconos y tipografías para el logotipo.	p. 35
Figura 5 Prueba tipográfica de estilos, y fuentes.	p.36
Figura 6 Fuente tipográfica de la palabra “meli”.	p.36
Figura 7 Tipografía usada para la construcción de las palabras “menstruación libre”	p.36 p-37
Figura 8 Retícula para el Logotipo.	p.37
Figura 9 Prueba de colores.	p.37
Figura 10 Paleta cromática del logotipo.	p.37
Figura 11 Versión principal del logotipo y sus versiones complementarias.	p.38
Figura 12 Ficha de personaje.	p.39
Figura 13 Aplicación de márgenes en la maquetación del libro.	p. 40
Figura 14 Machote portada.	p. 40
Figura 15 Machote página interna.	p.40
Figura 16 Machote página maestra diagramada a dos columnas para texto.	p. 40
Figura 17 Página maestra para aplicación de cajas de texto a dos columnas, y aplicación con ilustración más caja de texto.	p.41 p.41
Figura 18 Diagramación de dos columnas.	p.41
Figura 19 Diagramación a dos columnas más ilustración.	p.41
Figura 20 Familia tipográfica para párrafos	p. 42
Figura 21 Familia tipográfica para titulares, frases, y subtítulos.	p. 42
Figura 22 Paleta cromática del libro.	p. 42
Figura 23 Diagramación de párrafos a una columna, con ilustración a doble página.	p. 43
Figura 24 Diagramación de párrafos a dos columnas.	p. 43

25 Diagramación de fotografías a doble página.	p. 43
26 Portada y lomo.	p. 43
27 Páginas internas.	p. 44
28 Composición de portada, páginas internas, y contraportada.	p. 44
29 Timeline página Instagram, mes de agosto.	p. 44
30 Mockup publicaciones; carrusel, post, ilustraciones.	p. 45
31 Proceso de la secuencia de dibujos.	p. 46
32 Proceso de animación.	p. 46
33 Proceso de edición.	p. 46
34 Mockup afiche.	p. 47
35 Mockup afiche.	p. 47

CAPÍTULO 1

Introducción

Introducción

Dentro de las sociedades es posible identificar problemas que afectan a determinados grupos sociales, que suelen estar relacionados por género, clase social, raza, y tradiciones culturales. Dentro de esto se encuentra la pobreza menstrual, o falta de la capacidad económica para acceder a productos de higiene menstrual. Este problema suele tener mucha presencia en comunidades marginales, o países en vía de desarrollo. Sin embargo, los problemas que hacen de la menstruación algo difícil de manejar para las mujeres y niñas va más allá del factor económico.

Para esto es necesario entender y reconocer que la menstruación ha sido un tema estigmatizado por parte de las sociedades, debido a una cantidad de tabúes, mitos, e incluso eufemismos para referirse a la menstruación. Por tanto, al ser este un tema de poca facilidad de hablarlo por parte de las mujeres, hace que problemas como el inaccesso a productos de higiene menstrual, o el saneamiento adecuado para gestionar la menstruación se mantengan invisibilizados, y, sin ni siquiera ser reconocidos como un problema por las mujeres que lo sufren.

Entonces, dentro de esta investigación se plantea Cómo se puede diseñar un sistema gráfico, que informe acerca del problema de una manera empática y responsable, para visibilizar, además de crear conciencia sobre la falta de acceso a productos de higiene menstrual en estudiantes mujeres de la Universidad Indoamérica.

Es por esto que la investigación se llevó a cabo dentro del

contexto universitario, espacio donde las mujeres son mucho más conscientes de sus cuerpos, y que se hayan enfrentado a casos de haber podido manejar adecuadamente su ciclo menstrual debido a factores económicos, sociales, o de accesibilidad. Con esto, se busca generar posibles soluciones desde el diseño para visibilizar este problema, y fomentar de manera responsable una sensibilización en la comunidad universitaria, y de la sociedad ecuatoriana en general.

De tal manera que sea posible reivindicar el valor de la mujer en la comunidad estudiantil, además de poder romper barreras de vergüenzas que impiden hablar abiertamente de este tema de forma respetuosa, por todos los factores culturales instaurados en la sociedad ecuatoriana.

Antecedentes

La pobreza menstrual radica en una mala gestión de la menstruación, debido a la falta de acceso a productos menstruales, servicios inadecuados, carentes políticas públicas, brechas laborales, desigualdad de género, además de poca participación de entidades educativas. Estas problemáticas generan tabúes, vergüenza y ocultismo respecto a la menstruación, lo que desemboca en que la calidad de vida de las personas menstruantes se vea afectada.

Para abordar la menstruación, se debería implementar cambios estructurales en la gestión de higiene menstrual (MHM), tales como; Agua, saneamiento e higiene (WASH), salud sexual y reproductiva (SRHR), participación educativa, manejo económico, y la salud integral por parte de los Estados (Tull, 2019, p. 2). Lo cual, ayudaría a mejorar problemas sociales tales como, las brechas laborales, desigualdad de género, falta de acceso a servicios básicos, estigmas, tabúes, falta de aportes académicos, falta de políticas públicas y marcos legales insuficientes, que ponen en riesgo la educación, salud y el bienestar general de las niñas, adolescentes, mujeres y demás personas menstruantes (Tull, 2019).

La paradoja del tabú menstrual se basa en que, a pesar de que la menstruación es una parte saludable e integral de la mujer, el control de la menstruación y su naturaleza contaminante percibida en muchas culturas contrarresta los estereotipos de belleza tradicionalmente femeninos. Esta percepción contribuye a los procesos de socialización de género que devalúan a las niñas, con mensajes para manejar la menstruación en secreto (Wilson, 2018, p. 1).

Adentrándonos en esta problemática social, nos encontramos con El Norte Global, el cual ha presenciado cambios significativos en el estatus femenino, de tal manera que existe una mayor apertura sobre la menstruación. Sin embargo, pese a estos retos hacia el statu quo, los cuerpos menstruantes todavía se ven sujetos al secretismo, ocultamiento y se los considera implícitamente como una fuente de vergüenza (Shaeralee Wootton, 2020, p p. 87-106).

Por una parte, Tolman en 2006 decía que “convertirse en mujer en una sociedad patriarcal requiere la encarnación de las normas socioculturales de la feminidad y la conformidad con las construcciones dominantes de la belleza, la apariencia y el comportamiento femeninos” (Shaeralee Wootton, 2020). Mientras que Chrisler en 2011 mostraba la tarea de “hacer que el cuerpo se comporte” y que haya sido vista durante mucho tiempo como central para el proyecto de la feminidad, y las prácticas de manejo de la higiene menstrual, en particular, han sido teorizadas como un aspecto significativo del trabajo corporal de las mujeres (Shaeralee Wootton, 2020, p p. 87-106).

En Australia, se reconoce a la pobreza menstrual como un tema crítico de salud internacional, y según A. Hyde & J. Falmagne en 2013, consideran que la menstruación sigue siendo un tema en gran medida silenciado en el entorno social (Ferfolja, 2023, p p. 1-3).

Además, Armour en 2016 explica que “el silencio alrededor de la menstruación puede resultar en que

las jóvenes no escuchen sus cuerpos.” Por ejemplo, la dismenorrea (dolor menstrual) es concebida como una parte normal y natural de la menstruación, la cual se posiciona como algo que debe ser suprimido y tolerado por las niñas y mujeres. (Ferfolja, 2023, p. 3-5).

En Escocia, el 15 de agosto de 2022, se creó una Ley la cual se enfoca en poder permitirle a las mujeres, niñas y adolescentes el acceso gratis insumos para abordar dignamente la higiene menstrual, la nueva reforma dictamina que toallas sanitarias, tampones, entre otros estén disponibles de forma gratuita para gestionar adecuadamente el ciclo menstrual. Escocia se ha convertido en el primer país en el mundo en proteger el derecho a una menstruación digna, segura y saludable (DW, 2022).

Según este dictamen, los institutos, universidades, y escuelas, además de las autoridades locales, deben estar disponibles para proveer el acceso gratuito a los productos para la gestión menstrual (DW, 2022). Además, según el informe del diario alemán DW, diseñaron una aplicación móvil, la cual ayuda a las personas menstruantes a localizar un lugar donde puedan proveer productos de higiene menstrual de forma gratuita, en los cuales figuran espacios públicos como bibliotecas, centros comunitarios. Según Shoana Robison, secretaria de Justicia Social de Escocia, mencionó, que “generar que los productos para gestionar la menstruación sean gratis, es un paso importante para la igualdad y la dignidad de las personas menstruantes” (DW, 2022).

En Pakistán se realizó una investigación dentro del instituto de atención médica pública de Quetta en 2020, en el cual se recopilaron datos a partir de una encuesta transversal a 923 mujeres, donde se demostró que solo el 44% de ellas sabía que la sangre menstrual provenía de la vagina, el 68,7% usaba toallas sanitarias durante su período de menstruación, solo el 58,2% de las mujeres se

bañaba, y el 80,5% de las mujeres limpiaban sus genitales con agua durante la menstruación (Shiny Irene, 2022, p. 3). (Shiny Irene, 2022) Manjur et al. (2021) propuso una aplicación web educativa dirigida a adolescentes, y mujeres para crear conciencia sobre la menstruación. La información se estableció para un sistema de lenguajes de codificación PHP 7, HTML, C# y CSS. Esta se creó en forma de películas de animación, videos y diseños utilizando las aplicaciones Word Press, Adobe Flash y Blender. Se utilizaron películas de animación para que las personas de todas las edades entendieran claramente la menstruación, y se logró demostrar que el resultado reduce los tabúes y mitos sobre la menstruación. (Shiny Irene, 2022, p. 4).

A esto se sumó una nueva técnica por medio del IoT (Internet de las cosas) asociada con la copa menstrual respecto al problema de la eliminación y el manejo de la higiene. Se propuso el uso del Internet de las cosas (IoT), y la metodología de aprendizaje automático. La arquitectura de la red neuronal convolucional adaptativa (ACNN), optimizada por medio del juego del caos (CG), los cuales en conjunto se utilizan para detectar el flujo menstrual cuando supera una marca específica (17 ml) en la copa menstrual. El dispositivo de la copa menstrual tiene la capacidad de aprender sobre los hábitos, fechas y cantidades de flujo de la portadora, y de esta manera poder alertar mediante mensajes de texto al dispositivo móvil sobre posibles fugas, proximidad para alcanzar el límite de mililitros disponibles, y de esta manera prevenir infecciones por la acumulación de flujo, y un mejoramiento en la higiene con respecto al manejo de la copa menstrual (Shiny Irene, 2022, p. 2).

En España, dentro de la Facultat de Belles Arts de Sant Carles, de la Universidad Politécnica de Valencia, se realizó el diseño de un libro creativo para reivindicar una menstruación digna y sin prejuicios. Por medio del

diseño editorial, se pudo reproducir una comunicación y estética que expone y justifica, desde la creatividad visual y estética, la urgencia de hablar sobre la menstruación. De tal manera, se busca reivindicar de forma progresiva el empoderamiento de las personas menstruantes, además de abordar el tabú y eufemismos de la menstruación en países subdesarrollados que se usan para referirse en torno a la menstruación, todo esto mediante a la visualización de ilustraciones, tipografía y fotografías que conforman el libro (Marqués, 2021, p. 2). En Reino Unido se abordó un proyecto de investigación desde el diseño gráfico, donde se busca una mejoría en las políticas públicas, para que colaboren a la par con organizaciones e instituciones como escuelas, y colegios. La campaña se realizó por parte del colectivo Blending Saor con un proyecto que está centrado en estudiantes que diseñan dispensadores de productos para la menstruación y poder usarlo dentro de escuelas, colegios y universidades escocesas, además, también se realizó un documental llamado Bleeding Free el cual habla sobre la pobreza del período, la dignidad del período y la educación menstrual el cual cuenta la historia de niñas y mujeres en Escocia y Uganda donde aquellas han sufrido el estigma social en contra de su cuerpo y la menstruación (Kirsten, 2021, p. 6).

En Latinoamérica, las barreras que impiden el acceso a productos de higiene menstrual agrava la salud de millones de mujeres que no tienen la economía suficiente para acceder a ellos, por lo que usan insumos antihigiénicos y se ven forzadas a realizar sus actividades cotidianas. Según la ONG Plan Américas, el valor de un paquete de toallas higiénicas equivale a un almuerzo común de 3 dólares, o un cuaderno. Ante esta situación alarmante, expertos, fundaciones, activistas, colectivos, así como la Organización Mundial de la Salud (OMS) han exigido a los Estados Latinoamericanos que la menstruación sea reconocida como un asunto emergente

en la salud y derechos humanos y únicamente de no de higiene. Con la finalidad de darle visibilidad, socavar y romper con el estigma (Carriazo M.I, 2023, p. 2).

En Argentina, el Gobierno Nacional, realizó por medio del Foro Nacional de Acciones propuestas que ayuden a romper la injusticia menstrual, donde se invitó a la participación en conjunto con organismos descentralizados, ministerios, empresas del Estado, legisladoras de las provincias, y municipios. Durante 2020 y 2021, se dictaminaron leyes por parte del Estado para el acceso igualitario para realizar una correcta y digna gestión de la salud menstrual en cuatro provincias argentinas: San Luis, Tucumán, Chaco y Catamarca (UNICEF, 2022).

En México, la pobreza menstrual se ha presentado como un tema de gran importancia dentro del Congreso de la Unión. La eliminación del IVA en productos para la menstruación, figura como una de las medidas importantes, que buscan mayores condiciones de igualdad. (Domínguez Rivas M, 2021, p. 2). Uno de los primeros Estados mexicanos en abordar esta problemática fue Michoacán, convirtiéndose primera en el primer Estado Federal Mexicano que aprobó una nueva reforma, la cual consiste en “Ley de Educación para garantizar el acceso gratuito los productos de gestión menstrual para niñas, mujeres y personas menstruantes que lo requieran en las escuelas públicas estatales.” Y de esta manera establecer programas de estudio que dignifiquen la orientación reproductiva, la educación sexual integral, y de esta manera poder ejercer factores sociales como la maternidad, paternidad, y sexualidad responsablemente, además de poder abordar otros campos correspondientes a la salud, como las enfermedades de transmisión sexuales, y los embarazos. (Domínguez Rivas M, 2021, p. 13).

Además, UNICEF diseñó un manual que tiene como enfoque el poder mostrarles a las personas las medidas adecuadas para manejar la higiene menstrual en México, el cual aborda las problemáticas que hacen muy difícil la menstruación para las niñas, debido a que sus círculos cercanos y de confianza no entienden la situación que significa menstruar de manera digna. Este manual, ha mostrado de qué manera puede contribuir la educación menstrual al momento de gestionar la menstruación, ya que refleja que la educación menstrual genera que las niñas dejen de asistir a sus clases durante su ciclo menstrual, además, por medio de esto, las niñas pueden detectar patrones de comportamiento de las otras personas cuando las estén discriminando o abusando, también, cuando los niños, adolescentes y hombres, aprenden sobre menstruación, se convierten en otra fuente de apoyo, ya que los hace empatizar, debido a que este conocimiento científico permite la ruptura de falsas creencias, mitos, tabúes, vergüenza, y discriminación que se manifiestan dentro de la menstruación (UNICEF, 2020, p. 11).

Por otro lado, en México, José García menciona que existe un problema de contaminación ambiental generado por los desechos de productos menstruales, ya que, en México, el 3% de basura generada, corresponde a toallas sanitarias, tampones, y pañales. Parte de esta problemática se genera a partir de la nula manufactura de productos menstruales ecológicos, la información escasa de campañas que concienticen del tema hacen que las personas menstruantes compren los productos más habituales, pese a que estos contienen plásticos, y químicos que pueden afectar la salud ambiental (López Romero Areli, 2022). Ante esta problemática, en Costa Rica se diseñó una prenda que ayuda a enfrentar las compras habituales de productos de un solo uso durante el ciclo menstrual, de tal forma el enfoque de este producto es diseñar una toalla sanitaria reutilizable,

hecha a base textiles, y almohadillas absorbentes que cuenta con un sistema de auto-contenido, para brindarle a la portadora una excelente experiencia de usuario (Cubero-Ugalde, 2020, p. 18).

En Colombia, se diseñó un prototipo para disminuir los cólicos propios de la menstruación por medio de una prenda de ropa interior, por medio “del principio del calor”. El diario alemán DW, afirma que la catedrática de la Universidad Autónoma del Caribe y diseñadora de moda María Fernanda Coronado Nieto, diseñó una prenda íntima ergonómica y cómoda que promete disminuir los dolores menstruales. La prenda aplica eficazmente calor al abdomen con ayuda del material adecuado para lograr una suave compresión. Coronado afirma que está demostrado científicamente que el calor ayuda a desinflamar y a reducir los cólicos menstruales. El producto tiene un interruptor, batería recargable y un sistema electrónico que va de un lado al otro para lograr esta calidez en el vientre (Alzamora, 2017).

En Ecuador, la mujer se ha visto sometida al secretismo con respecto a su salud reproductiva y sexual, de tal forma, el mal manejo de la menstruación se proyecta como un problema que afecta directamente a la calidad de vida y salud de las mujeres, niñas y adolescentes, el 15 de junio del 2021, Johanna Moreira, en la Asamblea Nacional de Ecuador, presentó en el parlamento, el “Proyecto de Ley Orgánica de Salud e Higiene Menstrual”, el cual busca que las personas menstruantes puedan operar bajo condiciones adecuadas de acceso a productos, higiene, y servicios para alcanzar una menstruación apropiada y saludable. Por medio de esta reforma legal se plantean distintas propuestas con respecto al uso de los productos de higiene menstrual, ya que plantea los centros de salud, escuelas, colegios, y universidades puedan proveer de forma gratuita los productos necesarios para gestionar la menstruación (Carlos Ernesto Herrera

Acosta, 2022). Otros organismos independientes como Plan International, trabaja para combatir la pobreza menstrual en Ecuador. Promociona la distribución de kits de higiene y la producción de material educativo, además de una página web donde reciben donaciones para ayudar a niñas y jóvenes. Además, se enfoca en la utilización de copas menstruales, y toallas sanitarias reutilizables como una alternativas eco-amigables (Plan International, 2021).

“U-Report realizó una encuesta en adolescentes de 23 provincias del Ecuador, la gran parte de ellas mujeres (92%), dentro de Pichincha, Guayas y Azuay. Se obtuvieron datos con respecto a su identificación, el cual refleja que el (81%) de ellas se consideran mestizas, (8%) indígenas, (3%) afrodescendientes, y (2%) montubias, ” (UNICEF, 2022).

Los resultados reflejaron que, el 92% consideran que es necesario y de suma importancia que los productos para gestionar la menstruación sean gratuitos, el 27% afirmó que no pueden acceder a medicamentos para lidiar con los dolores menstruales como la dismenorrea, el 33% de las encuestadas mencionaron que compran productos menstruales dependiendo el precio de estos, más allá de su calidad, el 31 % de encuestadas se vio obligada a faltar a clases por los distintos problemas de la menstruación, dentro de estos problemas figuran un (37 %) por dismenorrea, y el (31 %) por miedo a manchar sus prendas de vestir. Así mismo, el (55%) de las personas encuestadas, reconoce que sus entidades educativas no programan talleres ni temas relacionados con la menstruación (UNICEF, 2022). Además, Koenraad Vancraeynest, especialista en agua, saneamiento e higiene de UNICEF Ecuador, manifestó que “Es de suma urgencia dar voces de las jóvenes menstruantes, ya que el hecho de ser escuchadas, ayudará a la visibilización del caso, ya que será escuchadas por quienes toman

las decisiones (Estado), y de esta forma poder generar mecanismos que eliminen los bloqueos al acceso de productos esenciales para una correcta gestión de la menstruación.” (UNICEF, 2022).

En cuanto a la participación laboral, Banco Central del Ecuador 2021, afirma que existen brechas laborales, las cuales afectan en mayor medida a las mujeres, por ejemplo, en 2021, la participación de la mujer en el campo laboral fue del 38,2% a comparación con los hombres que correspondió al 55,8%. De tal forma, esto hará que las mujeres se enfrenten a mas barreras para gestionar la menstruación, debido a que sus oportunidades laborales son menores, en consecuencia, sus ingresos económicos se verán afectados y por ende su calidad de vida (Zárate, 2022, p p. 1-2). Por otra parte, (Castillo Álvarez, S. Jarrín Cevallos, V. 2018) afirmaron que “Los sesgo desarrollados al hablar de menstruación, sea esta con connotaciones negativas o positivas, han generado tabúes, y mitos que no solamente son concebidos por hombres, sino que, esta falta de educación menstrual, las vuelve replicables también por mujeres.”

En Universidad Católica del Ecuador, se abordó la pobreza menstrual enfocada a mujeres migrantes, donde se diseñó un prototipo en base a la estructura de una toalla sanitaria, la cual está construida mediante almohadillas intercambiables, las cuales son impermeables y absorbentes, este prototipo se desarrolló por medio del análisis sobre las preferencias estéticas de las portadoras, recursos sostenibles, presentadas como bases para este diseño. (Silva Villenas, 2022).



Planteamiento del problema

La pobreza menstrual es una problemática social que se relaciona con el no acceder a productos de higiene menstrual, servicios de agua y saneamiento, instalaciones que dignifiquen la salud, falta de educación y políticas públicas que promuevan soluciones, además se estima que 500 millones de mujeres, y niñas se ven afectadas a lo largo de sus vidas por este problema. Por tanto, este tema debe ser analizado desde distintos enfoques con relación a sus repercusiones dentro de las sociedades, ya que debe ser abordado desde lo biológico, médico, sociológico, psicológico, y político, para derrumbar barreras sociales, culturales, y económicas que impiden a niñas y mujeres tener un proceso dignificable sobre sus ciclos menstruales (Geng, 2021).

La historia se ha encargado de mostrar patrones culturales dentro de comunidades en las que se cree que la presencia de mujeres durante su ciclo de menstruación son una potencial amenaza para los cultivos de plantas, alimentos, y para el ganado, e incluso, durante los años 30 científicos occidentales mencionaron en el planteamiento de una hipótesis que las mujeres durante la menstruación expulsaban un tipo particular de veneno (UNFPA, 2022).

Estos estigmas que acompañan a pensar que la menstruación es algo desagradable, sucio, y asqueroso, proyecta simbolismos negativos que elevan aún más el hecho de que esta crisis de salud pública no sea parte de una agenda que debe ser atendida. Debido a que es un tema tabú, puede causar contradicciones al momento de

abordarla (Rapp, 2020).

En la India, se estima que anualmente 23 millones de niñas se ven en la obligación de abandonar la escuela cuando llegan a la menarquía o primera menstruación, las causas rondan entre la falta de baños adecuados y limpios dentro de las escuelas, así como falta de asequibilidad a productos para gestionar la menstruación, sumado a que las mismas familias no cuentan con los recursos económicos para comprar dichos productos (BBC, 2020). Por otro lado, un estudio realizado en Macedonia del norte dentro de zonas rurales, arrojó que el 90% de las niñas no asiste a la escuela durante la menstruación, mientras que, en Sudáfrica, el 30% de las niñas de todo el país no asisten a clases durante su menstruación. (Mamtaney, 2021). En Reino Unido, se realizó una encuesta a 1.000 adolescentes mujeres sobre menstruación, en la cual, la mitad mencionó que la pobreza menstrual tenía afecciones directas en su rendimiento dentro del aula de clases, y el 52% de las adolescentes manifestaron que suelen faltar a clases durante su menstruación, y 1 de cada 10 se ven obligadas a faltar a clases durante el periodo por no poder acceder a productos de higiene menstrual (Oppenheim, 2019).

En Ecuador, 4 millones de mujeres se ven afectadas por la pobreza menstrual durante su etapa fértil, además, estos números se vieron mucho más afectados durante la pandemia de la COVID-19, en la cual, una investigación por parte de la fundación alemana Friedrich-Ebert-Stiftung, Además, en Ecuador las mujeres gastan por

lo general 42 dólares únicamente en toallas higiénicas para la menstruación por año, pero esto solo sucede si la mujer gasta en cuestión 25 toallas mensualmente, o 323 toallas al año, pero que cada una de estas no tengan un valor mayor que el de 0,13 centavos. Sin embargo, estos productos se ven muchos más gravados por los impuestos sexistas que hay en la mayoría de regiones Latinoamérica (Loaiza, 2021).

Cabe mencionar que en Ecuador es bastante habitual que dentro de las sociedades existen una serie de tabúes y estigmas con respecto a la menstruación, lo cual genera una serie de problemas en el bienestar emocional, salud física, y educativo de niñas, adolescentes y mujeres ecuatorianas, por tanto, es importante la rápida intervención por parte de los organismos del Estado para la implementación de nuevas políticas públicas que exijan a instituciones y establecimientos tanto públicos y privados que posean instalaciones seguras y en buen estado, además de proveer suministros que ayuden a gestionar correctamente la menstruación (Plan International, 2021).

Justificación

Debido a las distintas problemáticas sociales y de género que enfrentan en el mundo las mujeres, se puede encontrar a la pobreza menstrual, la falta de acceso a una adecuada gestión menstrual como una afección que ha venido siendo invisibilizada, debido a los tabúes, falta de educación, políticas públicas, y el inacceso a productos y servicios para gestionar la menstruación hacen que este problema sea únicamente económico y por ende, un problema que solo afecte a clases sociales de menores ingresos económicos.

Por lo tanto, se ha optado por abordar esta problemática dentro de espacios académicos, para poder contribuir en la conciencia y educación de las personas para dar vista de estas situaciones que generan desigualdad de género, y que llegan a causar malestares en la vida diaria de las personas, además de afecciones en la salud física y mental de las mujeres.

En la actualidad, según la OMS cada día 300 millones de niñas y mujeres menstrúan, solo en el Ecuador, alrededor de 4 millones de mujeres tienen problemas en el poder acceder a productos de higiene menstrual, los cuales se vieron mucho más agravados durante la pandemia, por lo tanto, acceder a una adecuada gestión menstrual se vuelve un privilegio (Loaiza, 2021).

A través de este proyecto de investigación, se pretende abordar esta problemática social por medio del diseño para generar un sistema gráfico que contribuya en visibilizar la falta de acceso a productos de higiene

menstrual, por lo tanto, este sistema gráfico servirá como una herramienta de material educativo y de sensibilización para poder generar una mejoría en los comportamientos sociales mediante la empatía y la eliminación de estigmas y tabús alrededor de la menstruación.

Por medio del sistema gráfico se buscará causar un impacto positivo en los y las estudiantes a través de diferentes áreas del diseño gráfico como la ilustración, la construcción de textos con tipografías adecuadas, el uso del color, la generación de material impreso y digital para mostrar la versatilidad del sistema gráfico con los objetivos de promover, educar, sensibilizar, y generar una reflexión crítica en los y las estudiantes a la hora de abordar la pobreza menstrual, y la inadecuada gestión de la menstruación.

Los beneficios metodológicos que se esperan obtener por medio de este proyecto radican en que este material gráfico e investigativo puedan ser tomados en cuenta por parte del departamento de Bienestar Universitario de la Universidad Indoamérica, los cuales ayuden a mejorar la calidad de vida de las estudiantes, de tal manera se busca que este trabajo pueda tener proyecciones en la generación de nuevas políticas universitarias y futuras intraverciones en otras instituciones educativas del país como colegios y universidades.



Objetivos

Objetivo general

Diseñar un sistema gráfico acerca de la pobreza menstrual y la mala gestión menstrual, con la finalidad de dar visibilidad a la problemática y de esta manera que sea posible el aporte de información a las personas para que se generen sociedades más empáticas y libres de estigmatizaciones con respecto a la menstruación, dentro de la Universidad Indoamérica, Quito, 2023.

Objetivos específicos:

- Determinar dentro de la institución las dificultades que tengan las mujeres para la gestión adecuada de su menstruación, por medio de métodos investigativos cuantitativos y cualitativos.
- Generar material gráfico que sea adaptativo tanto en medio impresos como digitales para la visualización de la pobreza menstrual y la mala gestión de la menstruación.
- Informar por medio del material generado a través del Diseño Gráfico, para que se concientice y se rompa tabúes adoptados en nuestro entorno cultural acerca de cómo se debe manejar la menstruación.

CAPÍTULO 2

Marco referencial

Marco Teórico

La menstruación es un proceso natural del cuerpo humano, que a lo largo del tiempo se ha visto rodeado de tabúes y estigmatización, debido a distintas influencias que se han desarrollado en las sociedades, las cuales tienen un origen cultural que se encarga de replicar patrones basados en creencias, mitos, que se ven reforzados por vergüenzas y un mal manejo de la gestión menstrual, que desemboca en la pobreza de la menstruación.

2.1 Qué es la Pobreza Menstrual

Para Rossouw (2021), la pobreza en la menstruación parte desde una mala gestión en el saneamiento, que incluyen servicios básicos como el agua, además pasa por la desinformación acerca de la menstruación, y concluye en la falta de acceso a productos menstruales.

2.2 La pobreza menstrual desde la sociología

Desde la sociología, la menstruación ha sido estigmatizada debido a las concepciones ideológicas de las sociedades, las cuales catalogan a las mujeres como antihigiénicas, grotescas e irracionales, esta terminología es usada para generar una supremacía social, la cual desemboca en una práctica ocultista de la menstruación (Tomlinson, 2021).

Es importante mencionar, que parte de las concepciones socio-culturales de nuestros entornos, generan criterios basados en creencias y tabúes con respecto al ciclo menstrual, lo cual genera un impacto en la vida de las mujeres ya que tienen que lidiar con la discriminación y

la desigualdad de género (Sumpter, 2013).

Para entender los estigmas sociales, tabúes, y mitos en torno a la menstruación, es importante mencionar que dentro de muchas culturas antiguas asocian a la sangre menstrual como algo negativo que representa simbolismos dentro de la magia negra. La cultura mitológica hindú, proyecta una creencia del por qué las mujeres menstrúan, la razón está basada en que las mujeres mataron a un brahmán (animal sagrado), por tanto, habrían faltado gravemente hacia la religión hinduista, y posteriormente la menstruación estaría catalogada como algo impuro. Otras culturas de la India, excluyen a las mujeres de cualquier práctica social durante la menstruación, por tanto, no pueden entrar a la casa principal, no pueden cocinar, y tampoco se les permite ingerir ninguna comida que tenga algún tipo de carne (Jensen, 2015).

Además, Jensen, L. (2015) mencionaba que el budismo tiene ciertas influencias sobre las prácticas del hinduismo, las cuales restringen a las mujeres durante la menstruación de meditar, o de tener una interacción con los sacerdotes.

La cultura Islámica también se encarga de poner limitaciones a las mujeres durante su ciclo menstrual, estas prohibiciones se gestan en que ellas no pueden ingresar a ninguna mezquita, durante el Ramadán no tienen permitido orar ni ayunar, tampoco tienen permitido leer el Corán, y a partir del primer día de

sangrado no pueden mantener relaciones sexuales durante siete días. Estos tabúes sobre la menstruación, han sido las causas más latentes del por qué las mujeres hindúes se han visto lejos de cualquier cargo de autoridad dentro de la Iglesia islámica (Ghai, 2015).

Por otro lado, el judaísmo tiene posiciones mucho más rigurosas en torno a la menstruación, ya que, dentro de la Ley Judía, prohíben estrictamente cualquier contacto entre un hombre y una mujer durante la menstruación, ya que consideraban que tal impureza (la menstruación) pudiera adentrarse en un templo sagrado y profanar el altar (Kaundal, 2014).

Desde el otro lado del mundo, las culturas occidentales han concebido a la menstruación como un importante hito para tratar a una mujer, ya que, a partir de la menarquia, la niña pasa a ser una adulta que tiene la capacidad de definir su orientación sexual, pero también las familias occidentales, tienen poca apertura sobre la menstruación, ya que desde el cristianismo consideran a la menstruación como algo sucio y vergonzoso, estas concepciones a lo largo del tiempo, han tenido visibles consecuencias, por ejemplo, el hecho de que la sangre menstrual sea vista como algo potencialmente dañino ha alejado a las mujeres durante dos milenios de las grandes esferas sociales occidentales (Kreyenbühl-Gardner, 2023).

2.3 Aportes del feminismo sobre la menstruación

Los discursos que se han generado sobre la menstruación han sido cuestionados y desafiados por medio de contraculturas propuestas desde el feminismo, las cuales se han encargado de deconstruir prácticas hegemónicas desde las ideologías planteadas por parte de la biomedicina acerca la menstruación, ya que la naturaleza de la menstruación está simbolizada negativamente, y sus instrumentos de reproducción de estos discursos

se encuentran en esferas públicas, políticas, sociales, y culturales (Guillo, 2014).

El feminismo de segunda ola en la década de los 70, hizo un importante enfoque con respecto a cómo es asimilada la menstruación. La feminista Annie Leclerc en 1974, mencionó que el ciclo menstrual está basado en discursos patriarcales, los cuales fomentan en las mujeres una ideología que las obliga a ver sus cuerpos menstruantes como una manifestación negativa (Tomlinson, 2021).

La feminista Ussher, Jane. 2006, argumentó que, en occidente, los mensajes sexistas con respecto a la menstruación, muestran un pensamiento radical para definir el cuerpo femenino como algo monstruoso, ya que, deben garantizarle al resto de personas, que su sangre menstrual permanezca oculta. Para esto, las campañas de publicidad sobre productos menstruales, contienen mensajes que te advierten de prevenir posibles fugas del flujo menstrual, ya que esto es visto como una fuente vergonzosa y que atenta contra la salud de otras personas, debido a que se trata de una práctica antihigiénica. Los estudios sociológicos muestran una cantidad de variantes terminológicas para referirse denigrantemente hacia las personas menstruantes, entre ellas figuran: debilidad, suciedad, poca feminidad, y la histeria (Ussher, 2006).

2.4 La menstruación desde la biología y medicina

Desde la biología, el ciclo menstrual es parte de un proceso natural y fisiológico del cuerpo humano femenino, el cual concluye durante la menstruación, para esto, es necesario que el cuerpo genere cambios hormonales para que esto suceda, durante aquello, las personas menstruantes (mujeres, niñas, adolescentes, personas no binarias y hombres transgénero) se ven sometidas a una sucesión de alteraciones que entre sus

sintomatologías puede incluir la dismenorrea, cambios de humor, fatiga, hinchazón en la zona pélvica, y dolores de cabeza (Mendonça-Carneiro, 2021).

Este proceso está dividido en 4 fases que ocurren durante 28 días y corresponden a; la menstruación, preovulación, ovulación, y postovulación. Las personas con útero son parte de este ciclo menstrual aproximadamente entre 35-40 años de sus vidas, el cual tiene un inicio con la menarquia y una finalización con la menopausia. Es necesario de una serie de cambios hormonales, la liberación de estrógenos, y un ensanchamiento del endometrio para producir la ovulación, y finalmente acabar con el ciclo menstrual por medio de la liberación del sangrado que consiste en un ovulo no fecundado (Zanin, 2011).

Además, Zanin (2011), menciona que el ciclo menstrual puede ser irregular, o presentar algunas alteraciones hormonales, que generan enfermedades subyacentes tales como; la dismenorrea, endometriosis, ovario poliquístico, síndrome premenstrual, fibromas uterinos, o infecciones específicas productos del mal manejo y gestión de la menstruación.

2.5 Desde políticas públicas

Para garantizar una adecuada gestión menstrual es necesario la participación del Estado, por eso, organismos como la OMS han planteado la definición de la Salud Menstrual como una salida hacia la igualdad de género y un desarrollo sostenible de los derechos humanos, ya que la Salud Menstrual corresponde a una participación investigativa a nivel mental, físico y social de las personas menstruantes. Para lograr estos objetivos, se plantea que las personas menstruantes deban acceder a criterios científicos que les expliquen el funcionamiento, ciclos, riesgos, inicio, y finalización de la menstruación. También, es necesaria una gestión que

se adapte a las preferencias personales de la persona menstruante, que les proporcione seguridad, intimidad, e higiene al momento de manejar su menstruación. Otro de los derechos fundamentales para garantizar la Salud Menstrual es acceder a un tratamiento médico en caso de presentar molestias, trastornos, e infecciones durante la menstruación. Finalmente, es de suma urgencia garantizar un entorno social libre de estigmas, tabúes, discriminación, para que mujeres y niñas continúen siendo partícipes de las diferentes esferas sociales, económicas y políticas (Hennegan, 2021).

2.6 Método etnográfico.

Otra forma que permite conocer el comportamiento de las mujeres y niñas en su etapa menstrual, es método etnográfico, ya que por medio de este podemos comprender las interacciones de las personas dentro de su entorno, debido a que este se encarga del estudio de las culturas mediante técnicas observacionales y participativas (Mateas, 1997, pp. 166-167).

El método etnográfico es usado dentro de varios campos, sobretodo dentro de las investigaciones cualitativas, las investigaciones de campo, problemas sociológicos, y los casos de estudio, e incluso dentro de la antropología, ya que de esta manera es posible tomar en cuenta puntos de vista interpretativos y la recreación de comportamientos sociales, y patrones de conducta. El surgimiento del diseño etnográfico se manifiesta como una variante frente a las limitantes que pueden aparecer dentro de los datos cuantitativos, ya que, dentro de los números, o datos duros, quedan de lado las investigaciones que aporten valores de experiencia, opiniones, puntos de vista, y de esta manera, se limitan el poder mostrar ideas subyacentes, las creencias culturales, y motivaciones que llevan a una persona a la toma de decisiones y acciones, la razón de esto es brindar una mejor investigación sociología, y antropológicas (Encinas Ramírez, 1994).

2.7 Etnografía y la educación

Alrededor de la investigación etnográfica surgen una variedad de teorías en relación a los estudios a la sociología y antropología, “la teoría del intercambio social, y la teoría del conflicto”, todas aquellas, están direccionadas hacia una relación entre los humanos y la figuración de la vida dentro de distintas formas de convivencia, a partir de aquello, surgen teorías que ayudan a comprender de mejor manera los datos y así poder transmitir mensajes que estén basados en torno a una investigación. Es también importante mencionar dentro de la etnografía hay distintos modelos que se dimensionan descriptivamente para abordar variantes teóricas que ayuden a guiar las técnicas metodológicas que sean utilizadas dentro de la investigación, de esta manera es posible abordar desde otras áreas una problemática social, donde es posible la inserción de un cambio dentro de la educación, las relaciones interpersonales, el aprendizaje en escuelas, y como estas se van adaptando en relación a los subgrupos sociales. De esta manera, es posible presentar acercamientos dentro del modelo etnográfico, para el desarrollo de teorías que tengan como objetivos poder delinear los fenómenos y variables por medio de la conceptualización categórica de los fundamentos asociados a los constructos sociales (Encinas Ramírez, 1994).

Álvarez, C. 2008, afirma que, dentro del ámbito educativo se puede analizar las estructuras escolares bajo diferentes lógicas y subculturas dentro del entorno educativo, con la finalidad de generar mejorías dentro de los patrones de conductas de las practicas escolares. (Álvarez, 2008).

Los objetivos a cumplir dentro del trabajo de campo de la investigación etnográfica se enfocan en entender la cultura para poder interpretarla y describirla, además de poder entender los significados de las estructuras

2.8 Diseño Editorial

Conceptualmente las funciones objetivas dentro del Diseño Editorial, se fundamentan en el poder compartir conocimiento, que la lectora pueda entender y ser informada por medio de determinada tema, que está construida a partir de textos e imágenes, por tanto, el rol que debe cumplir un diseñador editorial se sustenta en la construcción de una identidad para el contenido, y por medio de aquello, tener un serie de resultados de cómo lograr una utilidad de la revista, libro o manual, darle una identidad gráfica a los contenidos, enriquecer el material por medio de la uniformidad y belleza de los elementos utilizados, y fundamentalmente tener una identidad de marca y coherencia visual (Candida, 2011).

Por lo tanto, es importante la implementación simbólica entre el texto y la imagen, ya que por medio de estos, es posible lograr una sistematización de los contenidos, los cuales pueden ser adaptados en relación a las temáticas generales a las que corresponderían un determinado libro académico, libro ilustrativo, manual o revista.

2.9 Intervención del Diseño Editorial para revistas de divulgación académica.

El núcleo de las actividades editoriales de una Universidad se centra en la divulgación de sus resultados que hayan sido elaborados por parte de la academia investigativa, por lo tanto, es importante que los intereses por mejorar la calidad de las revistas de divulgación académica tengan una mejoría. Estas mejorías pueden estar basadas en dos factores primordiales; estructuras y contenidos. Los contenidos deben tener sistemas muy claros para relucir su entendimiento, y para poder verificar aquello, pueden ser auditados por revisionistas de ortotipografía. Con respecto a las estructuras, se deben plantear guías gráficas, manuales técnicos, sobre el uso de dimensiones, formatos y comunicación por medio de símbolos, los

De esta manera, podemos hacer una enumeración de los objetivos que deben tener los fundamentos del diseño editorial para poder generar una revista de carácter académico:

- Identificar los contenidos y describir los elementos.
- Contribuir en la elaboración de posibles alternativas de las descripciones.
- Añadir elementos y aspectos de publicaciones académicas del entorno.
- Definir elementos fundamentales de diseño editorial que se deben considerar dentro de las revistas de divulgación académica.
- Organización de la información que el lector va a revisar.

2.10 Aspectos fundamentales para la construcción de una revista, libro o manual, desde el diseño editorial

La portada es una de las partes con mayor importancia dentro del contenido, ya que, atrae la atención de los lectores y se va adaptando con los públicos, la razón principal es que, por medio de la captación del público, es más fácil poder llegar a otras personas, además de crear un impacto en la impresión de la persona. Aquí también es importante añadir los estilos, los cuales pueden ser empleados por medio del tema, el cual se va convirtiendo en un elemento muy propio del libro, revista, y manual (Hernandez, 2010).

El lomo, esta es un área de la parte frontal de la estructura de portada y contraportada, por lo general, esta parte del libro suele quedar de lado, pero, esta se puede usar como un sector para colocar el logotipo, la numeración, puede tener una abreviación del contenido. El lomo también puede contener información que contribuye en la generación de ciertas narrativas, y estos detalles generan una marca de reconocimiento debido a que el consumidor habitualmente lo identifica entre los

diferentes libros, y revistas (Hernandez, 2010).

La contraportada, en esta parte del libro suele estar enfocada en la participación de anunciantes, debido a que la captación del cliente se encuentra enfocada en la portada, en revistas de divulgación académica, el espacio de la contraportada se usa para colocar titulares de la portada (Hernandez, 2010).

La encuadernación, esta parte no tiene una presencia graficada como las anteriores, ya que se trata de la cantidad de páginas, los costes de materiales, y con la información que se encuentre dentro del libro, esto genera un efecto, el cual consiste en que menos extensos sean los contenidos, más barato se vuelve la encuadernación, las formas de poder elaborar la unión de estas van desde el doblaje de hojas, graparlas, el encolado o las cosidas (Hernandez, 2010).

El formato, por regla general las revistas, libros o manuales están formados por un formato más común que es el tamaño carta o media carta, esto debido a la reducción de costos, de todos modos, las revistas suelen alejarse de estas medidas porque pueden destacar otras medidas que se adapten de mejor manera a los contenidos, por ejemplo, una revista sobre fotografías, obras de artes, ilustraciones, pueden ser aprovechados de mejor manera con una medida más grande (Hernandez, 2010).

La tipografía, dentro de la construcción de los bloques de texto es importante tener en cuenta muchos factores que se diferencien entre las de un libro académico, debido a que la construcción de un bloque de texto de libro ilustrativo o un manual deben contener entre sesenta y setenta caracteres, por lo general, las tipografías pueden ser más libre, holgadas, ornamentales, e ilustradas. Por otra parte, podemos encontrar una gran cantidad de técnicas para cambiar el ritmo y energía de una página

dentro del diseño, las cuales van desde el alineado a la izquierda, el uso de titulares grandes, titulares alineados a la parte media o inferior, sangrados dentro de las citas, puntuaciones, márgenes y espaciados (Hernandez, 2010).

La imagen, la colocación de la imagen dentro de una página es una de las partes más importantes en la creación de libros, manuales y revistas, esto debido a que el lector busca constantemente con su subconsciente, una relación o pistas entre el texto y la imagen, otro punto también fundamentado en la ubicación, es la proximidad entre texto e imagen, ya que si el lector tiene que hacer mucho recorrido con la vista para buscar a la imagen, se sentirá perdido al momento de retomar la lectura (Hernandez, 2010).

2.11 La ilustración en el Diseño Gráfico

La ilustración a lo largo del tiempo se ha mantenido bastante enfocada dentro del dibujo manual, y esos pocos acercamientos tecnológicos durante la pre-industria de la comunicación visual hacían ver a la ilustración como algo del pasado. En sus principios, se tenía en mente que la fotografía gracias a su capacidad de reproducir la similitud de algo, sería la causante de la desaparición de la ilustración, sin embargo, esta tenía otros objetivos técnicos más allá del realismo, o el hiperrealismo, ya que a estos se suman el pop-art, el figurativismo, el surrealismo, el arte conceptual, manteniendo principios técnicos como la repetición, la reducción, ampliación, y secuencias de imágenes (Andrade, 2020).

Actualmente, la ilustración es usada como un complemento que potencia el proceso de aprendizaje en espacios académicos, ya que funciona como una herramienta muy adecuada para que el texto se refuerce en su valor visual, ya que este aporta detalles que no pueden ser expresados mediante un cuadro de texto.

Por otro lado, el uso de la imagen ayuda a materializar el mensaje escrito, debido a que la imagen posee características esenciales de significado y significante, cabe recalcar que la ilustración de la imagen puede llegar a depender de como el lector pueda interpretarla (Aguado, 2020).

2.12 La Ilustración Digital

El desarrollo de las herramientas y dispositivos digitales han ayudado a que la ilustración se desarrolle mediante softwares de diseño e ilustración, es importante marcar una diferencia en torno a la fotografía digital y la ilustración digital, debido a que esta última se diseña desde cero dentro del software, mientras que la fotografía digital necesita de primero ser realizada la captura real mediante un aparato fotográfico (Pérez, 2019).

La ilustración digital tiene sus indicios desde la época de los 60", sin embargo, debido a las limitaciones tecnológicas tuvo muchísimas limitaciones, sin embargo, con la llegada de Adobe con Photoshop, CorelDraw y Paint, la ilustración empezó a tener una mayor participación dentro de foros, páginas webs, gracias a la inserción de la Red. En la actualidad, existen varios tipos de ilustraciones digitales cubriendo distintos objetivos, como la Ilustración Digital Narrativa, que consiste en la creación de guiones que cuentan una historia y van graficando cada suceso. Por otro lado, está la Ilustración Digital Decorativa, la cual ayuda a potenciar mensajes textuales dentro de libros, revistas, manuales, aunque estas también pueden funcionar sin la necesidad de añadir textos. También tenemos los comics digitales y las novelas gráficas, que se basa en la construcción de dibujos medianamente secuenciales que sirven para contar una historia, la diferencia entre ellas se da mediante sus extensiones, donde las novelas gráficas pueden llegar a ser bastante extensas (Pérez, 2019).

CAPÍTULO 3

Metodología

Metodología

La metodología de este proyecto de investigación tiene un enfoque mixto, que está abordado por medio de un enfoque cualitativo que nos ayudará a obtener percepciones, y experiencias de las mujeres que menstrúan, y profesionales de educación y psicología, mientras que el enfoque cuantitativo permitirá generalizar por medio de las tendencias y patrones que se encuentren dentro de los datos recopilados, de esta manera, habrá flexibilidad para adaptarse a las necesidades del estudio, y tener una mejor comprensión del fenómeno de la pobreza menstrual (Monje, 2011).

De tal manera, se ha optado por utilizar al método proyectual de Bruno Munari, el cual consiste en la resolución de problemas por medio de una serie de pasos sujetos a investigar sobre las necesidades del entorno social, los cuales son (Munari, 1983):

- 1.-Definición del problema.
- 2.-El tipo de soluciones para abordar.
- 3.-Recopilación de datos.
- 4.-El análisis de datos.
- 5.-Creatividad.
- 6.-Materiales.
- 7.-Elaboración.
- 8.-Verificación.
- 9.-Solución.

El proyecto de investigación se desarrolló dentro de la Universidad Indoamérica, y se ahondará dentro de las problemáticas que aquejan a las mujeres con respecto a su menstruación, además, se investigó cómo está

siendo abordada la gestión menstrual por parte de los organismos correspondientes de la Institución.

Munari (1983) menciona una serie de pasos dentro de la metodología proyectual de diseño, que buscan la sistematización de un problema en cuestión, para poder llegar a una resolución por medio de la recopilación de datos, como también la revisión para entender una problemática en cuestión.

Como primer paso, usaremos un método cuantitativo a través de un instrumento de encuestas, por tanto, se desarrolló un cuestionario de preguntas enfocadas hacia las experiencias de las participantes con respecto a cómo ellas abordan su gestión menstrual. El objetivo es medir porcentualmente dentro de la Universidad Indoamérica cuántas participantes han tenido problemas con el acceso a productos para gestionar la menstruación, y cuáles creen que serían las vías adecuadas para poder abordar la pobreza menstrual. Se usará un enfoque transversal el cual permite identificar patrones y tendencias que sean de mayor relevancia, y tener una visión instantánea de la problemática.

Como segundo paso, se desarrolló el enfoque cualitativo, que será abordado mediante un instrumento de entrevistas, el cual se aplicará al personal del departamento de Bienestar Universitario de la Universidad Indoamérica que está integrado por: el M.Sc. Francisco Dillon Coordinador Universitario Quito, la Pisc. Adriana Gonzalez Psicóloga de Bienestar Universitario, con el objetivo de conocer cómo se está abordando la

menstruación dentro de la institución. Además, se desarrollaron entrevistas adicionales a la M.sc. Ivonne Andino, y la M.sc. Patricia Salvador, ambas docentes de la facultad de Educación en la Universidad Indoamérica, con el objetivo de conocer las perspectivas sobre cómo se podrían abordar soluciones hacia la pobreza menstrual a través de la educación.

3.1 Recopilación de datos.

Para recopilar los datos cuantitativos se determinó una muestra poblacional de estudiantes mujeres de la Universidad Indoamérica, por medio de un cálculo del 95% de nivel de confianza, y el 6% de margen de error, se aplicó a una población de 1475 estudiantes mujeres de la modalidad presencial de la Universidad Indoamérica QuitoA23, en el cual se obtuvo un valor de muestreo de 202 participantes, y estas encuestas fueron aplicadas por medio de un cuestionario compuesto de cinco preguntas cerradas, repartidas virtualmente mediante un formulario de Google a las estudiantes de la modalidad presencial.

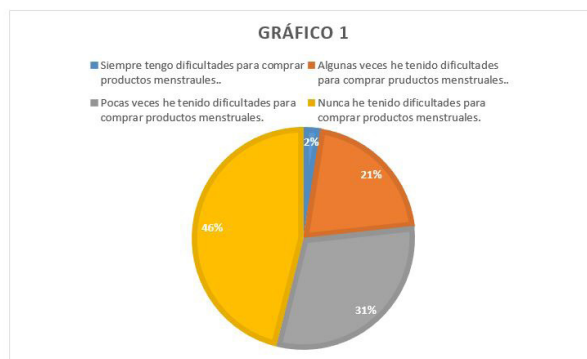
Por otro lado, para la recopilación de los datos cualitativos se realizó un cuestionario de preguntas semiestructuradas para la elaboración de las entrevistas, los cuestionarios se adaptaban a la especialidad académica de las y los participantes, además, del cargo ocupacional del personal administrativo de los integrantes de Bienestar Universitario, dentro de la Universidad Indoamérica.

Análisis de los datos.

Dentro del enfoque cuantitativo se pudo encontrar una variación de resultados que demuestran dificultades de las estudiantes con respecto a su manejo de la menstruación.

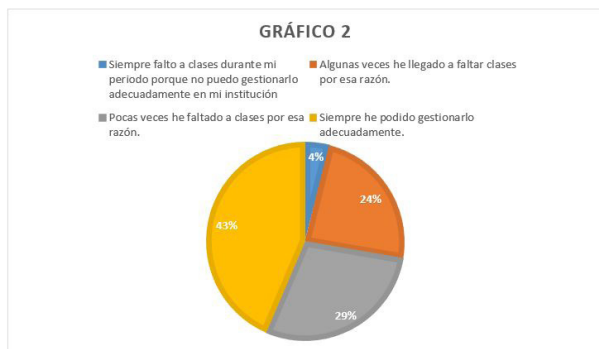
1. Más de la mitad de las estudiantes encuestadas ha tenido algún tipo de dificultad para comprar productos de higiene menstrual en mayor y menor medida.

Respuestas	Personas
Siempre tengo dificultades para comprar productos menstruales.	5
Algunas veces he tenido dificultades para comprar productos menstruales.	42
Pocas veces he tenido dificultades para comprar productos menstruales.	62
Nunca he tenido dificultades para comprar productos menstruales.	93
Total	202



2. Más de la mitad de las encuestadas ha faltado alguna o varias veces a clases durante su periodo menstrual debido a no poder gestionarlo adecuadamente.

Respuestas	Personas
Siempre faltó a clases durante mi periodo porque no puedo gestionarlo adecuadamente en mi institución.	8
Algunas veces he llegado a faltar clases por esa razón.	48
Pocas veces he faltado a clases por esa razón.	58
Siempre he podido gestionarlo adecuadamente.	88
Total	202



3. La mayoría de las encuestadas no ha sido víctima de burlas y discriminación dentro de su institución por no poder gestionar adecuadamente su menstruación.

Respuestas	Personas
Siempre me pasa.	4
Algunas veces me ha pasado.	23
Pocas veces me ha pasado.	30
Nunca me ha pasado.	145
Total	202



4. La mayoría de las estudiantes encuestadas no conocen acerca del problema de la pobreza menstrual.

Respuestas	Personas
Conozco del tema.	13
He escuchado del tema.	30
He sido participe en discusiones sobre el tema.	5
No había escuchado sobre el tema.	154
Total	202



Entrevistas

Por otro lado, por medio de las entrevistas al personal del área de Bienestar Universitario, se obtuvieron datos de que no se ha abordado la problemática dentro de la institución debido a que no han recibido síntomas de alerta de que esto exista.

Además, en la perspectiva desde la experiencia de las docentes del área de educación, manifestaron la importancia de reconocer este problema, y que sea una discusión de urgencia dentro de espacios académicos, con el fin de promover conocimientos apropiados acerca de la menstruación y las repercusiones sociales a las que deben enfrentarse niñas y mujeres al no poder gestionar adecuadamente su menstruación.



CAPÍTULO 4

Propuesta

Diseño de propuesta

4.1 Presentación de la propuesta.

Por medio de la investigación que se realizó dentro de la Universidad Indoamérica, fueron encontradas algunas complicaciones que tienen las mujeres para tener una digna menstruación, además, en la mayoría de los casos no se reconoce a la pobreza menstrual como un problema de desigualdad social, sumando los criterios por parte de las educadoras, y de tal manera, se concluyó que la primer intervención debe enfocarse en darle visibilidad a las complicaciones que sufren niñas y mujeres a la hora de gestionar su ciclo menstrual. Debido a que este sigue siendo un tema tabú dentro de nuestra sociedad ecuatoriana, la forma más precisa para hablar de este tema, es a través del material educativo.

Debido a las anteriores consideraciones, la propuesta desde el diseño se basa en la creación de un libro ilustrativo, el cual está compuesto por un personaje que acompaña y refuerza a los diferentes temas que se abordan en torno a la pobreza menstrual, el manejo de la higiene menstrual, los tabúes, y estigmas sociales.

Cabe mencionar que la cromática juega un rol importante dentro de la comunicación del libro, la cual está compuesta por un color rojo que contribuya a la normalización de la sangre menstrual. En Suecia, se configuró una campaña de una compañía de salud junto a Pantone para la creación de un tono rojo llamativo que busca normalizar a la menstruación dentro del diálogo, además, se argumentó que el tono rojo dentro de las campañas sobre la reivindicación de la menstruación anima a las mujeres y niñas que menstrúan a sentirse orgullosas de sus cuerpos (Dezeen, 2020).

El libro ilustrativo está acompañado por una campaña de difusión por medios digitales que ayudarán a reforzar la visibilidad del problema, por tanto, se configuró que este material editorial y gráfico tienen sus respectivas versiones digitales e impresas, además, el enfoque metodológico proyectual aplicado por parte de Bruno Munari menciona que posterior al análisis de los datos, se entra a la fase creativa, la cual debe estar sustentada por los problemas que afrontan mujeres jóvenes con respecto a la pobreza menstrual, pero que además, al generar conciencia de la existencia de este problema social, se ayude a niñas y mujeres que viven invisibilizadas enfrentando este problema cada mes.

4.2 Identificación de usuario.

Para continuar con los pasos de la metodología de Bruno Munari, es necesario conocer los problemas, motivaciones, y limitantes a las que se enfrentan el público objetivo, antes de empezar a realizar el producto de diseño. Para esto, se realizaron dos fichas de usuarios en las que se determinaron factores demográficos, cualidades, preferencias, motivaciones, objetivos, para tener una visión generalizada de quienes serán las personas que adquieran el libro, ya sea de manera impresa o digital, además, que estas personas permitirán progresivamente la difusión y visibilización de la pobreza menstrual y las dificultades para gestionar dignamente la menstruación.

En la primera ficha se describe a una potencial acreedora del contenido del libro, ya que está relacionada con hábitos de lectura tradicional, relacionándola con la versión impresa del libro, por otro lado, la segunda ficha

de usuario se encuentra relacionada con una lectora activa pero de contenidos digitales, es aquí donde el libro se potencia por medio de los recursos digitales, y de redes sociales para la visibilidad de la pobreza menstrual.

Figura 1

Ficha de usuario de lectora tradicional

Karen Salinas

Edad
21

Sexo
Femenino

Educación
Estudiante universitaria.

Localización
Carcelén Bajo-Quito.

Datos demográficos
Clase media, padres separados, trabajan dentro de la zona metropolitana.
Casa arrendada, viven a 30 minutos de la Universidad Indoamérica.

Hobbies
Lectura.
Pasar tiempo con amistades.
Debatir sobre problemáticas sociales.

Objetivos
Visibilizar la pobreza menstrual.
Eliminar tabúes sobre la menstruación.
Desmitificar creencias sobre la menstruación.



Motivaciones
Disfruta de la lectura tradicional.
Le gusta la lectura de temas relacionados con la sociedad.

Frustraciones
No logra concentrarse con la lectura digital.
No puede comprar los libros que ella quisiera.

Limitaciones
Depende económicamente de su madre.
No puede acceder a otros métodos para gestionar su menstruación.

Nota: Elaborado por el investigador.

Figura 2

Ficha de usuario de lectora moderna

Mayra Jimenez

Edad
24

Sexo
Femenino

Educación
Estudiante universitaria.

Localización
Kennedy-Quito.

Datos demográficos
Clase media, vive con la madre y tía, trabaja dentro de la zona metropolitana.
Casa arrendada, viven a 1 hora de la Universidad Indoamérica.

Hobbies
Redes sociales.
Pasar tiempo con amistades.
Se informa por instagram, facebook, tiktok.

Objetivos
Visibilizar la pobreza menstrual.
Eliminar tabúes sobre la menstruación.
Desmitificar creencias sobre la menstruación.



Motivaciones
Prefiera la lectura digital porque es más práctica.
Le gustan las lecturas con ilustraciones.

Frustraciones
Le aburre la lectura tradicional.
Desea lecturas más precisas sin tanto texto, como post en redes sociales.

Limitaciones
Tiene problemas económicos.
No puede gestionar dignamente su menstruación en el hogar, universidad y trabajo.

Nota: Elaborado por el investigador.

4.3 Metodología de diseño

La metodología de diseño de esta investigación se encuentra detallada a partir de 9 pasos para la resolución de un problema, en el cual, Munari argumenta que es necesario conocer las razones de por qué este problema en cuestión existe, además, conocer el entorno por medio del análisis de los datos recopilados, para proponer posible soluciones.

Las fases consisten en:

1.-Definición del problema.

La pobreza menstrual es una problemática social que se relaciona con el no acceder a productos de higiene menstrual, servicios de agua y saneamiento, instalaciones que dignifiquen la salud, falta de educación y políticas públicas que promuevan soluciones. Por tanto, este tema debe ser analizado desde distintos enfoques con relación a sus repercusiones dentro de las sociedades, los focos principales de estudio van desde lo biológico, médico, sociológico, psicológico, y político (Geng, 2021). (Para mayor información, esta etapa se encuentra redactada de mayor manera en el capítulo 1.3 “problemática”).

2.- El tipo de soluciones para abordar.

Las posibles soluciones por parte del Diseño Gráfico acerca de la pobreza menstrual y la inadecuada gestión de la menstruación están sustentadas en las especialidades de comunicación visual en las que el diseño se fundamenta. Es importante mencionar que una problemática social que tiene afecciones desde lo económico, y cultural como la estigmatización, los mitos y tabúes sobre la menstruación, hacen que sea un tema que deba ser abordado desde el Estado para la creación de políticas públicas que aborden estas situaciones a las que se enfrentan niñas y mujeres en Ecuador.

Sin embargo, por medio del Diseño Gráfico es posible visibilizar este problema a través de la creación de

material didáctico y piezas gráficas que permitan dar a conocer acerca de los problemas a los que se enfrentan cada mes niñas y mujeres. Además, los medios para difundir este problema serán aplicados tanto en lo digital como impreso, para de esta manera generar una mayor visibilidad y que la pobreza menstrual y el mal manejo de la higiene menstrual sean reconocidas como problemáticas de suma urgencia dentro de la salud pública, y que también sean abordadas en de la educación.

3.- Recopilación de datos.

Este punto se encuentra explicado en el capítulo 3 “metodología”.

4.- Análisis de datos.

Los análisis de los datos se encuentra expuesto el capítulo 3.1 de la metodología.

5.- Fase creativa, ¿Cómo voy a utilizar mi información y como la voy a aplicar?.

Por medio de los datos recopilados y su posterior análisis dentro de la fase 4 de la investigación, se ha dermidado la creación de una marca gráfica para unificar el estilo gráfico de todo el material de diseño. Posteriormente, se determinó la creación de un libro ilustrativo, el cuál está compuesto por un personaje femenino, por medio de aquello se busca generar conciencia y dar visibilidad a esta problemática social, de tal manera que este material contribuya al empoderamiento de niñas y mujeres para que tengan una menstruación que las dignifique como personas.

El libro está diseñado para ser accesible y que contribuya en brindar información que concientice acerca de los desafíos a los que se enfrentan las mujeres y niñas cada mes al no poder gestionar adecuadamente su menstruación, sumado a esto, se ha desarrollado material gráfico para redes sociales compuestos por

mensajes empoderadores y positivos para mostrar a la menstruación como algo natural y sano en las mujeres. De esta manera, se busca generar un impacto positivo en las personas lectoras del libro, para que promuevan una conversación más abierta y sin estigmas sobre la menstruación, basadas en el respeto y la inclusión, y de esta manera poder reconocer a la pobreza menstrual y la gestión menstrual como temas críticos en la sociedad.

6.- Materiales.

Para el material editorial impreso se ha determinado el uso de papeles estucados, los cuales corresponden a couché o coated, ya que estos papeles están compuestos por una capa de minerales que evitan la expansión de la tinta al momento de las impresiones, aporta muchos beneficios para libros o revistas con alta carga fotográfica o ilustrativa, ya que genera un brillo natural y suavidad al tocar las hojas, cabe mencionar que este tipo de papel se usará para los contenidos internos, con un grosor por cada hoja de 90g/m².

Por otro lado, para la encuadernación del libro se fue determinó una pasta dura a base de cartón de aproximadamente 4mm, este material sirve para la construcción de la portada, contraportada y lomo. El grosor del cartón se determinó a partir de la multiplicación del grosor de hojas por gramaje 32hojasX90g/m, que dio un total de 2880g/m, lo que corresponde a 6.2mm de grosor de todas las páginas. Las ventajas de usar la tapa dura en libros es que le aportan durabilidad, prestigio, elegancia, y es recomendado para formatos grandes.

7.- Elaboración.

La elaboración de los diferentes materiales que componen a los productos se encuentran especificados y detallados en la fase “4.4 Desarrollo de la propuesta”.

8.- Verificación.

La verificación se encuentra desarrollada en la parte final

del documento, en el apartado de anexos.

9.- Solución.

Las soluciones y conclusiones se encuentran redactadas en la parte 5 del documento, en el apartado conclusiones y recomendaciones.

4.4 Desarrollo de la propuesta / Elaboración

Con la finalidad de cumplir con los objetivos planteados dentro de esta investigación, se optó por el desarrollo de varios materiales gráficos tanto impresos como digitales los cuales estarán representados por un identificador marcario. A continuación, se detallará las diferentes etapas de diseño para la realización de la marca, el material editorial, y los elementos digitales e impresos para la difusión del libro.

Identificador marcario

La marca gráfica es un signo distintivo que genera la identificación de un producto, una empresa, una institución, o un servicio. La función primordial de la marca es posicionar a lo que esté representando dentro del mercado, ya que, incluso es utilizado como un elemento importante dentro de la publicidad. Es importante recordar que la marca debe ser construida a partir de los valores, objetivos y por elementos significativos relacionados con la empresa.

Por tanto, se ha optado por la construcción de una marca gráfica para que represente al libro editorial, y los elementos gráficos usados para la difusión del material editorial, ya que de esta manera es posible generar una unidad entre todos los materiales que componen a esta forma de reivindicar la menstruación, para mostrar las complicaciones que sufren niñas y mujeres al momento de afrontarse a problemas como la falta de servicios de saneamiento e instalaciones para la gestión de su menstruación, junto al inacceso a productos menstruales.

Construcción del naming

La construcción del nombre para la marca está relacionada íntimamente con las palabras principales de este proyecto investigativo, debido a que el uso de eufemismos continúa con la invisibilización de la pobreza menstrual y la inadecuada gestión de la menstruación. Para esto, se utilizó palabras que se relacionen a esta

problemática como menstruación, mujer, ella, libertad, estos términos también fueron extraídos de idiomas como el inglés, y de lenguas nativas de Ecuador como el Shuar y el Kichwa.

Para generar un concepto entre el nombre del identificador marcario que tenga relación con la investigación, se usaron diferentes alternativas fusionando palabras del mismo idioma, para no afectar a la pronunciación y el entendimiento. Además, para los términos extraídos de del idioma extranjero, y los otros dos idiomas locales, fue necesario establecer palabras y terminologías fáciles de relacionarlas dentro del entorno cultural ecuatoriano.

Alternativas del nombre

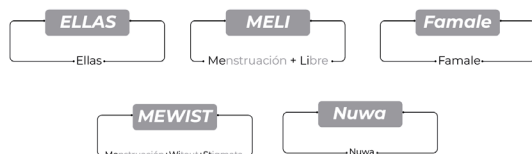
- **MELI (menstruación libre):** Esta palabra fue construida a partir de las dos primeras letras de cada palabra, esto debido a que, si se usaba las primeras sílabas, habría un problema con la palabra menstruación, ya que su primera sílaba representa una palabra masculina en el inglés. Además, cabe recalcar la importancia de agregar las palabras menstruación y libre porque ayudan a dar visibilidad a este tema que está altamente estigmatizado.
- **Ellas:** El uso de este pronombre representa lo femenino y lo relaciona únicamente a quienes se ven afectadas por problemas como la pobreza menstrual, o la mala gestión de la menstruación.
- **Female:** Este sustantivo del inglés ayuda a representar lo femenino, pero sin usar una palabra tan literal como feminine, cabe mencionar que el uso de esta palabra ayuda a representar a las principales afectadas de este problema.
- **MEWIST menstruation without stigmata:** Esta combinación de palabras fue construida a partir del uso de las primeras letras de cada palabra sobre la frase en inglés “menstruation without stigmata” que significa “menstruación sin estigmas”, que ayuda a

representar uno de los problemas principales que invisibiliza a la menstruación.

- **Nuwa:** Este término extraído del Shúar, se usa para referirse a la mujer, cabe mencionar que esta es una manera efectiva de reivindicar a mujeres indígenas que no puedan gestionar adecuadamente su menstruación por la falta de saneamiento adecuado, y la inaccesibilidad a productos para la higiene menstrual.

Figura 3

Construcción de los nombres para la marca



Nota: elaborado por el investigador.

Bocetaje del naming seleccionado

La construcción MELI (menstruación libre) fue la seleccionada debido a los valores que representa para la visibilización de la menstruación sin el uso de eufemismos, además, genera un nombre femenino, entendible, y con fácil pronunciación para el lenguaje castellano. Por tanto, para el bocetaje de esta propuesta de logotipo se tomó en cuenta aspectos significativos que se relacionan de manera formal con lo femenino, sin caer en lo estereotipado.

Los aspectos gráficos encontrados durante una revisión de propuestas similares, se encontró que las marcas de campañas sobre menstruación, tiene una gran variedad que va desde el uso de ilustraciones simples de elementos relacionados a la menstruación, tipografías con un estilo de fuente Serif y San Serif, acompañada

también con una cromática representadas por rojos que reivindiquen la menstruación en su forma más natural.

Figura 4

Boceto de íconos y tipografías para el logotipo.



Nota: Elaborado por el investigador.

Vectorización del logotipo

Para la construcción formal del logotipo fue necesaria la creación de un documento escaneado de los bocetos, con la finalidad de tener una imagen más adecuada para el proceso complementario de las ideas. Este proceso se llevó a cabo en el software para el diseño de vectores Adobe Illustrator.

Como primer paso se realizó una prueba tipográfica basada en las cualidades de las fuentes que mayormente puedan adaptarse a la conceptualización del logotipo, para lograr acabados que transmitan feminidad. El ejercicio se llevó a cabo mediante la selección de diferentes familias tipográficas con terminaciones serifas, san serifas, y ornamentales, además, se realizó un juego entre el uso de mayúsculas, minúsculas, y el estilo de fuente, para tener una visión más clara de la legibilidad y el entendimiento de la composición del logotipo.

Figura 5

Prueba tipográfica de estilos, y fuentes.



Nota: Elaborado por el investigador.

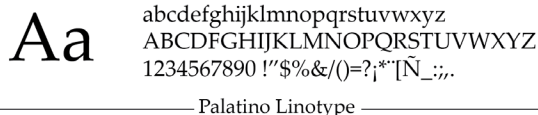
Las fuentes tipográficas seleccionadas para la construcción del logotipo están basadas en los valores que se quiere transmitir, menstruación, feminidad, formalidad y confianza. Bajo estas consideraciones, se seleccionó una tipográfica con serifa para la palabra “meli” con el objetivo de transmitir esa seguridad del empoderamiento femenino, sumando una fuente tipográfica sin serifa para las palabras “menstruación libre”, con el objetivo de generar contraste y aportar con la legibilidad de la lectura del logotipo.

Para la construcción de la palabra “meli” que compone al logotipo, se desarrolló por medio de la familia tipográfica Palatino Linotype en su estilo regular, cabe mencionar que se realizó una serie de ajustes visuales en el tracking de los caracteres para una mejoría en el equilibrio y peso visual de esta palabra.

Por otro lado, para la construcción de la palabra “menstruación libre”, se utilizó la familia tipográfica Monserrat en su versión SemiBold y Regular, para poder resaltar de donde proviene la palabra “meli”, además, se hicieron ajustes en el tracking de estas palabras para generar equilibrio y similitud en los márgenes de la palabra superior.

Figura 6

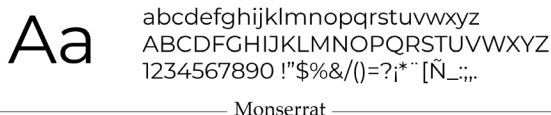
Fuente tipográfica de la palabra “meli”



Nota: Elaborado por el investigador.

Figura 7

Tipografía usada para la construcción de las palabras “menstruación libre”



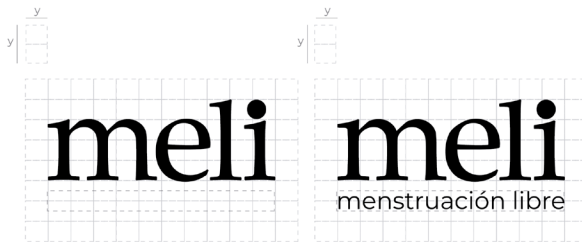
Nota: Elaborado por el investigador.

Para los ajustes del tracking fue desarrollada una retícula, compuesta por una medida tomada por medio de un valor (y), que se encuentra distribuido en sentido vertical, para adaptarse de manera proporcional en 4 cajas del mismo valor, además, este valor sirvió para la construcción de la segunda proporción del logotipo. Es importante mencionar que se agregó un símbolo en la letra “i” de la palabra “meli”, este carácter representa a una gota de sangre que hace alusión directa y coherente sobre el flujo menstrual, una de las partes principales de la menstruación.

Cabe mencionar que el logotipo está construido en una sola caja principal de valor (x), esto para generar estabilidad y formalismo en la visión gráfica del logotipo. Por tanto, el logotipo está compuesto por tres palabras en las que se le da una mayor jerarquía a la palabra compuesta, y un menor tamaño a las dos palabras representativas del nombre, es importante mencionar

que el logotipo está compuesto por las tres palabras y no se puede usar por separado.

Figura 8
Retícula para el Logotipo



Nota: Elaborado por el investigador.

Cromática del logotipo.

Al ser el color una parte importante comunicacional de un identificador marcario, es necesario relacionarlo directamente con el producto al que representa, de esta manera, se seleccionó una gama de dos rojos que representan al flujo menstrual, usarlos de esta manera permiten visibilizar a la menstruación en su forma más natural, generando una liberación de patrones de comportamiento que incitan incluso de manera inconsciente a estigmatizar y ocultar a la menstruación. Previamente, se realizó una prueba de colores, para definir la gama cromática, y distribución de colores que proporcione una mayor estabilidad en la construcción del logotipo, cabe mencionar que todas las combinaciones se derivan en una gama dentro de rojos fuertes que se acercan a un rojo más opaco.

Figura 9
Prueba de colores



Nota: Elaborado por el investigador.

Figura 10
Paleta cromática del logotipo

Paleta cromática			
C: 0%	R: 191%	C: 0%	R: 200%
M: 100%	C: 8%	M: 85%	C: 88%
Y: 100%	G: 17%	Y: 61%	G: 85%
K: 0%		K: 0%	



Nota: Elaborado por el investigador.

Logotipo y sus versiones

Como última fase del desarrollo de la marca, tenemos al identificador marcario que será utilizado dentro de los diferentes soportes impresos y digitales que conforma al proyecto sobre la visibilización de la falta de acceso a productos de higiene menstrual. Sumado a esto, se elaboraron diferentes versiones de la marca, que se constituye en el tono de color que se adapte de mejor manera según el medio en que serán aplicados.

Figura 11
Versión principal del logotipo y sus versiones complementarias.

meli
menstruación libre

Blanco y negro negativo.

meli
menstruación libre

Blanco y negro positivo.

meli
menstruación libre

Escala de grises.

meli
menstruación libre

Principal negativa.

meli
menstruación libre

Principal.

Nota: Elaborado por el investigador.

Diseño del libro ilustrativo.

La generación del material editorial en su forma tradicional impresa ayuda a la visibilización y el conocimiento acerca de las dificultades a las que se enfrentan mujeres y niñas al momento de gestionar su ciclo menstrual. Por medio de los contenidos del libro, es posible crear conciencia rompiendo con mitos, tabúes, y estigmas que ocultan a la menstruación, además, es posible contribuir con el empoderamiento de mujeres y niñas ya que ellas pueden identificar si están siendo víctimas de un mal manejo de la higiene menstrual, ya que ocasionalmente no se habla de este tema, por tratar a la menstruación como algo raro, y vergonzoso.

El libro ilustrativo tiene como objetivo generar conciencia, y nutrir de conocimiento para que las mujeres puedan identificar a este problema social, para la creación de este libro fue necesario la intervención de diferentes áreas del diseño gráfico como la ilustración, el diseño editorial, la tipografía, la cromática, y los medios.

Diseño de personaje.

Para el diseño de personaje se determinaron varios factores a tomar en cuenta, entre ellos está el género ya que se optó por una mujer joven para que las usuarias del público objetivo se sientan identificadas con las vivencias de Meli (personaje del libro). Meli está construida a partir del canon para caricaturas realista

femeninas de 6 cabezas, ya que se trata de una persona alta, de cualidades y pasatiempos apropiados con la temática del libro.

El estilo de ilustración usado para el diseño de personaje, es el Lineart que se trata de una técnica donde se definen los márgenes a partir de formas y estructuras simples que ayudan en la replicación del personaje en diferentes poses y acciones. El estilo del personaje se encuentra cosntruido por medio de un pincel digital ProBrush5, que cuenta con un efecto de irregularidad para darle un estilo mucho más personalizado, de tal forma que se pueda generar un trazo más estilizado y minimalista.

La cromática de la personaje se encuentra configurada en relación al logotipo, para de esa manera generar un sentido de unidad. Además, es importante destacar la comunicación visual que aporta el color rojo con relación a la pobreza menstrual, ya que esta ayuda a visibilizar el problema, debido a que rompe con la estigmatización y tabúes sociales con respecto a la menstruación. Por otro lado, el uso de rojo y blanco de manera uniforme, ayuda en la facilidad de reconocimiento que puede generar la lectora con el personaje.

También es importante resaltar el impacto emocional que puede generar el uso del color rojo, ya que puede transmitir una narrativa visual fuerte, para de esta manera generar una conexión más íntima entre la lectora y las ilustraciones, debido a que mejora en todos los aspectos en como la usuaria recepta la información y la relaciona con sus vivencias.

Figura 12

Ficha de personaje

Meli

edad: 23
peso: 55kg
estatura: 1.65 cm
Ciudad: Quito

Características físicas

- Delgada.
- Medianamente alta.
- Cabello corto.
- Cara ancha.

Personalidad

- Alternativa.
- Activista.
- Luchadora.

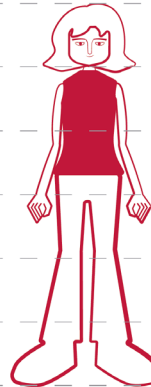
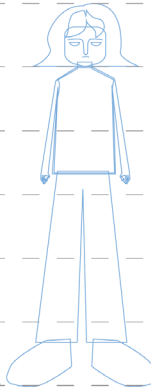
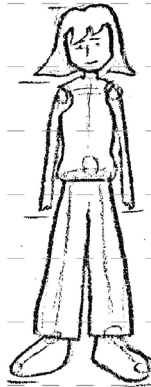
Pasatiempos

- Le gusta leer.
- Participa en debates por internet.
- Meditar
- Relajarse

Meli es una estudiante de periodismo que vive con su madre, son de clase media, y lucha por los derechos de las mujeres y niñas.



Canon



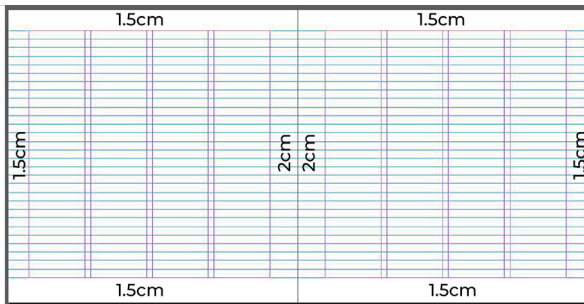
Diseño del libro.

Para el diseño del libro fue necesaria una revisión de otros productos del mismo estilo editorial, esto para determinar factores técnicos como las dimensiones, los márgenes, el gramaje del papel, los tipos de encuadernaciones, el tamaño del lomo, las construcciones internas y también que tipo de materiales eran más apropiados para un libro ilustrativo.

En cuanto a la maquetación del libro, primero se determinó que las dimensiones del libro corresponderían a un formato cuadrado de 21cm x 21cm, esto debido a la gran carga de ilustraciones y fotografías a doble página, además, se determinó un espaciado de 1cm para el lomo, y 1cm más para los márgenes internos, debido a que es una medida más apropiada cuando se tienen fotografías e ilustraciones a doble página, y no afecta en la pérdida de palabras en el cierre del libro. El margen exterior tiene una medida de 1.5cm, el margen inferior 1.5cm, mientras que el margen superior un espaciado de 1.7cm.

Figura 13

Aplicación de márgenes en la maquetación del libro.



Nota: Elaborado por el investigador.

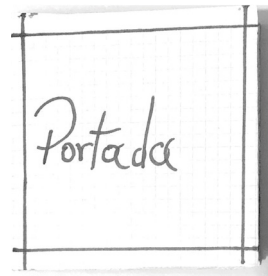
Machote

El machote es un prototipo visual, o borrador, que representa a mediana escala como se vería el resultado final de un libro o revista. Por tanto, la realización del machote ayuda a distribuir la estructura, organizar las secciones, determinar las páginas maestras, especificar las páginas de inicio y finalizado de un capítulo, lo que permite seguir de manera coherente con la lectura de los contenidos.

Por otro lado, la realización del machote ayuda a una pre visualización de los contenidos dentro del libro, por tanto, es posible la corrección de posibles fallas dentro del diseño, lo que reduciría el riesgo de tener correcciones más grandes que representan tiempo y esfuerzo como el de volver a ilustrar o tener que rehacer cajas de texto. En este caso, se realizó un machote a media escala de 10cm x 10cm, respetando el formato cuadrado que tendrá el libro, se proporcionó datos importantes como el paginado, el número de hojas, los titulares, subtítulos, frases, imágenes, fotografías, e ilustraciones. Además, se colocó los márgenes, y se distribuyeron las cajas de texto de manera general.

Figura 14

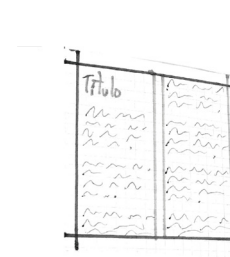
Machote portada



Nota: Elaborado por el investigador.

Figura 15

Machote página



Nota: Elaborado por el investigador.

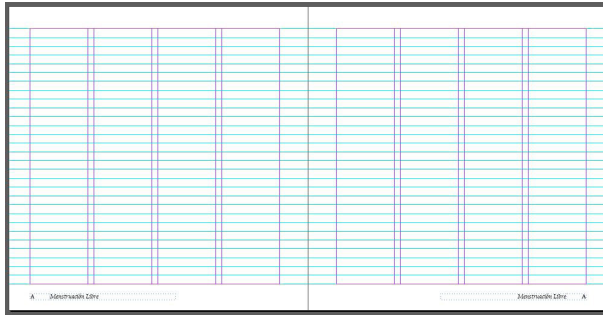
Páginas maestras

Las páginas maestras son un elemento fundamental en la optimización de trabajo editorial, ya que por medio de estas se puede establecer varios elementos de repetición como la posición de encabezados, pie de páginas, número de páginas, márgenes, cajas de texto, elementos gráficos, líneas guías y rejillas.

Para la elaboración de las páginas maestras de este libro ilustrado, se utilizó el software de diseño editorial Adobe InDesign, en el cual se establecieron previamente los parámetros del lomo del libro, los márgenes interiores, inferiores, superiores y exteriores. Además, se agregaron las guías para las columnas y los medianiles.

Figura 17

Página maestra para aplicación de cajas de texto a dos columnas, y aplicación con ilustración más caja de texto.



Nota: Elaborado por el investigador.

Retícula y diagramación

La retícula es una estructura de guías invisibles que sirven dentro del diseño editorial para la distribución, y organización de las filas y columnas las cuales conforman una cuadrícula. Para la elaboración de esta retícula se ha optado por una modular, ya que por medio de esta es posible generar mayor movilidad y creatividad en los

contenidos, sumando a esto la combinación con una retícula jerárquica para los titulares.

La diagramación es el proceso de colocación de los contenidos del libro o cualquier otro producto editorial, donde se van distribuyendo las cajas de textos, titulares, subtítulos, imágenes, ilustraciones, paginado, citas, y demás elementos gráficos. Por tanto, para esta diagramación se han incorporado dos columnas de 9cm, y 3 medianiles de 0.5cm por cada página.

Figura 18

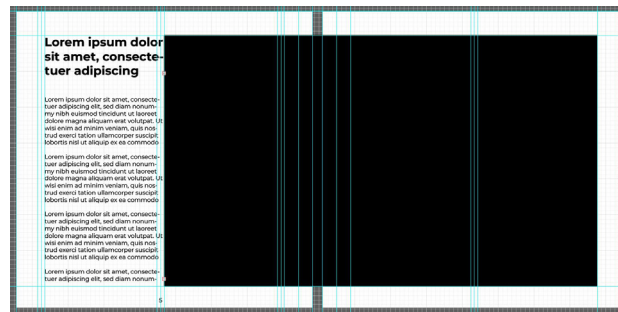
Diagramación de dos columnas.



Nota: Elaborado por el investigador.

Figura 19

Diagramación a dos columnas más ilustración.



Nota: Elaborado por el investigador.

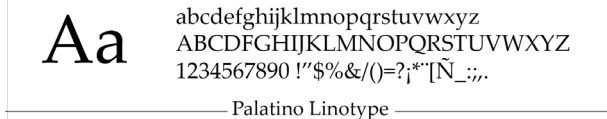
Tipografía.

Para la construcción de los contenidos textuales dentro del libro, se ha definido a partir de parámetros recomendados para una mejor lectura para medio impresos, por tanto, se ha utilizado una familia tipográfica con serifas para las cajas de textos, esto para tener una mejor estabilidad al momento de leer, además que aporta en la legibilidad y el entendimiento, para los titulares, frases y subtítulos, se ha determinado usar una tipografía san serif, debido a que esta puede permanecer estable debido a que son cortas las cajas de texto.

Se usó la familia tipográfica Palatino Linotype en su forma regular, la cual tiene terminaciones en serifa, fue aplicada a 12 puntos por párrafo para garantizar su visibilidad. Por otro lado, para los titulares se utilizó a la familia tipográfica Monserrat en su versión Bold, con 24 puntos para generar bastante impacto con los títulos, y de esta manera generar contraste con las cajas, en este punto es posible utilizar fuentes san serif debido a que se trata de pocas palabras.

Figura 20

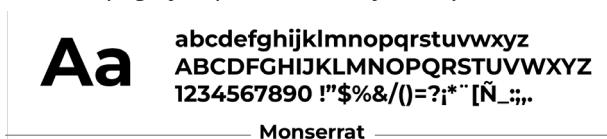
Familia tipográfica para párrafos



Nota: Elaborado por el investigador.

Figura 21

Familia tipográfica para titulares, frases, y subtítulos.



Nota: Elaborado por el investigador.

Cromática

Para la cromática del libro se han determinado 5 colores, de los cuales salen a partir del logotipo, es por eso que se tiene una gama de rojos y rosados que ayudan a reforzar la idea de visibilizar la menstruación de manera natural, también se usa un negro para la construcción de los párrafos y titulares, el cual tiene una variación en su opacidad lo que hace que se generen grises muy bien definidos y entendibles con el fondo blanco.

Figura 22

Paleta cromática del libro

Paleta cromática del libro									
C: 0%	R: 191%	C: 36%	R: 133%	C: 0%	R: 219%	C: 0%	R: 33%	C: 0%	R: 33%
M: 100%	G: 8%	M: 100%	C: 26%	M: 51%	G: 159%	M: 0%	C: 25%	M: 0%	C: 25%
Y: 100%	G: 17%	Y: 100%	C: 30%	Y: 7%	G: 188%	Y: 0%	C: 21%	Y: 0%	C: 21%
K: 0%		K: 9%		K: 0%		K: 100%		K: 100%	
						Opacidad: 70%		Opacidad: 50%	



Nota: Elaborado por el investigador.

Aplicación de textos, imágenes, e ilustraciones Desarrollo final del libro.

Para el desarrollo final fue necesario realizar ajustes que aporten en la composición visual de los elementos del libro. Durante esta fase ya se colocan los textos reales, además de las ilustraciones y fotografías, siguiendo el orden del índice, también se colocan los paginados, y demás elementos gráficos, respetando los márgenes preestablecidos.

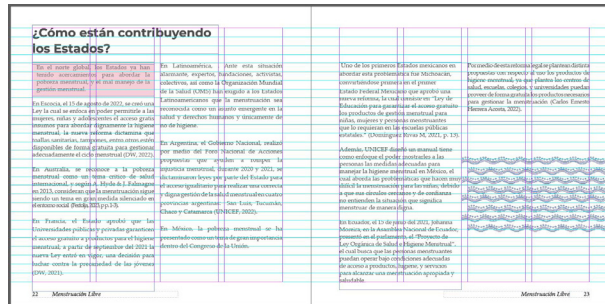
Para la realización de los párrafos, fue necesaria una manipulación en el tracking, esto para ajustar de mejor manera las líneas de texto, para evitar en lo posible las viudas, y de esta manera tener una optimización de los contenidos, dándole una apariencia agradable a

los estilos de párrafos, titulares, entre otros elementos textuales utilizados durante la creación del libro.

En cuanto a la aplicación de ilustraciones, fue necesario realizar una previa exportación de varias de ellas, esto para bajar la carga de vectores que existen en el documento, por otro lado, en la colocación de fotografías se realizaron previas ediciones en Adobe Photoshop, tanto para el estilo, como para disminuir la carga de cada imagen, con la finalidad de tener buenos resultados durante la impresión.

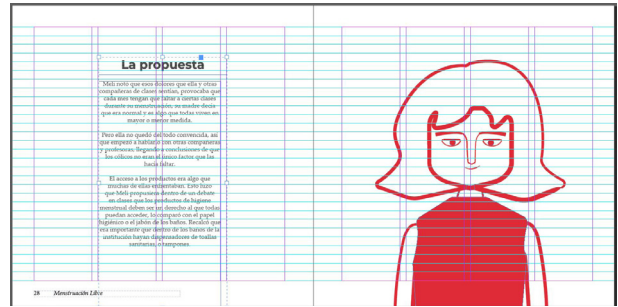
Todos los criterios preestablecidos durante la fase de maquetación y diagramación, fueron factores importantes para la creación del libro, debido a que estos parámetros ayudan a generar legibilidad, y estética visual. Además, la suma de todos estos factores, dan como resultados una importante mejoría en cuanto a la coherencia, y la calidad de las páginas del libro.

Figura 23
Diagramación de párrafos a una columna, con ilustración a doble página.



Nota: Elaborado por el investigador.

Figura 24
Diagramación de párrafos a una columna



Nota: Elaborado por el investigador.

Figura 25
Diagramación de fotografías a doble página.



Mockups del libro, resultado final

Figura 26
Portada y lomo.



Nota: Elaborado por el investigador.

Figura 27
Páginas internas.



Nota: Elaborado por el investigador.

Figura 28
Composición de portada, páginas internas, y contraportada.



Nota: Elaborado por el investigador.

Medios de difusión.

Para los medios de difusión de la problemática, se abordó desde redes sociales, como Instagram, debido a que puede generar un gran alcance del libro ya que se ajusta con la ficha de usuario propuesta. Por tanto, es necesaria la creación de una cuenta donde se comparten datos, conceptos, y empoderar mujeres para abordar la pobreza menstrual, este método ayudaría a la inmediatez para que otras usuarias reciban el mensaje al solo tener

que escanear un código QR para leer el libro, o ingresar al link predeterminado del flip/pdf.

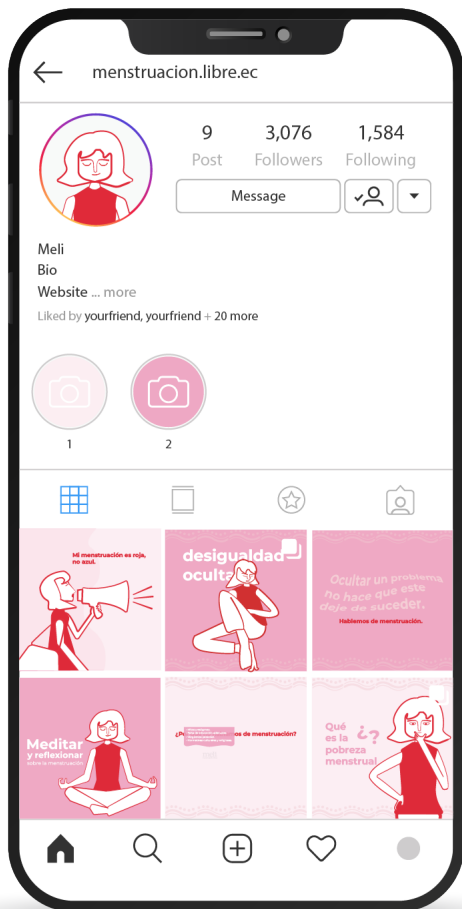
Cronograma de publicaciones

Figura 29
Timeline página Instagram, mes de agosto.



Nota: Elaborado por el investigador.

Figura 30
Mockup publicaciones; carrusel, post, ilustraciones.



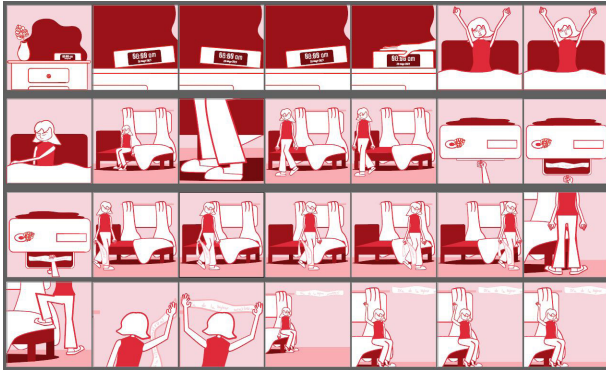
Nota: Elaborado por el investigador.

Animación reel

El proceso de animación del reel fue realizado mediante la creación de dibujos de escena por escena en el software de Adobe para vectores Illustrator. Se construyó una reel de 15segs de la personaje Meli despertandose para colgar una decoración referente a la celebración del día de la higiene menstrual, el proceso de animación se realizó dentro del software Adobe Animate, en el cual se animaron las 29 secuencias de dibujo a 4 fotogramas por segundo, con la finalidad de aportar a la fluidez y entendimiento de las secuencias de imágenes. Para la parte final, se editó el video en el software Adobe Premiere en el que se añadieron efectos de sonido, música ambiental, y transiciones.

Figura 31

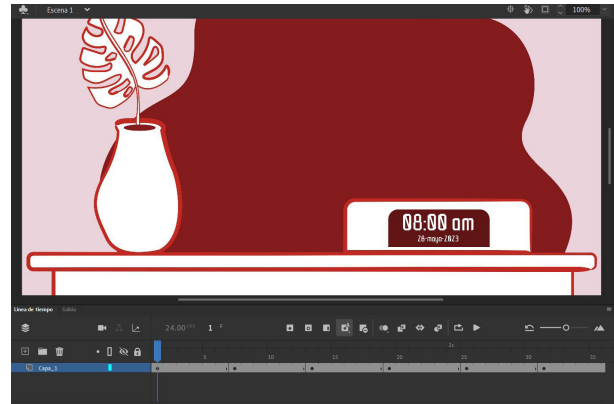
Proceso de la secuencia de dibujos



Nota: Elaborado por el investigador.

Figura 32

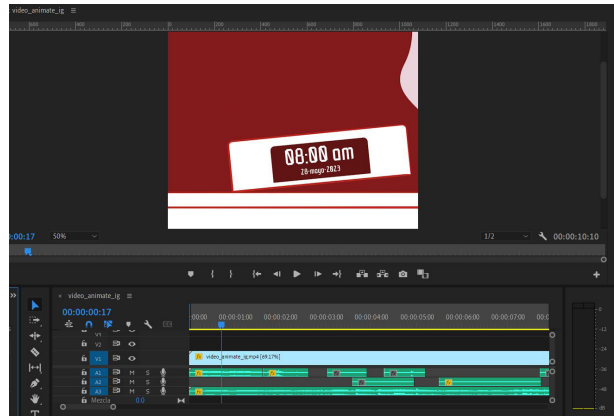
Proceso de animación



Nota: Elaborado por el investigador.

Figura 33

Proceso de edición



Nota: Elaborado por el investigador.

Cartelería y afiches

Por otro lado, el uso de medios impresos como afiches y cartelera ayudan a generar un impacto visual en la sociedad, ya que este al ser aplicado en puntos de concentración de personas, como semáforos y paradas de buses, haría que más gente conozca del libro, por ende, de la pobreza menstrual.

Todo esto, genera una configuración para empezar a visibilizar la menstruación, rompiendo tabúes, y estigmas instaurados por las estructuras socioculturales de una comunidad. Empezar a hablar de la menstruación, acercará a la gente a reconocer problemas invisibilizados como el saneamiento inadecuado para abordar el ciclo menstrual, o el inaccess a productos para gestionar dignamente la menstruación.

Figura 34

Mockups de los afiches



Nota: Elaborado por el investigador.

Figura 35

Mockups de los afiches



Nota: Elaborado por el investigador.

CAPÍTULO 5

Cierre

Conclusiones y recomendaciones

Conclusiones

Se demostró por medio de la investigación que hay estudiantes en la Universidad Indoamérica con problemas para gestionar su menstruación. Se generó un libro con contenidos para visualizar la pobreza menstrual, versátil para medios digitales e impresos.

Recomendaciones

Se recomienda la participación de más mujeres en la generación de material gráfico para redes sociales, con el fin de seguir concientizando sobre la pobreza menstrual. Además, se recomienda la continuación de más versiones del libro contando historias de mujeres que hayan sido víctimas de la pobreza menstrual.



Referencias bibliográficas

Aguado, M. V. (2020). La ilustración como recurso didáctico. p.p 337-359.

Almudena Cotán, F. (2019). El método etnográfico como construcción de conocimiento: un análisis descriptivo sobre su uso y conceptualización en ciencias sociales. Márgenes, 84-85.

Álvarez, C. (2008). La etnografía como modelo de investigación en educación. Gazeta de antropología, p.p 1-16.

Alzamora, G. (26 de Septiembre de 2017). Colombia: Diseñan prenda íntima contra los dolores menstruales. Obtenido de Colombia: Diseñan prenda íntima contra los dolores menstruales.: <https://p.dw.com/p/2kl1P>

Andrade, P. (2020). LA ILUSTRACION EN EL DISEÑO GRAFICO. Auca: Arquitectura Urbanismo Construcción Arte, p.p 60-64.

BBC. (28 de Mayo de 2020). Why India must battle the shame of period stain. Obtenido de BBC NEWS: <https://www.bbc.com/news/world-asia-india-52830427>

Candida, M. (2011). Estrategia de Diseño Editorial. Universidad Empresarial Siglo 21.

Carlos Ernesto Herrera Acosta, X. A. (2022). La menstruación digna como política de salud pública en el Ecuador. En PRÁCTICAS E INVESTIGACIONES EN CIENCIAS

POLÍTICAS Y CONTABLES (p.p 148-168). Guayaquil: CIDE.

Carriazo M.I, L. M. (2023). La lucha contr la pobreza menstrual en América Latina. . Centro de Estudios Estratégicos de Relaciones Internacionales, p.p 1-21.

Castillo Álvarez, S. J. (2018). Impacto social y cultural de la menstruación en Ecuador. Impacto social y cultural de la menstruación en Ecuador. USFQ, Quito.

Cubero-Ugalde, M. (Mayo de 2020). El diseño estratégico de toallas sanitarias reutilizables como propuesta para incrementar el empoderamiento femenino y la conciencia ambiental. revistaIDI, 17-30.

Dezeen. (1 de Octubre de 2020). Pantone lanza el color rojo del período que rompe tabúes. Obtenido de Pantone lanza el color rojo del período que rompe tabúes: <https://www.dezeen.com/2020/10/01/pantone-period-red-intimina-colour-design-news/>

Domínguez Rivas M, V. C. (Mayo de 2021). Menstruación libre de impuestos: una lucha contra la discriminación tributaria. CUADERNOS DE INVESTIGACIÓN EN FINANZAS PÚBLICAS, 1-21.

DW. (18 de 08 de 2022). Pobreza menstrual: Escocia se convierte en el primer país en ofrecer tampones y compresas gratis. Obtenido de <https://p.dw.com/p/4FkXI>
Encinas Ramírez, I. (1994). EL MODELO ETNOGRAFICO EN LA INVESTIGACION EDUCATIVA. Dialnet, 43-44.

- Ferfolja, T. H. (2023). What can Australian schools do better? Supporting . The Australian Educational Researcher, p.p 1-18.
- Geng, C. (16 de Septiembre de 2021). What to know about period poverty. Retrieved from Medical News Today. Obtenido de Medical News Today: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/period-poverty>, accessed on 28 January 2022
- Ghai, S. (12 de Enero de 2015). La menstruación en las mujeres: reflexionando sobre las perspectivas históricas. Obtenido de Ghai Srishti blog: <http://srishtighai1.blogspot.com/2015/01/?m=1>
- Guillo, M. (2014). Mujeres jóvenes y menstruación; contracultura y resignificación del ciclo menstrual en el país vasco. En O. y. Romaní, Jóvenes, desigualdades y salud: Vulnerabilidad y políticas públicas. Tarragona: Publicacions UVR.
- Hennegan, J. W.-M. (2021). Salud menstrual: una definición para la política, la práctica y la investigación. Sexual and Reproductive Health Matters, 1-8.
- Hernandez, M. (2010). GUÍA DE DISEÑO EDITORIAL PARA REVISTAS. ESPECIALIZACIÓN EN EDICIÓN DE PUBLICACIONES ESCUELA INTERAMERICANA DE BIBLIOTECOLOGÍA . UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Medellín.
- Jensen, L. (2015). El manual de Oxford de desarrollo humano y cultura, Prensa de la.
- Kaundal, M. y. (2014). Un diálogo sobre el tabú menstrual. A National Journal of Indian Association of Preventive & Social Medicine, 192-195.
- Kirsten, M. (2021). Bleeding Free: defensa y activismo en la producción de un documental dirigido por estudiantes sobre la pobreza del período y la educación sobre la salud menstrual. Bleeding Saor, 6-12.
- Kreyenbühl-Gardner, K. (2023). Un análisis sociológico del síndrome premenstrual. Un análisis sociológico del síndrome premenstrual. Universidad Estatal del Este de Tennessee, Johnson City.
- Loaiza, Y. (2 de Junio de 2021). Ecuador: 4 millones de mujeres sufren pobreza menstrual. Obtenido de infobae: <https://www.infobae.com/america/america-latina/2021/06/02/ecuador-4-millones-de-mujeres-sufren-pobreza-menstrual/>
- López Romero Areli, C. H. (2022). Informar acerca de la higiene femenina en hombres y mujeres. Informar acerca de la higiene femenina en hombres y mujeres. IBERO, Puebla.
- Mamtaney, S. (30 de Junio de 2021). PERIOD POVERTY IN SOUTH AFRICA. Obtenido de The Borgen Projec: <https://borgenproject.org/period-poverty-in-south-africa/>
- Marqués, A. (2021). Diseño de un libro creativo para reivindicar una menstruación digna y sin prejuicios. Diseño de un libro creativo para reivindicar una menstruación digna y sin prejuicios. Universitat Politècnica de Valencia, Valencia. Obtenido de <http://hdl.handle.net/10251/172724>
- Mateas, M. S. (1997). Introduction to Design Ethnography . En Resúmenes extendidos sobre factores humanos en sistemas informáticos (p.p 166-167). Atalanta Georgia: Asociación para Maquinaria de Computación Nueva York Nueva York Estados Unidos.

Mendonça-Carneiro, M. (2021). Menstrual poverty: enough is enough. *WOMEN & HEALTH*, 1-2.

Monje, C. (2011). Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa, guía didáctica. Neiva: Universidad SURCOLOMBIANA.

Munari, B. (1983). *CÓMO NACEN LOS OBJETIVOS*. Barcelona: Editorial Gustavo Gili, S.A.,.

Oppenheim, M. (21 de Mayo de 2019). Average schoolgirl takes three days off each term due to period-related issues, study finds. Obtenido de INDEPENDENT: <https://www.independent.co.uk/news/uk/home-news/period-poverty-girls-school-absent-phs-group-menstrual-a8922246.html>

Pérez, A. (06 de 05 de 2019). Es Design. Obtenido de Escuela de Diseño Superior de Diseño: <https://www.esdesignbarcelona.com/actualidad/ilustracion/que-es-la-ilustracion-digital-y-para-que-sirve>

Plan Internacional. (2026 de Mayo de 2021). LA POBREZA MENSTRUAL, UNA PROBLEMÁTICA QUE AFECTA LA SALUD, EDUCACIÓN Y BIENESTAR EMOCIONAL DE LAS NIÑAS. Obtenido de Plan Internacional Ecuador: <https://plan.org.ec/pobreza-menstrual/>

Plan Internacional. (26 de Mayo de 2021). LA POBREZA MENSTRUAL, UNA PROBLEMÁTICA QUE AFECTA LA SALUD, EDUCACIÓN Y BIENESTAR EMOCIONAL DE LAS NIÑAS. Obtenido de Plan Internacional por la niñez en Ecuador: <https://plan.org.ec/pobreza-menstrual/>

Rapp, A. K. (4 de Febrero de 2020). Changing the Cycle: Period Poverty as a Public Health Crisis. Obtenido de School of Public Health, University of Michigan: <https://sph.umich.edu/pursuit/2020posts/period-poverty.html>

Rossouw, L. y. (2021). Comprender la pobreza del período: Desigualdades socioeconómicas en el manejo de la higiene menstrual en ocho países de ingresos bajos y medios. *Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública*, 1-14.

Shaeralee Wootton, &. T. (2020). Manejo menstrual y negociación de feminidades fallidas: un estudio discursivo entre mujeres jóvenes de bajos ingresos en Aotearoa (Nueva Zelanda). *Salud Reproductiva de la mujer*, 7:2 p.p 87-106.

Shiny Irene, D. I. (2022). An IoT based smart menstrual cup using optimized adaptive CNN model for effective menstrual hygiene management. *Artif Intell Rev*, 1-18.

Silva Villenas, C. A. (2022).). La Colorada / Producto textil de gestión menstrual, dirigido a mujeres migrantes.). La Colorada / Producto textil de gestión menstrual, dirigido a mujeres migrantes,. PUCE, Quito.

Sumpter, C. y. (2013). Una revisión sistemática de los efectos sociales y de salud del manejo de la higiene menstrual . *PLoS Uno*.

Tomlinson, M. (2021). Menstruadoras malhumoradas y monstruosas: la semiótica del meme menstrual en las redes sociales. *Semiótica Social*, p.p 1-19.

Tull, K. (enero de 2019). Impacto de la pobreza en el período en el empoderamiento económico de las mujeres. K4D Helpdesk Report 536. Brighton, Reino Unido: Instituto de Estudios de Desarrollo, 1-21.

UNFPA. (28 de Mayo de 2022). Menstruation and human rights - Frequently asked questions. Obtenido de United Nations Population Fund: <https://www.unfpa.org/menstruationfaq#Taboos%20and%20Myths%20>

about%20menstuations

UNICEF. (Octubre de 2020). Manual sobre salud e higiene menstrual para niñas, niños y adolescentes. Obtenido de Manual sobre salud e higiene menstrual para niñas, niños y adolescentes.: <https://www.unicef.org/mexico/media/7201/file/Manual%20para%20ni%C3%B1as,%20ni%C3%B1os%20y%20adolescentes.pdf>

UNICEF. (Febrero de 2022). Acceso a la gestión menstrual para más igualdad Herramientas y acciones para gobiernos locales. . Obtenido de UNICEF ARGENTINA: <https://www.unicef.org/argentina/media/13721/file/ Acceso%20a%20la%20gesti%C3%B3n%20menstrual%20para%20m%C3%A1s%20igualdad.pdf>

UNICEF. (09 de Junio de 2022). Jóvenes se expresan sobre la menstruación y llevan sus voces a la Asamblea Nacional del Ecuador. Obtenido de UNICEF Ecuador: <https://www.unicef.org/ecuador/comunicados-prensa/j%C3%B3venes-se-expresan-sobre-la-menstruaci%C3%B3n-y-llevan-sus-voce-la-asamblea#:~:text=La%20joven%20U%2DReporter%2C%20concluy%C3%B3,les%20lleg%C3%B3%20su%20primera%20regla.>

Ussher, J. (2006). Manejo de lo Femenino Monstruoso: Regulación del Cuerpo Reproductivo . Nueva York : Routledge. Routledge.

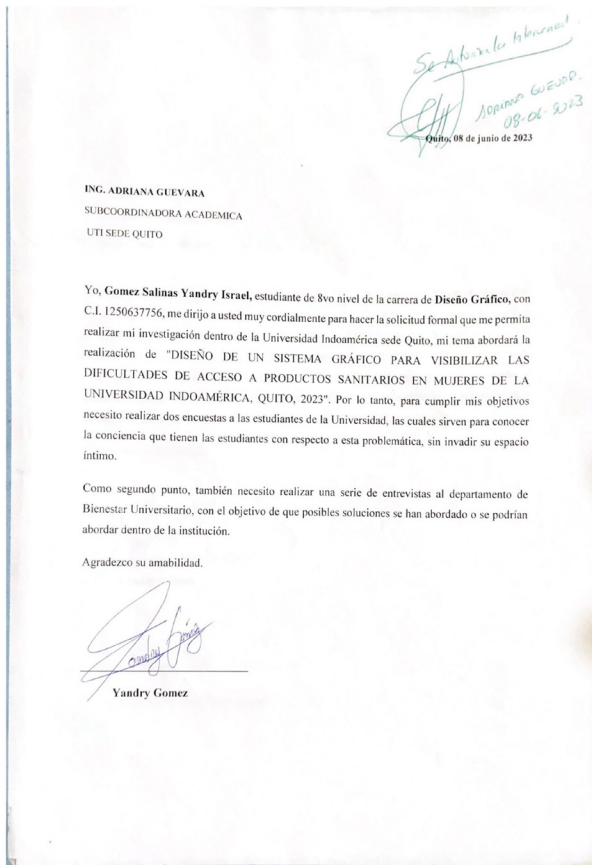
Wilson, E. H. (2018). Dismantling menstrual taboos to overcome gender inequality. *The Lancet Child & Adolescent Health*, p. 1-1.

Zanin, L. P. (2011). Ciclo menstrual: sintomatología y regularidad del estilo de vida diario. . *Fundamentos en Humanidades*, p.p 103-123.

Zárate, A. (2022). Pobreza menstrual en Ecuador: la importancia de proveer toallas sanitarias gratuitas para una menstruación digna. Pobreza menstrual en Ecuador: la importancia de proveer toallas sanitarias gratuitas para una menstruación digna. PUCE, Quito.

Anexo 1

Aprobación por parte de la subcoordinadora académica de la Universidad Indoamérica la ing. Adriana Guevara.



Anexo 2

Carta de confidencialidad al coordinador universitario de la Universidad Indoamérica M.Sc Francisco Dillon.



Anexo 3

Carta de confidencialidad la psicóloga del departamento de Bienestar Universitario de la Universidad Indoamérica
Pisc. Adriana Gonzalez

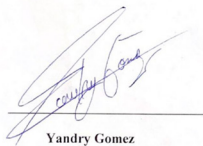
Quito, 20 de junio de 2023

Pisc. Adriana Gonzalez

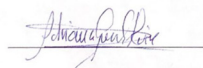
Carta de Confidencialidad

Yo, **Gomez Salinas Yandry Israel**, estudiante de 8vo nivel de la carrera de **Diseño Gráfico**, con C.I. 1250637756, me dirijo a usted mediante este acuerdo de confidencialidad acerca de mi tema de tesis titulado: "DISEÑO DE UN SISTEMA GRÁFICO PARA VISIBILIZAR LAS DIFICULTADES DE ACCESO A PRODUCTOS SANITARIOS EN MUJERES DE LA UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA, QUITO, 2023, donde me comprometo a resguardar, y mantener la confidencialidad de todos los datos recopilados durante la entrevista, que serán usados únicamente con fines académicos, los cuales apoyarán mi proyecto investigativo.

Agradezco su amabilidad.



Yandry Gomez



Recibido: Pisc. Adriana Gonzalez

Anexo 4

Ficha de validación de las ilustraciones por parte de la docente M.Sc Patricia Salvador.

Ficha de validación					
Parámetros de ilustración					
Parámetros	Cumple satisfactoriamente	Cumple	Cumple medianamente	No cumple	Observaciones
Sentido de ilustración El sentido de ilustración cumple con el mensaje que se busca transmitir en el libro.	✓				
Cromática La cromática usada en las ilustraciones cumple con las justificaciones planteadas durante la investigación.	✓				USO DEL NEGRO JUSTIFICAR BIANCO
Consonancia Las ilustraciones siguen una coherencia tanto de estilo, color, expresiones, y construcción en relación a los contenidos del libro.	✓				
Estilo El estilo de ilustración cumple con el público a quien está dirigido el libro, de estudiantes universitarias jóvenes.	✓				

Validado: PATRICIA SALVADOR

Anexo 5

Ficha de validación del libro editorial por parte de la docente Karla Cisneros.

Ficha de validación					
Parámetros de diseño del producto editorial					
Parámetros	Cumple satisfactoriamente	Cumple	Cumple medianamente	No cumple	Observaciones
Legibilidad Las familias tipográficas cumple con los parámetros editoriales.	X				
Cromática La cromática usada en el libro cumple con las justificaciones planteadas durante la investigación.		X			Mejorar el producto de color bajando la saturación de varios colores.
Línea gráfica La línea gráfica cumple con la temática y grupo objetivo planteada durante la investigación.		X			Se unificó los elementos mejorando la página de estilo.
Diseño editorial La distribución de columnas, cajas de texto, titulares, e ilustraciones, cumplen con la legibilidad y línea gráfica del producto editorial.	X				Una vez recibidas las observaciones, el estudiante mejoró, la diagramación, uso de estilo, contenidos editoriales y demás elementos que aportan a su producto gráfico editorial.

Validado: KARLA CISNEROS

Anexo 6

Flip del libro ilustrado

Fliphtml: <https://online.fliphtml5.com/cnooa/gcoi/>

Hablemos de menstruación

la pobreza menstrual y el mal manejo de la gestión menstrual



Libro ilustrativo



meli
menstruación libre

Conoce a Meli en su emocionante viaje de reivindicación y empoderamiento, y descubre cómo su voz, junto con la de miles de mujeres, logra marcar una diferencia perdurable en el mundo de la menstruación.

¿Qué pueden hacer los Estados?


La importancia de la intervención de los Estados juega un rol importante dentro de cualquier problemática social. Por medio de la creación de nuevas políticas públicas, se puede generar una sinergia dentro las sociedades flageladas, sea en los temas educación, salud, higiene.

También es importante la intervención de los Estados en grupos marginalizados por raza o género, o grupos en constante perjuicio como el de la mujer.

Estadísticas en la mujer, encontramos bastante brechas dentro de lo social y económico, como el problema respecto a la manera en como legislativamente se aborda a la menstruación.

Los problemas en torno a la menstruación se localizan en la falta de recursos productivos de higiene menstrual, las tradicionales costumbres pero generar la menstruación, la salud, taboos, y estigmas sociales.

20 Menstruación Libre




<p>Capítulo 1: Pobreza menstrual Meli (pág. 2-4). Pobreza menstrual (pág. 5). Una desigualdad oculta (pág. 7-11).</p> <p>Capítulo 2: MMM Debe silencios (pág. 14). ¿Por qué hay un mal manejo de la higiene menstrual? (pág. 15). ¿Qué pueden hacer los Estados? (pág. 20). ¿Cómo están contribuyendo los Estados? (pág. 22-23).</p> <p>Capítulo 3: Mitos La propuesta (pág. 28-31). ¿Por qué se habla de menstruación? (pág. 32-38).</p> <p>Capítulo 4: Tabú cultural Un cambio real (pág. 42-44). Desnaturalización de la menstruación (pág. 46). La menstruación dentro de las culturas (pág. 48-50). ¿Cómo podemos fomentar una menstruación libre de estigmas (pág. 52-53)?</p>	<p>ÍNDICE</p>	<p>Capítulo 1 Pobreza Menstrual</p>
--	----------------------	---

Menstruación Libre 1



La menstruación dentro de las culturas.

La menstruación ha sido estigmatizada debido a las concepciones ideológicas de las sociedades, las cuales catalogan a las mujeres como seres irracionales, groseros e irracionales, esta terminología es usada para generar una superioridad social, la cual desemboca en una práctica socialista de la menstruación (Fernández, 2021).

Para entender los estigmas sociales, tabúes, y mitos en torno a la menstruación, es importante mencionar que dentro de muchas culturas antiguas asocian a la sangre menstrual como algo negativo que representa simbólicamente dentro de la mujer mala. La menstruación, también, presenta una conexión del por qué las mujeres menstrúan, lo cual está basado en que las mujeres mueren a un tratamiento normal regular por lo tanto, las autoridades gubernamentales hacia la religión hinduista, y posteriormente la menstruación está catalogada como algo impuro (Jensen, 2015).

Es difícil reconstruir comportamientos de las culturas, pero es más difícil que esos comportamientos te afecten por que quien eres.

48 Menstruación Libre



Anexo 7

Feed de instagram

Publicación 9



Publicación 8



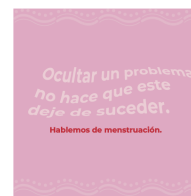
Publicación 6



Publicación 5



Publicación 4



Publicación 3



Publicación 2



Publicación 1



Material para instagram





Universidad
Indoamérica

Diseño Gráfico

2023