

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Comunicación y Artes Contemporáneas

BurnOut

Diseño Gráfico Comunicacional

Trabajo de fin de carrera presentado como requisito
para la obtención del título de
Licenciada en diseño gráfico

Quito, 19 de mayo de 2023

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Comunicación y Artes Contemporáneas

**HOJA DE CALIFICACIÓN
DE TRABAJO DE FIN DE CARRERA**

Burnout

María José Holguín Barona

Nombre del profesor, Título académico

Rodrigo Muñoz Valencia M.F.A.

Quito, 19 de mayo de 2023

© DERECHOS DE AUTOR

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en la Ley Orgánica de Educación Superior del Ecuador.

Nombres y apellidos: María José Holguín Barona

Código: 00209113

Cédula de identidad: 1803714920

Lugar y fecha: Quito, 19 de mayo de 2023

ACLARACIÓN PARA PUBLICACIÓN

Nota: El presente trabajo, en su totalidad o cualquiera de sus partes, no debe ser considerado como una publicación, incluso a pesar de estar disponible sin restricciones a través de un repositorio institucional. Esta declaración se alinea con las prácticas y recomendaciones presentadas por el Committee on Publication Ethics COPE descritas por Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing, disponible en <http://bit.ly/COPETHeses>.

UNPUBLISHED DOCUMENT

Note: The following capstone project is available through Universidad San Francisco de Quito USFQ institutional repository. Nonetheless, this project – in whole or in part – should not be considered a publication. This statement follows the recommendations presented by the Committee on Publication Ethics COPE described by Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing available on <http://bit.ly/COPETHeses>.

RESUMEN

Burnout es un producto ficticio de chicles que tiene como objetivo aliviar y prevenir los síntomas del *"burnout"*. Esta solución se basa en una línea de chicles con diferentes sabores y propósitos para aliviar los síntomas más frecuentes del *"burnout"*. Además, Burnout cuenta con publicidad fotográfica que muestra ambos lados de los síntomas para que la gente tome conciencia de este síndrome y pueda solucionarlo de manera adecuada, ayudando a nuestros consumidores a ser más conscientes de su salud física y mental. Este producto está diseñado específicamente para estudiantes de universidades AAA con el fin de solucionar la problemática actual en la que viven día a día.

Palabras clave: *"burnout"*, chicles, síntomas, estudiantes, universidades AAA, producto, USFQ.

ABSTRACT

Burnout is a fictional chewing gum product that aims to alleviate and prevent the symptoms of "burnout". This solution is based on a line of chewing gums with different flavors and purposes to alleviate the most frequent symptoms of "*burnout*". Additionally, Burnout features photographic advertising that displays both sides of the symptoms so that people can become aware of this syndrome and address it appropriately, helping our consumers become more conscious of their physical and mental health. This product is specifically designed for students at AAA universities to address the current issues they face on a daily basis.

Keywords: "*burnout*", chewing gum, symptoms, students, AAA universities, product, USFQ.

TABLA DE CONTENIDO

Introducción.....	11
Desarrollo del Tema.....	13
Conclusiones.....	41
Referencias bibliográficas.....	42

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla # 1. Encuesta de tareas diarias.....	15
Tabla # 2. Encuesta de año de universidad.....	15
Tabla # 3. Encuesta de factores causantes del cansacio físico y mental.....	16
Tabla # 4. Encuesta de tiempo para actividades diarias.....	17
Tabla # 5. Diario de 4 días de actividades.....	19
Tabla # 6. Llúvia de ideas.....	21
Tabla # 7. Paleta cromática primaria.....	29
Tabla # 8. Paleta cromática secundaria.....	30
Tabla # 9. Tipografias del burnout.....	31

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura# 1. Prototipo de packaging de chicles.....	23
Figura # 2. Prototipo empaque inicial con chicles.....	24
Figura # 3. Prototipo empaque de burnout kit	24
Figura # 4. Prototipo empaque burnout kit general.....	25
Figura # 5. Segundo prototipo de empaque burnout kit.....	26
Figura # 6. Segundo prototipo de productos de burnout kit.....	26
Figura # 7. Segundo prototipo de empaque chicles.....	27
Figura # 8. Empaque final de chicles burnout.....	28
Figura # 9. Logotipo final de burnout.....	30
Figura #10. Empaque final de chicles burnout.....	33
Figura # 11. Billboard de energía.....	34
Figura # 12. Billboard de sueño.....	34
Figura # 13. Billboard de alivio de estrés.....	34
Figura # 14. Billboard de concentración.....	34
Figura # 15. Infografía del problema del burnout.....	35
Figura #16. Infografía “burnout”.....	38
Figura #17. Empaque de chicles para cada síntoma.....	39
Figura #18. Billboard de chicles y fotos reales de cada síntoma.....	40

INTRODUCCIÓN

El desarrollo físico y emocional es una faceta fundamental del ser humano, particularmente para los estudiantes universitarios que experimentan una fase transitoria en lapsos de tiempo cortos. En el transcurso de esta transición, resulta crucial tener la capacidad de llevar a cabo todas las actividades y responsabilidades de manera positiva y apropiada. En la Universidad San Francisco de Quito, muchos estudiantes experimentan dificultades para cumplir con sus obligaciones debido al agotamiento físico y mental ocasionado por el peso y acumulación de pensamientos sobrecargados. En consecuencia, muchos descuidan la importancia de sentirse bien, sin saber cómo manejar este agotamiento o su origen. Esta falta de importancia produce múltiples consecuencias, como descuido en los estudios, problemas en el hogar e incluso enfermedades, tanto leves como graves. Por lo tanto, se ha decidido abordar la problemática de la cultura del “*burnout*” en los estudiantes de varias carreras profesionales de la Universidad San Francisco de Quito, a fin de identificar las causas y ofrecer posibles soluciones para reducir esta problemática.

Para desarrollar el proyecto de la marca Burnout, se llevaron a cabo entrevistas, encuestas y una actividad, y se destacaron tres puntos de enfoque para validar. El primer punto es que a las personas no les gusta actuar, ya que esto significa añadir otra actividad a su colección mental de tareas pendientes. El segundo punto es que las personas que padecen “*burnout*” tienden a tratar de solucionar múltiples problemas y a asumir el rol de héroe en su círculo social y familiar. El tercer punto es que la mayoría de las actividades que pueden provocar “*burnout*” son actividades a corto plazo que ofrecen gratificación inmediata y tangible.

En respuesta a la investigación, se ha desarrollado una línea de chicles ficticios que lleva el nombre de Burnout, los cuales tienen diferentes sabores y propósitos, y que pueden ser

utilizados como una forma de aliviar los síntomas del síndrome de “*burnout*”. Además, se ha creado una infografía que describe claramente el problema y sus síntomas, y fotografías que muestran la realidad del síndrome. La marca Burnout se presenta como una solución innovadora y efectiva para abordar este problema psicológico en los estudiantes universitarios.

DESARROLLO DEL TEMA

- Definir

El síndrome de “*burnout*”, definido por Castillo (2001) como un trastorno psicológico que se desarrolla a raíz del agotamiento prolongado y el estrés crónico, es un problema común entre los estudiantes universitarios, como por ejemplo aquellos que asisten a la Universidad San Francisco de Quito. Con el propósito de advertir y aliviar este problema, se ha creado la marca Burnout.

- Público Objetivo

El público objetivo del presente proyecto se centra en estudiantes universitarios de distintas carreras de la Universidad San Francisco de Quito, quienes se ven afectados por los síntomas del síndrome de “*burnout*” debido a sus horarios inestables y la acumulación de múltiples actividades. Estos estudiantes, frecuentemente, presentan signos tanto físicos como emocionales en respuesta al agotamiento extremo. Cabe destacar que, a menudo, presentan dificultades para gestionar su tiempo y culminar todas sus obligaciones sin considerar el impacto que esto tiene en su salud. Un problema adicional es que estos síntomas se intensifican durante el transcurso del semestre o en años más avanzados de la carrera, debido a la presión de finalizar proyectos o culminar el semestre. Por ende, la posible solución que se plantea es encontrar un punto intermedio que capte su atención y les proporcione alivio a sus síntomas, al mismo tiempo que les brinde conocimientos necesarios para abordar esta problemática de manera efectiva.

- Datos cuantitativos del problema:

En cuanto a nuestra investigación previa sobre las afectaciones del “*burnout*” en estudiantes ecuatorianos pudimos hallar mucha información relevante y porcentajes que captaron nuestra atención para buscar posibles soluciones ante este síntoma.

- Según Castillo (2000), el 66% de los estudiantes experimentan cansancio cuando no han dormido lo suficiente, mientras que solo el 4% se siente relajado. Además, el 34% de los estudiantes se sienten tensos al presentar tareas al día siguiente, en contraposición al 4% que se siente relajado. En cuanto a las modalidades de presentación, el 36% de los estudiantes percibe como menos estresante las presentaciones individuales en comparación con el 10% que considera menos estresantes las pruebas. Por último, el 26% de los estudiantes considera que salir con amigos es la mejor manera de relajarse.
- En un estudio llevado a cabo por Quiroz, González y Espinosa (2019), se encontró que el 17.4% de los estudiantes universitarios ecuatorianos presentaron niveles de “*burnout*” severos.
- De acuerdo con una investigación realizada por Sánchez-Gómez y colaboradores (2018), el 64% de los estudiantes de medicina ecuatorianos reportaron síntomas de “*butnout*”
- En el estudio de Zavala, Barrera, Bermeo y García (2020), se encontró que el 45,3% de los estudiantes universitarios de la ciudad de Loja, Ecuador, presentaron síntomas de “*burnout*”, siendo los más frecuentes el agotamiento emocional, la falta de realización personal y el cinismo.

- En una investigación llevada a cabo por Espinosa y colaboradores (2018), se encontró que el 32.8% de los estudiantes universitarios ecuatorianos reportaron síntomas de despersonalización como parte del síndrome de “*burnout*”
- Recursos de investigación:

Utilizamos tres fuentes distintas para obtener datos para nuestra investigación. Dado que nuestro tema afecta a estudiantes, era importante incluir su perspectiva, por lo que recopilamos información a través de un diario de 4 días, una entrevista de aproximadamente 45 minutos y encuestas dirigidas a estudiantes de la Universidad San Francisco de Quito.

- **Encuestas:**

La realización de encuestas es una herramienta útil para conocer más acerca del público objetivo al que se desea llegar. En este caso, se llevó a cabo una encuesta a estudiantes de la Universidad San Francisco de Quito con el objetivo de obtener información sobre sus estudios, tiempo disponible, estado de ánimo y preferencias dentro y fuera del campus universitario. A través de esta herramienta, se logró recopilar datos relevantes que permitirán entender mejor las necesidades y demandas de los estudiantes y, por ende, mejorar la oferta de servicios y recursos disponibles para ellos.

La información recopilada demuestra una clara diferencia en la cantidad de tiempo que los estudiantes tienen disponible para realizar sus actividades, así como un alto nivel de estrés experimentado por los mismos dentro de la universidad. De los encuestados, el 56,1% reportó niveles de estrés más altos en el ambiente universitario que en otros lugares. Sin embargo, la respuesta más preocupante fue que el 69% de los encuestados indicó que la universidad y sus actividades les causaban una gran cantidad de estrés y falta de tiempo. Este

hallazgo indica un problema real que afecta a los estudiantes y plantea una preocupación significativa por su salud física y mental.

Cómo te sientes cuando tienes que presentar una tarea al día siguiente:
57 respuestas

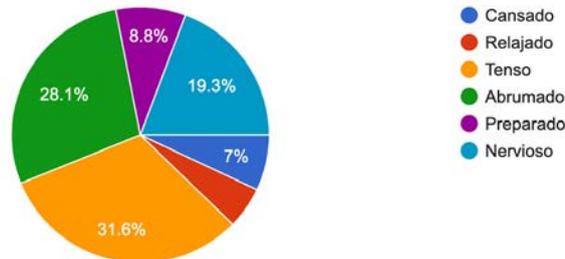


Tabla # 1. Encuesta de tareas diarias.

Según los resultados obtenidos de la encuesta, la mayoría de los encuestados indicaron que experimentan sentimientos de tensión, abrumamiento y nerviosismo un día antes de presentar algún trabajo o actividad académica. Se observó que la mayoría de las respuestas fueron negativas, con una minoría de los encuestados manifestando sentirse preparados ante tales situaciones. Estos hallazgos sugieren que los estudiantes experimentan una carga emocional negativa en relación con sus actividades académicas.

¿En qué año de universidad estás?
58 respuestas

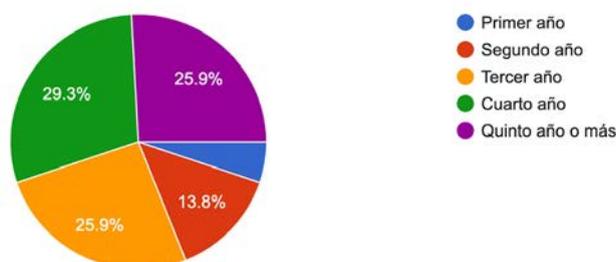


Tabla # 2. Encuesta de año de universidad.

De acuerdo con los resultados de la encuesta, se observó que la mayoría de los encuestados que manifestaron tener mayores niveles de responsabilidad, estrés y carga académica se encontraban en los últimos años de la universidad. Este hallazgo sugiere que existe una tendencia a experimentar un aumento de la carga académica y responsabilidades a medida que se avanza en la trayectoria universitaria.

¿Cuál crees que es tu mayor factor causante de cansancio físico y mental?
58 respuestas

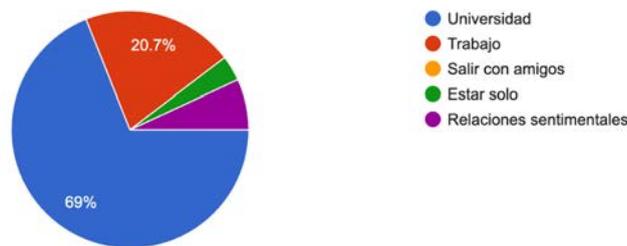


Tabla # 3. Encuesta de factores causantes del cansancio físico y mental.

Los resultados obtenidos de la encuesta muestran que un gran porcentaje de los encuestados reportaron sentir fatiga física y mental en relación con su experiencia universitaria. No obstante, resultó sorprendente que un 20% de los encuestados manifestó experimentar estos mismos factores en relación con su trabajo. Este hallazgo es significativo, ya que revela una comparación importante entre dos situaciones que se consideran tradicionalmente como fuentes de trabajo y carga: la universidad y el trabajo.

¿Crees que tienes el tiempo suficiente para tus actividades diarias?
58 respuestas

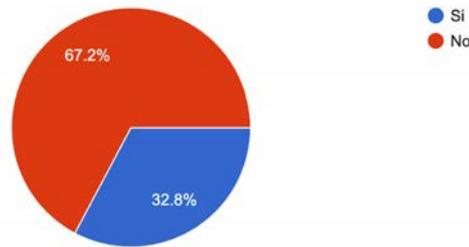


Tabla # 4. Encuesta de tiempo para actividades diarias.

Los resultados de la encuesta indican que un 67.2% de los encuestados reportaron no contar con el tiempo suficiente para realizar todas sus actividades diarias. Este hallazgo sugiere que existe una falta de organización y una sobrecarga de tareas que impide a los estudiantes cumplir con todas sus obligaciones. Además, se puede observar que la inestabilidad de los horarios universitarios puede contribuir a esta situación. En conjunto, estos resultados ponen de relieve la necesidad de abordar de manera efectiva el tema de la gestión del tiempo y la organización de las tareas en el entorno universitario.

- **Entrevistas:**

Se realizó una entrevista a estudiantes de diferentes carreras y años de estudio de la Universidad San Francisco de Quito, utilizando un cuestionario con un total de 22 preguntas para conocer más profundamente su experiencia universitaria, sus hobbies, hábitos y su vida en general tanto dentro como fuera del entorno universitario. Se inició la entrevista con Francisco Palacios Larrea (2022), estudiante de último semestre de la carrera de Derecho, quien compartió su experiencia en la universidad y manifestó sentirse abrumado en los últimos semestres, lo que le llevó a cambiar su estilo de vida y a ser más responsable. Además, comentó que sentía la necesidad de estudiar y salir adelante para satisfacer a sus familiares, quienes le brindaron la oportunidad de estudiar la carrera que le apasionaba.

Andrea Meneses (2022), estudiante de cuarto semestre de psicología, expresó en una entrevista que siempre supo que quería estudiar esta carrera para enfocarse en el trabajo con niños y poder guiarlos y ayudarlos en todo lo que estuviera en su alcance. Comentó que cuando tenía muchas tareas pendientes, le resultaba complicado abordar una de ellas porque trataba de solucionar todas al mismo tiempo, sin saber por dónde empezar. Sin embargo, su propósito siempre ha sido el de ayudar a los demás, lo que le ha motivado a continuar adelante en su carrera universitaria.

Durante la realización de entrevistas a Martina Vela y Jose Tomas Loayza (2022), estudiantes de primeros años en la Universidad San Francisco de Quito, se destacó la inestabilidad en sus horarios, lo que les impedía cumplir con algunas actividades previstas. Si bien la carga académica no era la razón principal de su estrés, ellos sentían la necesidad de cumplir rápidamente con sus tareas para obtener la satisfacción de haber realizado algo de manera eficiente y obtener resultados inmediatos.

- **Diario:**

En cuanto a la tercera actividad, se implementó un diario entregado a 8 personas a lo largo de 4 días de la semana, incluyendo días laborales y de descanso. A través de esta actividad, se pudo observar que los participantes experimentaron niveles más altos de estrés, frustración y falta de sueño durante las noches. Asimismo, se evidenció que los horarios de los participantes eran inestables, posiblemente como resultado de una mala organización y la acumulación de tareas universitarias.

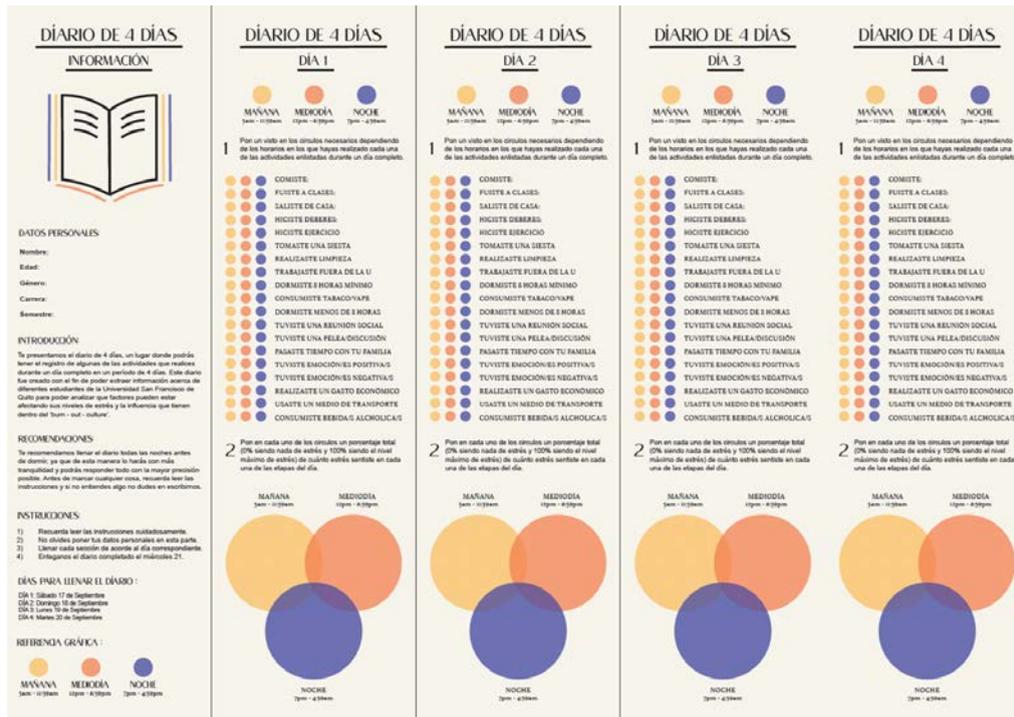


Tabla # 5. Diario de 4 días de actividades.

● **Insights:**

Gracias al uso de herramientas de investigación, pudimos obtener información clave de cada una de las actividades estudiadas, lo que nos permitió identificar tres insights principales. Estos insights fueron la base fundamental de nuestra investigación, ya que nos ayudaron a determinar posibles soluciones.

- **A las personas no les gusta accionar ya que esto significa que aumentan una actividad a la colección mental de las que ya tienen.** El análisis de los datos obtenidos a través de nuestra encuesta reveló que una mayoría significativa de estudiantes, concretamente el 61%, prefiere distraerse socialmente en lugar de enfrentarse a sus actividades académicas en solitario, lo que, como consecuencia, puede llevar a evitar cualquier tipo de tarea académica.

- **Las personas que padecen burnout tienen la tendencia a tratar de solucionar múltiples cosas y tomar el rol del héroe en su círculo social/familiar.** Después de llevar a cabo las entrevistas, pudimos llegar a la conclusión de que muchas personas se sienten motivadas a estudiar debido a experiencias relacionadas con su entorno de crecimiento. Estas experiencias les generan el deseo de salir adelante y demostrar a los demás que son capaces de hacerlo.
- **La mayoría de las actividades en las que terminas en “burnout” son actividades a corto plazo que tienen como resultado cosas tangibles y gratificantes.** Gracias a nuestro registro diario, se ha podido observar que la mayoría de los estudiantes de la Universidad San Francisco de Quito experimentan estrés en mayor medida durante las horas nocturnas, específicamente después de las 7:00 pm.

2. Idear (lluvia de ideas):

A través de una sesión de lluvia de ideas, logramos clasificar con mayor precisión las necesidades, intereses y talentos de nuestro público objetivo. Posteriormente, evaluamos varias opciones y seleccionamos las tres mejores soluciones para analizar su viabilidad e implementación.

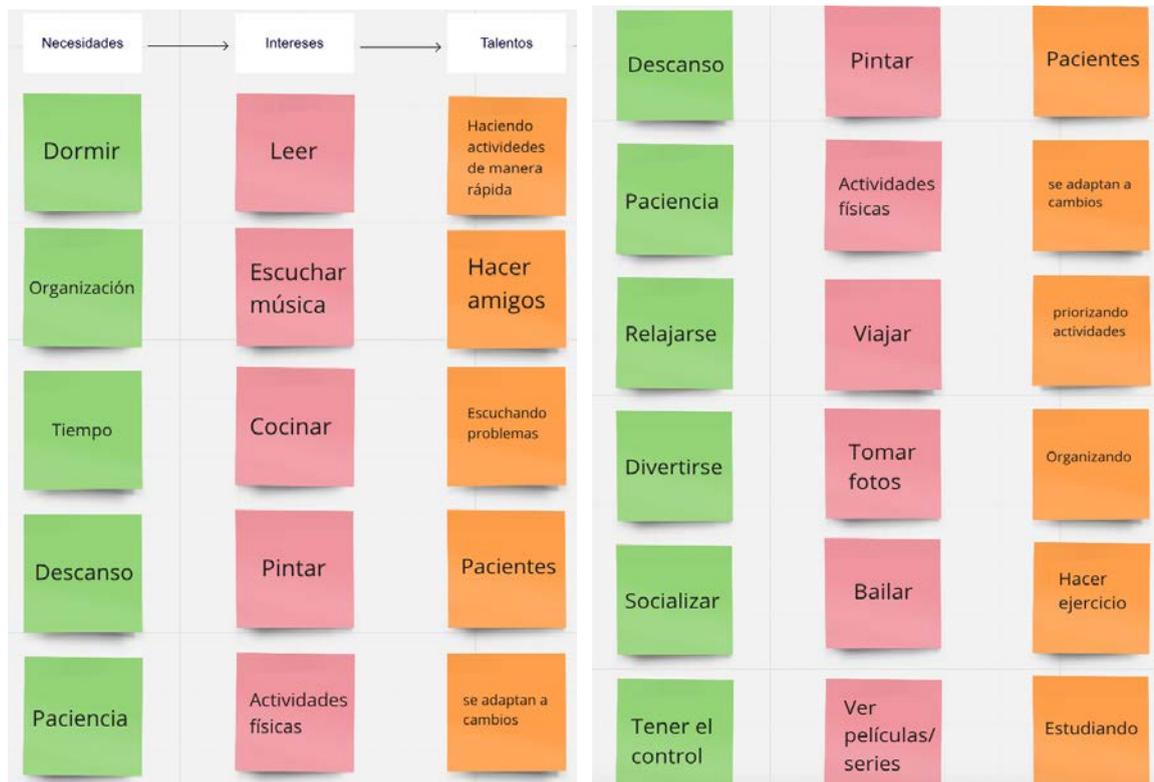


Tabla # 6. Lluvia de ideas.

A través del proceso de categorización que llevamos a cabo, identificamos diversas necesidades clave de nuestro público objetivo, tales como la necesidad de dormir adecuadamente, de organizar su tiempo de manera efectiva, de tener suficiente tiempo para descansar y relajarse, entre otras. A medida que fuimos analizando y adaptando estas necesidades a cada uno de los problemas identificados, pudimos obtener una visión más clara y precisa del camino a seguir en la búsqueda de soluciones.

3. Prototipo:

Gracias al uso de herramientas de investigación, pudimos obtener información clave de cada una de las actividades estudiadas, lo que nos permitió identificar tres insights principales. Estos insights fueron la base fundamental de nuestra investigación, ya que nos ayudaron a determinar posibles soluciones.

Como parte de nuestra solución, hemos propuesto la creación de un kit que incluye chicles de diversos sabores y propósitos, junto con una caja para su transporte y una pulsera tecnológica que mide las pulsaciones del corazón. Esta pulsera tiene la capacidad de evaluar niveles de estrés, calidad de sueño, niveles de concentración y energía. Sin embargo, durante el proceso de desarrollo, hemos identificado que algunos de los productos propuestos no resultan necesarios.

- Recursos de prototipado:

Para el desarrollo de nuestro prototipo, decidimos utilizar una maqueta que nos permitió simular el funcionamiento de nuestro producto. El proceso comenzó con la elaboración de la maqueta utilizando diversos materiales como arcilla, plastilina, papel, cartón, plástico y ticktacks. Posteriormente, llevamos a cabo una prueba de concepto con nuestro público objetivo, a fin de recibir retroalimentación y realizar ajustes que nos permitieran mejorar el prototipo.

- Feedback externo

Gracias al feedback obtenido durante la prueba de concepto, realizamos los cambios necesarios para obtener el resultado final del prototipo. De esta manera, pudimos validar la efectividad de nuestra propuesta y estar seguros de que el producto cumplía con las necesidades y expectativas de nuestros potenciales usuarios.

- Creación del Prototipo

Al crear el prototipo, llevamos a cabo una exhaustiva búsqueda de distintas opciones para visualizar la marca y sus productos. Nuestro objetivo principal fue asegurarnos de que el usuario tuviera varias opciones para hacerlo funcional y compatible con su estilo de vida, de

manera que fuera fácil de entender y utilizar. Para lograr este objetivo, trabajamos con varias líneas gráficas, con el fin de encontrar algo comercialmente atractivo para nuestros usuarios. Las figuras siguientes muestran todas las etapas de exploración que llevamos a cabo, junto con los cambios que se realizaron. En un principio, exploramos dos opciones distintas, buscando que fuera elegante pero juvenil. Sin embargo, nos dimos cuenta de que teníamos que hacerlo mucho más llamativo, ya que se trataba de chicles y estos siempre tienen que ser más atractivos. Por esta razón, decidimos cambiar nuestra línea gráfica y el diseño del empaque, para lograr un producto más comercial y llamativo para nuestro público objetivo.



Figura# 1. Prototipo de packaging de chicles .



Figura # 2. Prototipo empaque inicial con chicles.



Figura # 3. Prototipo empaque de burnout kit.



Figura # 4. Prototipo empaque burnout kit general.



Figura # 5. Segundo prototipo de empaque burnout kit



Figura # 6. Segundo prototipo de productos de burnout kit.



Figura # 7. Segundo prototipo de empaque chicles.

La evolución del segundo prototipo se debió en gran medida a las fallas que se identificaron durante la definición gráfica del concepto Burnout en el primer intento. A partir de esta experiencia, se optó por reducir la línea de productos a una sola línea de chicles, y cambiar el nombre de "Bubble Kit" a "Burnout". Además, se modificaron los colores de los chicles en función del sabor y el efecto que se esperaba obtener para cada uno de los síntomas relacionados con el problema del *"burnout"*.



Figura # 8. Empaque final de chicles burnout

- Presentación a público objetivo

El último prototipo fue sometido a una revisión por nuestro público objetivo con el fin de obtener retroalimentación. Esta actividad resultó de gran valor, ya que nos permitió identificar pequeños detalles que podríamos mejorar. En este sentido, recibimos comentarios muy favorables respecto al interés que despertó nuestro producto entre los evaluadores, quienes manifestaron su curiosidad acerca de su posible lanzamiento al mercado. Asimismo, destacaron la selección de colores y sabores que despertaron su atención.

- **Propuesta gráfica:**

Al desarrollar nuestra propuesta gráfica enfocada en aliviar los síntomas del *"burnout"*, hemos diseñado una línea de chicles que consta de cuatro empaques de distintos colores, cada uno representando una de las afectaciones asociadas con este problema. Para complementar esta estrategia, llevamos a cabo una sesión de fotos que ilustra cada síntoma junto con su opuesto, con el objetivo de concienciar a nuestro público objetivo sobre la importancia de tener hábitos saludables.

En cuanto al diseño gráfico, cada uno de los cuatro empaques de chicles representa un síntoma específico del *"burnout"*, utilizando una paleta de colores diferenciada y un diseño visual coherente con la idea general. De esta manera, buscamos brindar una solución a cada uno de estos síntomas de manera individualizada, lo que facilita la identificación de los mismos por parte del consumidor.

Por otro lado, la sesión de fotos que hemos llevado a cabo se enfoca en mostrar cada síntoma del *"burnout"* de manera visual, utilizando una imagen para representar cómo se vive realmente cada uno de ellos, el cual se alcanza al aliviar los síntomas mediante el consumo de nuestros chicles. Cada una de estas imágenes se acompaña de una frase que llama a nuestro público objetivo a reflexionar acerca de sus hábitos, con la intención de concienciar sobre la importancia de tomar medidas para prevenir el *"burnout"*.

Nuestra propuesta gráfica está diseñada para abordar de manera integral los síntomas del *"burnout"*, utilizando tanto el diseño gráfico como la fotografía para transmitir el mensaje a nuestro público objetivo. Gracias a esta información pudimos realizar nuestro stylesheet destacando los puntos a favor anteriormente hablados.

- Logotipo



Figura # 9. Logotipo final de burnout.

El logotipo de Burnout presenta el nombre de la marca, con una diferenciación en cada color que indica el sabor y el efecto que tendrá en los usuarios según el síntoma que presenten. La elección de colores brillantes y vibrantes se debe a que nuestro público objetivo es joven y requiere detalles que capten su atención para fomentar la compra del producto. Además, se utilizó una tipografía adaptada para transmitir calidez y una imagen amigable, lo que permitirá que los consumidores se sientan más identificados con la marca.

- Paleta cromática
 - Primaria

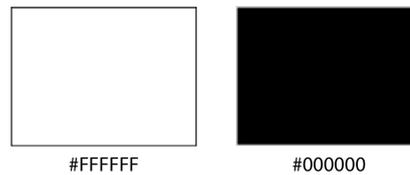


Tabla # 7. Paleta cromática primaria.

Nuestros colores blanco y negro se consideran colores neutros, los cuales utilizamos como nuestra paleta cromática principal debido a su eficacia en la creación de contrastes. Estos tonos nos permiten destacar detalles de suma importancia que necesitamos resaltar y hacer notar.

- Secundaria

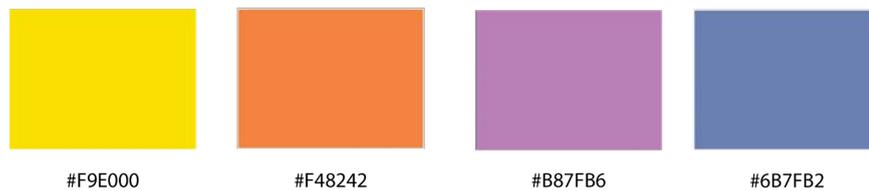


Tabla # 8. Paleta cromática secundaria.

La paleta cromática secundaria que hemos seleccionado está compuesta por colores doblemente complementarios, cada uno de los cuales representa los ingredientes principales utilizados en nuestros productos, así como los efectos de alivio que estos causan en nuestro público objetivo. Además, hemos optado por utilizar colores llamativos en combinación con los colores primarios, con el fin de lograr una mayor visibilidad y atractivo en exhibición, especialmente dirigido a nuestro público objetivo, conformado por estudiantes de la Universidad San Francisco de Quito.

- Tipografías

Montserrat Bold

**ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz
1234567890!@#\$%^&*(_)+_**

Montserrat Semibold

**ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz
1234567890!@#\$%^&*(_)+_**

Montserrat Regular

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz
1234567890!@#\$%^&*(_)+_

Tabla # 9. Tipografías del burnout.

La tipografía elegida para este proyecto es una variación de la familia de Montserrat. Se tomó la decisión de utilizar únicamente una familia de tipografía con el fin de mantener una línea gráfica coherente en toda nuestra propuesta. Dado que nuestro logotipo cuenta con una tipografía adaptada, la incorporación de múltiples tipos de letra habría resultado en una potencial confusión y desorden visual que no se alinearía con nuestra estética elegante y no

comercial. Por lo tanto, hemos optado por mantener una consistencia en la elección de la tipografía con el fin de reforzar nuestra identidad visual de manera integrada.

- Gráficos y mockups



Figura #10. Empaque final de chicles burnout.



Figura # 11. Billboard de energía.



Figura # 12. Billboard de sueño.



Figura # 13. Billboard de alivio de estrés.



Figura # 14. Billboard de concentración.



Figura # 15. Infografía del problema del burnout.

Evaluación de la gráfica basado en:

1. Funcionalidad:

- En lo que respecta a la línea gráfica, se puede observar un notable contraste que contribuye significativamente a la legibilidad, armonía y equilibrio en cada una de las piezas gráficas. Cada información que se desea destacar se logra con éxito gracias a la cuidadosa elección de pesos y colores. El logo, por su parte, es altamente funcional tanto en las aplicaciones como en el empaque de los chicles, y se espera que tenga un desempeño destacado en la infografía que se encuentra en proceso de realización.
- Las fotografías, por su parte, cuentan con dos experiencias de vida: una que presenta a los chicles como la solución, y otra que aborda de forma satírica los síntomas del

“*burnout*” y cómo estos pueden afectar la vida cotidiana. Cada una de estas imágenes se encuentra acompañada por una frase que invita a los consumidores a cuidar su salud física y mental. En resumen, se puede afirmar que la línea gráfica, el logo y las fotografías son elementos fundamentales para el éxito de la campaña publicitaria de los chicles, y se espera que contribuyan de manera significativa a su posicionamiento en el mercado.

0. Color:

- La elección de la cromática utilizada en este producto se basa en la utilización de colores comúnmente asociados con los dulces, debido a que éstos presentan una combinación de doble complementariedad que resulta sumamente llamativa y contrastante. Esta elección de colores ayuda a captar la atención del consumidor y a destacar entre los demás chicles del mercado, lo cual resulta de suma importancia en un contexto altamente competitivo.
- Dado que el público objetivo de este producto son jóvenes estudiantes, se buscó seleccionar colores que les resulten atractivos y con los cuales puedan sentirse representados. De esta forma, se pretende lograr una mayor identificación con el producto por parte del consumidor y, por ende, una mayor aceptación en el mercado.

0. Tipografía:

- La tipografía empleada en el presente trabajo se seleccionó con la finalidad de mejorar la visibilidad y establecer una adecuada jerarquía en cuanto a la importancia de los elementos contenidos en el mismo. Se optó por utilizar una familia tipográfica sans-serif con el fin de facilitar la lectura y evitar elementos decorativos que pudieran obstaculizar la comprensión de la información relevante.

- Asimismo, se diseñó una tipografía específica para el logo, que se caracteriza por su adaptabilidad, amigabilidad y su peso en negrita para destacar en todas las aplicaciones correspondientes. Esta tipografía se convierte en el elemento más importante dentro de la composición del logo.
- Las tipografías fueron seleccionadas cuidadosamente las tipografías utilizadas en este trabajo para garantizar una lectura fluida, fácil comprensión y una adecuada jerarquía en cuanto a la importancia de los elementos presentes en el mismo.

0. Contexto:

- La narrativa de nuestro proyecto se desarrolla en base a tres escenarios diferentes. En primer lugar, nos centramos en abordar el problema del "burnout", un síndrome ampliamente reconocido pero poco conocido en la sociedad ecuatoriana. En este escenario inicial, nuestro objetivo principal es generar conciencia sobre este trastorno y sus implicaciones. Para lograr esto, presentamos una infografía que detalla el síndrome y sus efectos perjudiciales.

Exhibición:

La narrativa de nuestro proyecto se desarrolla en base a tres escenarios diferentes. En primer lugar, nos centramos en abordar el problema del "burnout", un síndrome ampliamente reconocido pero poco conocido en la sociedad ecuatoriana. En este escenario inicial, nuestro objetivo principal es generar conciencia sobre este trastorno y sus implicaciones. Para lograr esto, presentamos una infografía que detalla el síndrome y sus efectos perjudiciales.



Figura #16. Infografía “burnout”.

En el segundo escenario, presentamos nuestra marca a través de un envase visualmente atractivo diseñado específicamente para nuestro público objetivo. Esta estrategia tiene como finalidad captar la atención de los consumidores y destacar la propuesta única de nuestro producto en el mercado.



Figura #17. Empaque de chicles para cada síntoma.

Por último, el tercer escenario se concentra en mostrar la realidad del problema del *"burnout"* a través de anuncios en vallas publicitarias. Estas imágenes, basadas en fotografías reales, describen de manera gráfica las sensaciones y síntomas asociados a este síndrome, permitiendo a la audiencia identificarse con la experiencia emocional y física que conlleva.



Figura #18. Billboard de chicles y fotos reales de cada síntoma.

Mediante la exhibición, buscamos generar empatía, sensibilizar y educar a la sociedad ecuatoriana acerca del "burnout", mientras presentamos nuestra marca y producto de manera efectiva y convincente.

CONCLUSIONES

La marca Burnout se concentra en proporcionar chicles que alivian los síntomas asociados con el "burnout", no obstante, es fundamental resaltar que estos no representan una solución definitiva para este problema. En cambio, nuestra marca se ubica como una herramienta de concienciación que tiene como objetivo informar a las personas acerca de los síntomas del "burnout" y motivarlos a tomar medidas para mejorar su salud mental y física. Nos enfocamos especialmente en nuestro público objetivo, estudiantes de la Universidad San Francisco de Quito, quienes suelen presentar malos hábitos, horarios inestables y una gran carga académica.

Además, la elección de nuestra línea gráfica se basó en las características de nuestro público objetivo, el cual se encuentra en una etapa juvenil. Dicha línea gráfica se enfoca en transmitir una imagen amigable y cercana, que proyecte una ayuda efectiva ante problemas de salud mental y física. Nos enfocamos en concienciar sobre la gravedad de este problema de afectación mundial, que aún es incomprendido por muchos.

Gracias a este proyecto, Valentina Jijón y yo hemos logrado una comprensión más profunda acerca de los síntomas que las personas experimentan cuando padecen de "burnout". Además, hemos explorado diversas herramientas de diseño, tales como la ilustración, jerarquías, fotografías, y la simplificación de información en infografías, para representar de manera efectiva los aspectos más relevantes de este problema. Por otra parte, hemos también incursionado en la grabación de video y la edición, lo que nos ha permitido reconocer la necesidad de mejorar y aprender más acerca de estas habilidades, ya que los resultados obtenidos no cumplieron con nuestras expectativas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Quiroz, D., González, F., & Espinosa, D. (2019). Síndrome de burnout en estudiantes universitarios del Ecuador. Revista de la Facultad de Ciencias Médicas, 43(2), 23-28. recuperado de:
<https://revistas.ups.edu.ec/index.php/rfcm/article/view/16.2019.05>
- Quiroz, D., González, F., & Espinosa, D. (2019). Síndrome de burnout en estudiantes universitarios del Ecuador. Revista de la Facultad de Ciencias Médicas, 43(2), 23-28. recuperado de:
<https://revistas.ups.edu.ec/index.php/rfcm/article/view/16.2019.05>
- Sánchez-Gómez, M., Zambrano-Barrera, M., Cevallos-Barrera, R., Mena-Jiménez, L., & González-Ramírez, J. (2018). Síndrome de Burnout en estudiantes de medicina de una universidad en Ecuador. Revista de la Facultad de Ciencias Médicas, 42(2), 13-18. Recuperado de:
<https://revistas.ups.edu.ec/index.php/rfcm/article/view/14.2018.01>
- Zavala, D., Barrera, D., Bermeo, D., & García, M. (2020). Burnout en estudiantes universitarios de la ciudad de Loja, Ecuador. Revista Científica de Psicología, 24(1), 1-12. Recuperado de
<https://www.redalyc.org/journal/3447/344758367004/html/>
- Espinosa, M., Reyes, Y., Quiroz, D., & Aguirre, S. (2018). Síndrome de burnout en estudiantes universitarios del Ecuador. Revista Internacional de Investigación en Salud, 4(14), 70-76. Recuperado de:
https://www.upf.edu/-/media/projectes/nexus/docs/RRI/Articulos/Sindrome_de_burnout_en_estudiantes_universitarios_del_Ecuador.pdf
- Castillo, S. (2000, 4-6, Agosto). El síndrome de “ Burn Out” o síndrome de agotamiento profesional. Conferencia Dictada por la Dra. Castillo Ramírez en las XIV Jornadas de Medicina Legal, 4-6 de Agosto del 2000. Recuperado de:
https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152001000100004#*