



PROYECTO DE TITULACIÓN

“DESCONFIGURACIÓN EMOCIONAL”

Causas y cambios en la conducta de jóvenes adolescentes universitarios ante
la Pandemia del COVID-19

MEMORIA TEÓRICA

PROYECTO DE DISEÑO

CAMILA SOFÍA ARMAS VACA

Autor

Ximena Padilla

Director(a)

Quito, febrero de 2022

CERTIFICADO DE AUTORÍA

Yo, Camila Sofía Armas Vaca con cédula de ciudadanía No.1723163596, declaro que soy autor(a) del proyecto de Titulación con título: "Desconfiguración Emocional". Que éste es original, auténtico y personal, y todos los efectos académicos y legales que se desprenden del proyecto, son de mi exclusiva responsabilidad. Me acojo al Art.57 del Reglamento de la Dirección de Proyectos Académicos y Titulación.

En Quito, febrero de 2022

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Camila Armas', with a large, stylized flourish above the name.

CAMILA SOFÍA ARMAS VACA

C.C 1723163596

CERTIFICADO DEL TUTOR

Yo, Ximena Padilla, con cédula No. 1724221377, certifico que la señorita Camila Armas Vaca, realizó el presente Proyecto de Titulación bajo mi dirección, durante el desarrollo y culminación de este proceso.

En Quito, febrero de 2022

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Ximena Padilla', is written over a faint, circular official stamp. The signature is fluid and cursive.

D.F. Ximena Padilla

DIRECTOR(A) DEL PROYECTO

C.C. 1724221377

ABSTRACT

El proyecto de titulación investigó a un grupo de jóvenes estudiantes universitarios que atravesaron dificultades durante la pandemia en lo referente a la educación y en ciertos aspectos de su vida. Mediante los testimonios de los entrevistados se documentó a través de la fotografía los espacios en los que pasan la mayor parte de su tiempo. Se abordan aspectos de cómo ha sido la modalidad virtual, su relación con la familia/amigos, y de sus propias vivencias y emociones. La utilización de softwares específicos y aplicaciones que permitió la realización de un foto-libro y una página web para mostrar al público el documental realizado.

The degree project investigated a group of young university students who experienced difficulties during the pandemic in terms of education and in certain aspects of their lives. Through the testimonies of the interviewees, the spaces in which they spend most of their time were documented through photography. Aspects of how the virtual modality has been, their relationship with family / friends, and their own experiences and emotions are addressed. The use of specific softwares and applications that used the realization of a photo-book and a web page to show the public the documentary research carried out.

Palabras clave: Familia, enfermedad, psicología, emociones, expresiones físicas, expresiones corporales, distanciamiento, impacto en la salud, afectos, coronavirus, pandemia.

Índice

I. Investigación	7
I.A. Definición del Tema	7
I.A.1. Título y Subtítulo	7
I.A.2. Eje y Línea de Investigación	7
I.A.3. Introducción	7
I.A.4. Definición del Problema	8
I.A.5. Justificación	10
I.A.6. Antecedentes	11
I.B. Objetivos y Alcance	15
I.B.1. Objetivo General	15
I.B.2. Objetivos Específicos	15
I.B.3. Alcance	16
I.C. Estrategia y Táctica	17
I.C.1. Planteamiento Estratégico y Táctico	17
I.C.2. Estrategia de Innovación	18
I.D. Necesidades	18
II. Desarrollo	19
II.A. Marco Teórico	19
II.A.1. Capítulo I. La transformación de actividades familiares por causa del COVID	19
II.A.1.a. Conflictos emocionales: familiares, sociales y académicos	19
II.A.1.b. Estancamiento de procesos académicos	20
II.A.1.c. Atacados por el COVID y duelos improvisados	22
II.A.2. Capítulo II: La fotografía documental y su importancia	23
II.A.2.a. Qué es la fotografía documental	23

<i>II.A.2.b La importancia de la fotografía documental</i>	24
<i>II.A.2.c Características</i>	24
<i>II.A.2.d Tipos de fotografía documental</i>	25
<i>II.A.2.e Recomendaciones a la hora de hacer fotografía documental</i>	25
<i>II.A.2.f Referentes</i>	26
II.A.3. Capítulo III: El uso de las nuevas tecnologías durante la pandemia	30
<i>II.A.3.a La influencia de las nuevas tecnologías en el desarrollo educativo y social.</i>	30
II.B. Audiencia	31
II.B.1. Público Real	31
II.B.2. Público Potencial	31
II.B.3. Espectadores	31
II.C. Propuesta conceptual	32
II.D. Diseño en detalle	32
II.D.1. Aspecto o forma	33
II.D.2. Materiales	33
II.D.3. Función	34
II.D.4. Expresión	34
II.E. Diseño Final	35
II.F. Verificación	38
II.G. Producción	38
II.G.1. Preproducción	38
II.G.2. Postproducción	42
III. Comercialización	43
III.A. Nombre comercial	43
III.B. Posicionamiento en el mercado	43

III.C. Canales de distribución	43
III.D. Presupuesto del Prototipo, Costo y Precio de venta	44
IV. Cierre	45
IV.A. Conclusiones	45
IV.B. Recomendaciones	46
Bibliografía	47
Anexos	48

I. Investigación

I.A. Definición del Tema

I.A.1. Título y Subtítulo

Título: Desconfiguración Emocional

Subtítulo: Fotografía Documental - “Causas y cambios en la conducta de jóvenes adolescentes universitarios ante la Pandemia del COVID-19”

I.A.2. Eje y Línea de Investigación

Eje: La persona

Línea de investigación: Diseño de la conducta humana

I.A.3. Introducción

El covid-19 perjudicó todos los aspectos de la vida, con el confinamiento se transformó rápidamente en crisis económica reflejando efectos instantáneos en las vidas de los jóvenes, ya que este grupo corresponde a edades en pleno aprendizaje e integración en áreas productivas, las cuales fueron suspendidas abruptamente menoscabando las oportunidades de socializar grupalmente.

Este proyecto está enfocado en los aspectos a largo plazo de la pandemia en los jóvenes estudiantes universitarios (18 a 25 años) en lo que respecta a la educación, el bienestar personal, mental, familiar.

I.A.4. Definición del Problema

I.A.4.a. Conflicto Estudiantil

Se han investigado varios temas que ayudarán en el desarrollo. El cierre de los colegios y universidades han dado la oportunidad insospechada de fortalecer las relaciones en el entorno familiar. Al pasar de los días y convertirse en meses, es difícil decir que fue positivo, tomando en cuenta los cambios de rutinas diarias, de estudios y aprendizajes, el estar conectados en línea mucho más tiempo, también presentó riesgos y declives de conocimientos. Al no tener el contacto físico con sus profesores y compañeros de aula, generó estrés, angustia, cansancio e inseguridades, transformándose en deserciones de sus carreras.

Saavedra (2020) expresa: “Este es además un momento para desarrollar habilidades socioemocionales y aprender más sobre cómo contribuir a la sociedad como ciudadano. La escuela no solo es para aprender Matemáticas y Ciencias; es también Relaciones Sociales e Interacciones (y aprendizaje) entre padres”.

I.A.4.b. Conflicto Social

El distanciamiento físico y social, como una de las herramientas o medidas para evitar exponerse al virus y contaminarse, el tener que distanciarse de sus amigos, novios y grupos con los que compartían se convirtió en situaciones difíciles de manejar. Como si la vida estuviera en suspenso. No obstante, la realidad, el tiempo sigue corriendo, fechas, tiempos y eventos en los que acostumbraban a reunirse, cumpleaños, fiestas, conciertos, graduaciones, viajes grupales, etc. Tiempos muy significativos en la vida de los adolescentes.

El quedarse en casa y cumplir los límites impuestos han afectado el desarrollo natural y lógico que se mantenía antes de la pandemia.

Según la página Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades CDC (2019): “Aliente a los adolescentes a mantenerse en contacto con familiares y amigos por teléfono, videoconferencias, medios sociales o incluso a través de los videojuegos”.

I.A.4.b. Conflicto Familiar

Conflictos Familiares Económicos en Universitarios en confinamiento social por COVID-19

La Familia es donde se establecen las normas que señalan cómo debe comportarse cada integrante, en especial los adolescentes. El confinamiento ha limitado el bienestar, desarrollo personal y formativo. El compartir y mantener una estrecha convivencia con los padres, con los hermanos; el arreglar cosas

que estaban pendientes en casa y el desarrollar una integración en la familia; sin embargo, se tiene una mezcla de aspectos negativos y positivos.

Según la página CuidArte (2021) nos dice:

En que las relaciones familiares en el confinamiento, entendiéndose como las interacciones que se dan con las personas con las que se vive, han sido afectadas por diversos factores como son; el espacio físico dentro de casa, la cantidad de personas que viven en el hogar, la cantidad de servicios disponibles para todos los miembros de la familia, el tiempo destinado a tareas escolares, laborales, de convivencia y ocio, entre otras; aunado al incremento de estrés y ansiedad por la situación sanitaria y la incertidumbre de la cantidad de tiempo que durará (p. 44)

I.A.5. Justificación

Mediante la fotografía documental se quiere transmitir emociones y expresiones corporales, en cada una de las situaciones por las que pasan los jóvenes a lo largo de la pandemia con el fin de plasmar la máxima naturalidad y realidad vivida. Estas emociones engloban el carácter tanto familiar como social y pueden influir directamente en las sensaciones y actitudes de los jóvenes estudiantes a nivel académico. En muchos casos, podría afectar negativamente en el rendimiento de estos, a causa de no disponer de los medios necesarios para adoptar la correspondiente motivación. Y la limitación de actividades en familia y amigos, como reuniones, fiestas, provocado por el distanciamiento establecido a causa del virus y por medidas de seguridad para evitar el contagio.

I.A.6. Antecedentes

Proyecto: El bienestar social, emocional y mental de los adultos jóvenes durante el COVID-19

Autor: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.

Descripción: La enfermedad del coronavirus (COVID-19) puede afectar a los adultos jóvenes tanto de forma directa como indirecta. Más allá de enfermarse, el bienestar social, emocional y mental de muchos adultos jóvenes se ha visto afectado por la pandemia. Los traumas que se enfrentan en esta etapa del desarrollo pueden tener consecuencias a largo plazo durante su vida.

Este antecedente aporta a la importancia de la salud mental en jóvenes a la cual va enfocado mi objeto de estudio.

Proyecto: Desborde emocional tras una pandemia la COVID-19, evidenciado a través del autorretrato.

Autor: Marcela Ocampo

Descripción: La fotografía como método de terapia emocional frente a una pandemia global COVID-19 en el estado de excepción, en la ciudad de Sangolquí, Ecuador.

Este proyecto muestra los distintos estados y emociones durante la cuarentena, dando importancia a la realidad diaria.

Imagen n.1 - Ansiosamente confinado



Fuente: <https://fotografico.lametro.site/proyectos-de-titulacion/>

Proyecto: Adolescentes en casa: lo bueno del confinamiento.

Autor: Marina Berrio

Asesoramiento: Ángel Peralbo, psicólogo y autor del libro Adolescentes. Tu hijo no es tu enemigo.

(c) 2021 Europa Press. Está expresamente prohibida la redistribución y la redifusión de este contenido sin su previo y expreso consentimiento.

Descripción: Han redescubierto las redes sociales como recursos anti-aislamiento, se han dado cuenta de que hay puntos de unión en la familia que pueden permitir establecer esa conexión que posiblemente se había perdido. Por eso, creo que es un momento vital para aprovechar. No todo van a ser consecuencias negativas, aunque haya tensiones, desajustes de horarios, etc., también surgen oportunidades para mejorar ese espacio, para poder establecer una buena relación con la familia.

Gracias a este proyecto se puede apreciar el valor de la unión familiar y la importancia de la comunicación, ya sea físicamente o a distancia.

Proyecto: El valor de la Fotografía como Expresión de la Inteligencia Emocional.

Autor: Olga Patricia Bonilla Marquínez, Mónica Gómez Betancourt.

Descripción: Este libro resalta la importancia de la Investigación Biográfico narrativa como el rescate del Yo, a través de relatos fotográficos que develan el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes a través de la investigación acción pedagógica se entreteje una hermosa experiencia que rescata el valor del arte como expresión de la inteligencia emocional en un íntimo proceso creativo en el que se develan transacciones desde el socio constructivismo y los imaginarios de ciudad; relatos que toman forma, voz y cuerpo a través de las fotografías como unidad mínima de análisis, se contrastan los relatos de los estudiantes con teorías que nos orientan y brindan herramientas para acercarnos a la comprensión de la inteligencia emocional.

La fotografía muestra cualidades físicas o morales en las que podemos capturar la naturaleza humana con el resultado de generar sensaciones y texturas, esperando transmitir una intención.

Proyecto: Análisis del rol de la familia durante la pandemia en la educación virtual.

Autor: Alba Yépez.

Descripción: La familia convive mayor tiempo, combinando tanto las actividades del hogar con las académicas, es ahí donde la dinámica familiar ha adoptado y convive con la tecnología.

El confinamiento puede incidir en cambios de conducta, niveles de tolerancia bajos, sentimientos de miedo entre otros, que pueden afectar tanto el entorno familiar, como el rendimiento académico.

Este antecedente muestra la dificultad que puede suponer mantener una relación o hábito en un mismo espacio constante, en el que puede agobiar o fatigar mentalmente al estudiante.

I.B. Objetivos y Alcance

I.B.1. Objetivo General

Diseñar un foto-libro sobre el impacto educativo y personal de los jóvenes estudiantes universitarios durante la pandemia mediante la Fotografía Documental, para visualización de sus distintas vivencias.

I.B.2. Objetivos Específicos

- Conocer el estilo de vida de los estudiantes universitarios durante la pandemia para reflejar las distintas formas de adaptarse a la situación mediante entrevistas y observación de campo.
- Identificar tecnologías que se han utilizado durante la pandemia y cómo han influido en el desarrollo educativo y social.
- Realizar un foto-libro documental interactivo tanto impreso como digital vía web y administrar un perfil dentro de la red social Instagram permitiendo interacción de las personas con el proyecto, dando a conocer los testimonios académicos de cómo han sido sus vivencias durante la pandemia.

I.B.3. Alcance

El alcance para el marco teórico es conceptualizar el proceso de las entrevistas, documentando ciertos aspectos de la vida diaria durante la pandemia. También conocer las consecuencias en el aspecto académico y social de los jóvenes estudiantes, así como plasmar la manera de adaptarse a la situación que están viviendo.

- Entrevistas. (proceso)
- Desarrollo de un Marco Teórico.
- Fotografía Documental.
- Publicaciones en Instagram.
- Creación del foto-libro

I.C. Estrategia y Táctica

I.C.1. Planteamiento Estratégico y Táctico

El siguiente cuadro facilita la comprensión de la estrategia y táctica, con el detalle del cronograma establecido por el Departamento de Titulación.

Cuadro N1: Estrategia y Táctica

Planteamiento estratégico			Planteamiento Táctico
Fases	Período	Temas a investigar	
Primera fase: Investigación y Desarrollo de Marco Teórico.	5 semanas	Desarrollo del marco teórico: Capítulo I: La transformación de actividades familiares a causa del covid. Capítulo II: Conflictos emocionales: familiares, sociales y académicos.	● Investigación bibliográfica ● Investigación toma de datos. Entrevistas. ● Fotografía Documental.
Segunda fase: Proceso de diseño en detalle.	5 semanas	Colección fotográfica de estados emocionales a causa de la pandemia COVID-19.	● Cámaras digitales. ● Trípode. ● Equipo lumínico. ● Áreas Sociales.
Tercera fase: Diseño final	5 semanas	Selección de fotografías Postproducción	Todas las herramientas señaladas en la fase anterior. Programas digitales: Photoshop, lightroom, indesign, Snapseed.

Fuente: Camila Sofía Armas Vaca.

I.C.2. Estrategia de Innovación

Aporta una forma distinta de transmitir las emociones de la gente frente a la pandemia mediante el uso de la fotografía, plasmando un antes y un después en lo referente a hábitos, estado de ánimo y vivencias pasadas en todo el proceso.

I.D. Necesidades

En el proyecto será primordial el uso de complementos fotográficos, así como herramientas software para la posterior edición y composición del foto-libro.

I.D.1. Materiales

- Cámara Canon 90D
- Objetivo 18-55 mm.
- Trípode para la cámara
- Computadora laptop

I.D.2. Software

I.D.2.a. Software PC

- Adobe Photoshop
- Adobe Bridge
- Adobe Illustrator
- FlipHTML5
- Adobe Audition 2019

I.D.2.b. Software móvil

- Snapseed
- Instasize
- Canon camera connect
- Photoshop express
- Pixlr

II. Desarrollo

II.A Marco Teórico

II.A.1. Capítulo I: La transformación de actividades familiares por causa del COVID

II.A.1.a. Conflictos emocionales: familiares, sociales y académicos

El mundo ha experimentado un gran cambio desde el pasado 16 de marzo de 2020 cuando tomaron las medidas iniciales de distanciamiento social a nivel nacional por la existencia del virus COVID-19, afectando el desarrollo de actividades cotidianas, teniendo que adaptarse a nuevas formas de vivir, compartir y desarrollar sus actividades laborales y estudiantiles a sus hogares obligados a trabajar y recibir clases en un mismo espacio. Llegando a ser frustrante al no poder reunirse con otros familiares, amistades y compañeros de trabajo.

La Familia cumple un rol importante en diferentes perspectivas y esta se ha visto afectada en la formación integral de los jóvenes combinando una corresponsabilidad con su núcleo familiar buscando el bienestar común.

Para muchos jóvenes no fue fácil mantener una convivencia en armonía las 24 horas del día, jornada tras jornada sin poder despejar la mente, el no poder reunirse con los amigos, estos aspectos están pasando factura a la salud física y emocional, provocando peleas, nuevas tensiones familiares, etc.

Según Alba Yépez (2021) en su conferencia sobre “Análisis del rol de la familia durante la pandemia en la educación virtual”, comenta:

El confinamiento puede incidir en cambios de conducta, niveles de tolerancia bajos, sentimientos de miedo entre otros, que pueden afectar tanto el entorno familiar, como el rendimiento académico.

Es importante mantener una buena comunicación con el estudiante y como familia apoyarse mutuamente, entendiendo que esta nueva normalidad nos puede traer también nuevas oportunidades de conocernos como familia y ser parte del proceso académico.

Por último, entender que la crisis surge como un reto a lograr para la superación personal y compartida.

II.A.1.b. Estancamiento de procesos académicos

La permanencia indefinida y forzada en el hogar, conlleva que muchos jóvenes se sientan desbordados por el exceso de tareas, de manera abrupta aparecieron cambios organizativos y nuevas modalidades de recibir clases en línea y materias ajustadas a la nueva realidad.

Sumados a diferentes obligaciones familiares del hogar, las dificultades de concentración por el trabajo de varios miembros de la familia, el cuidado de enfermos, la limpieza del hogar, la preparación de alimentos, etc.

También el uso de los espacios improvisados como aulas escolares ante esto es normal sentir preocupación, ansiedad y estrés (Aprime, 2020, p. 6).

La pandemia tiene una repercusión negativa en los jóvenes, con la llegada del COVID-19 interrumpe la educación afectando notablemente con desigualdad de oportunidades, truncando la capacidad productiva de toda una generación. La actividad educativa se ha visto afectada adversamente desde el inicio, con la transición de la enseñanza presencial en las aulas a la enseñanza a distancia en línea, hacen que sus esfuerzos por proseguir sus estudios sean cada vez más limitados y retrasados la culminación. Y en muchos de los casos abandonados definitivamente.

La problemática radica en los factores económicos y de conectividad con el internet, causando inestabilidad en el proceso de aprendizaje, la metodología generalizada y nueva para todos sin un proceso adecuado y desconocido para muchos grupos de estudiantes, esto se transformó en deserción estudiantil.

Cabe aclarar que se transformó en un desafío tanto para alumnos como para maestros, generando una inestabilidad del aprendizaje en casa.

II.A.1.c. Atacados por el COVID y duelos improvisados

La situación de confinamiento ha generado cambios en las relaciones sociales, con familiares cercanos, vecinos y amigos. Una gran parte de los jóvenes entrevistados afirman que los cambios han sido también para mejorar y aprender.

Como uno de los datos a resaltar algo positivo que expresan es haber alcanzado cambios alimentarios, se presentaron con la convivencia de los jóvenes con sus familiares surgiendo nuevos protocolos de consumo. Estos cambios se refieren a mayor consumo de frutas, legumbres, verduras, etc. y el aumento de la práctica de cocinar en casa, logrando desechar consumo de alimentos sin beneficios o aportes nutricionales.

En las entrevistas realizadas, 6 de cada 10 jóvenes afirman haber logrado comunicarse con más frecuencia con sus familiares, amigos y vecinos. Gracias a las tecnologías y la informática las cuales han jugado un papel importante durante esta crisis, sirviendo como medios de aprendizaje para reaccionar ante casos de enfermedad y aprender a manejar de la mejor forma un posible contagio, así como también mantenerse informados.

Con el confinamiento experimentaron cambios radicales en horarios para dormir, estudiar y alimentarse. En el grupo entrevistado manifiestan tener malestar psicológico, sensación de no poder superar el sentimiento de soledad e incógnitas de un buen futuro profesional; generalizando sentimientos de soledad, miedo a la muerte, temor a la enfermedad; mostrando un incremento lógico mientras el confinamiento se extendía, las medidas de recomendaciones de bioseguridad y distanciamiento social hacían que los jóvenes se vean

afectados en su entorno familiar, con el rendimiento académico, ello ha repercutido en su bienestar mental.

Gabriela Boada de 23 años expresa que su bienestar se transformó en sufrimiento al ver que sus familiares enfermaban y ella misma fue contagiada con el COVID-19 y aún después de su recuperación se siente vulnerable y susceptible y con secuelas en diferentes aspectos, de salud, académicos, y pérdidas de seres queridos.

II.A.2. Capítulo II: La fotografía documental y su importancia

II.A.2.a. Qué es la fotografía documental

Se entiende por fotografía documental a un conjunto de imágenes que transmiten una realidad o un mensaje, con fines sociales, culturales o científicos. En este tipo de fotografía predominan las emociones y suele centrarse en temas de interés universal, es por eso por lo que sirve como elemento informativo para la sociedad. (Chauvel, 2021)

Cabe destacar que no toda la fotografía es documental, todo dependerá del contenido y significado del mensaje que se quiera transmitir.

II.A.2.b. La importancia de la fotografía documental

En la fotografía se conjugan una serie de enfoques matizados por todos los saberes y sentidos que intervienen en su creación, obtención, análisis, visualización, deleite y utilización (Lara, 2005, p. 18). El fotógrafo intentará no interferir, no modificar la realidad y evitar cualquier ambigüedad. Y con esta apropiación poder comunicar valores como verdad y credibilidad, el objetivo prioritario es hacer llegar al lector o al receptor un testimonio, a veces incluso una preocupación.

II.A.2.c. Características

Según Valeria Chauvel (2021), encontramos las siguientes características en la fotografía documental:

- No se limita a solo informar. La finalidad del fotodocumentalismo es concientizar sobre algún hecho o realidad.
- Es objetiva, sólo atemperada por las decisiones técnicas y compositivas del fotógrafo documentalista.
- No suele necesitar de una explicación ni pies de foto. Las imágenes documentales están llenas de significado y hablan por sí mismas.
- Por lo general, la fotografía documentalista forma parte de una serie de fotos de manera que se obtiene una realidad más fidedigna y panorámica.

II.A.2.d. Tipos de fotografía documental

Existen dos vertientes en la fotografía documental que, según Valeria Chauvel (2021), si bien no son completamente independientes, estas pueden ser diferenciadas.

1. Documentación social para archivo

Este tipo de fotografía documental se lleva a cabo para generar un archivo de imágenes documentales para su posterior estudio. Este tipo de trabajo expone la temporalidad de la vida: los cambios o desapariciones.

2. Reportaje documental

Las fotografías de reportaje documental son producidas para su uso inmediato y no para un posible estudio. Su objetivo es captar la atención sobre algo actual.

II.A.2.e. Recomendaciones a la hora de hacer Fotografía

Documental

Cualquier habilidad e idea que tengas necesitará ser acompañada de un buen equipo tecnológico.

En la historia de la fotografía documental, las cámaras Leicas fueron las primeras en ser utilizadas por periodistas y fotógrafos documentales de la época, ya que no llamaban la atención. Además, eran pequeñas y muy fáciles de manipular.

A la hora de llevar a cabo un proyecto de Fotografía Documental, para obtener la mayor calidad posible en la imagen, son recomendables los siguientes tipos de lentes:

- Un gran angular para capturar una escena en su totalidad.
- Un teleobjetivo es necesario por si tienes que guardar distancia por algún peligro.
- Un lente fijo para tomar fotos de cerca (una de 35 mm / 50 mm son las más recomendadas).

Algunas otras recomendaciones para lograr sacar mejores imágenes en un proyecto documental serían las siguientes:

- Escoger un tema e investigarlo en detalle.
- Dedicar gran parte del tiempo a tomar las fotografías y no hacerlo de prisa.
- Elegir el tipo de plano que retrate los momentos clave.
- No olvidar generar copias de seguridad del trabajo realizado.
- Hacer una selección de las mejores fotografías que representen la historia narrada y editarlas sin manipular la imagen.

II.A.2.f. Referentes

Graciela Iturbide

Es una fotógrafa mexicana, mejor conocida por retratar, documentar las capas de las culturas y las tradiciones diversas de México, así como sus conflictos y contrastes. En sus fotografías es evidente que sucede más de lo que se ve a simple vista. Tiene un enfoque relativamente sencillo, con luz

natural sin tripié, flash, ni lentes de telefoto, sigue su curiosidad y toma sus fotografías siempre en blanco y negro.

Imagen n.1 – El señor de los pájaros. Graciela Iturbide.



Fuente: <https://alphauniverse-latin.com/notas/los-mejores-fotografos-documentales-de-todos-los-tiempos>

Según dice Graciela Iturbide:

“Todos los fotógrafos hacemos fotografía documental, pero después todo depende de la interpretación de cada quien, si hay más o menos poesía, o imaginación”.

Henri Cartier-Bresson

Es considerado por muchos el padre de la fotografía de calle y el fotoperiodismo. Henri supo entender que en la fotografía había una capacidad única de capturar el tiempo, de suspenderlo y mantenerlo vigente de forma indefinida. Él mismo afirmó:

“La fotografía es, para mí, el impulso espontáneo de una atención visual perpetua, que atrapa el instante y su eternidad.”

El concepto del “instante decisivo” se convirtió para Cartier en su dogma fundamental. Esto implica que el fotógrafo anticipa un “momento importante en el flujo constante de la vida y lo capta en una fracción de segundo”. Es uno de los conceptos más cautivadores y atrayentes de la fotografía.

En la fotografía, hay que aprender una gramática visual. Lo que refuerza el contenido de una fotografía es el sentido del ritmo, la relación entre formas y valores.

Imagen n.2 Henri Cartier Bresson.Plaza de Europa. San Lázaro.1932.



Fuente: Los mejores fotógrafos documentales de todos los tiempos | Sony | Alpha Universe (alphauniverse-latin.com)

Nan Goldin

Esta fotografía ha sabido plasmar como nadie la intimidad de sus vivencias y la de las de sus modelos.

“Nan Goldin nace, en 1953, en Washington D.C. De padre judío y madre católica, la ruptura entre ambos le lleva a convivir con varias familias de acogida. Esta vida termina el día en que su hermana se suicida y Nan decide alejarse del modelo familiar funcional, para buscar consuelo entre sus amigos. Es aquí cuando comienza a definirse la Nan Goldin fotógrafa, en un ambiente marcado por los juegos, los disfraces y cierta tendencia a retratar un ambiente marcado por la eclosión del ambiente drag queen. A comienzos de la década de los setenta, Nan Goldin comienza ya a abrirse un hueco en el mundo de la fotografía experimental.” 120lomo (2019).

Como la propia Goldin afirmó: «Mi obra proviene originalmente de la estética de las instantáneas, que tomó con amor para recordar gente, lugares y momentos especiales.

Imagen n.3 *Misty y Jimmy Paulette en un taxi. Nueva York* (1991).



Fuente: <https://laciclotimia.com/nan-goldin>
Nan Goldin: la fotografía de la contracultura del Nueva York de los años 70 y 80 | La Ciclotimia

II.A.3. Capítulo III: El uso de las nuevas tecnologías durante la pandemia.

El aislamiento social debido a la pandemia de COVID-19 ha generado diferentes cambios no solo en la rutina diaria, la movilidad o las relaciones sociales, sino en nuestra relación con la tecnología, lo que ha obligado a mucha gente a familiarizarse con estas nuevas tecnologías, las cuales han sido necesarias para continuar actividades vinculadas con la salud, el entretenimiento, el trabajo y la educación.

II.A.3.a. La influencia de las nuevas tecnologías en el desarrollo educativo y social

Ante esta emergencia sanitaria, estudiantes y profesores de la educación presencial han tenido que utilizar a diario herramientas digitales para continuar la enseñanza, lo que ha generado desafíos en el uso adecuado de la tecnología, contrastar qué información en internet es fiable y cuál no, además de aumentar las desigualdades sociales y económicas que existen en nuestro país.

Mientras algunas de estas herramientas sirven para colaborar en grupo, otras están especializadas en la comunicación, procesamiento de la información o para transmitir lo aprendido.

En algunas ocasiones, pueden ser de mucha utilidad herramientas de fácil acceso como el correo electrónico o algunas redes sociales como Whatsapp o Facebook, para mantenerse comunicados y compartir información. (Laura García, 2020).

II.B. Audiencia

Esta investigación está dirigida a grupos de adolescentes, jóvenes y adultos, tomando en cuenta aspectos positivos y negativos en tiempos de pandemia del (COVID-19).

II.B.1. Público Real

Público que disponga de conectividad con redes sociales, y a medios de comunicación relevante. La audiencia masculina y femenina directo para Fotógrafos, grupos familiares, compañeros de universidad, psicólogos, médicos, ministerio de educación.

II.B.2. Público Potencial

Centros de Educación, Instituciones de Ayuda a la Familia.

Organizaciones Comunitarias.

Centros de Ayuda Psicológica y Salud, Ministerios de educación.

II.B.3. Espectadores

A la sociedad universitaria en general, docentes, estudiantes y nuevas generaciones que se enfrentan a esta nueva modalidad académica.

II.C Propuesta conceptual

Se va a fotografiar a un grupo de jóvenes universitarios en sus distintos espacios de convivencia relatando las experiencias y opiniones sobre sus estudios en modalidad virtual, retratando ciertos aspectos de su vida durante la pandemia.

Mediante una serie de entrevistas y grabaciones de voz se obtuvieron historias y experiencias de cómo tuvieron que adaptarse al nuevo sistema educativo, así como dificultades y problemas que pudieron surgir.

Partiendo de las fotografías realizadas se realizará un foto-libro con el propósito de mostrar y transmitir al público estas experiencias y sentimientos de cada individuo. La consecución de varias imágenes hace que el foto-libro se convierta en un relato.

Teniendo en cuenta los medios digitales que tan presentes están hoy en día, se realizará una versión digital (PageFlip) del foto-libro para poder ser alcanzable por un mayor número de personas. Además, se creará un perfil en la red social Instagram que contendrá las fotografías tomadas a cada uno con una pequeña frase que represente lo que se está mostrando, con el fin de dar la posibilidad de interactuar al usuario.

II.D Diseño en Detalle

Si hablamos del material fotográfico, tendrá formatos verticales y horizontales. Vertical para resaltar detalles de la acción que se está realizando. Horizontal para brindar más información visual del entorno o las acciones que en ese momento están ocurriendo, apreciando en algunos planos esa sensación de movimiento.

Se utilizarán herramientas digitales para confeccionar el diseño del foto-libro y el boceto de la página web, para posteriormente, poder pasarlo a impresión y poder programar la web / PageFlip y así poder presenciar su dinamismo.

II.D.1 Aspecto o forma

En el diseño en detalle hablamos cuáles son los materiales y cómo se va a difundir el proyecto. Se va a emplear en las fotografías el blanco y negro, nos centraremos en la esencia de la imagen prestando atención a la composición en la toma, luz, contraste y textura. El uso del grano en la fotografía puede generar una textura evocadora, ya sea creando un entorno nostálgico o enfatizando la composición de manera gráfica y sólida.

Para la realización del foto-libro se ha utilizado el software Adobe Illustrator 2019 y Adobe Photoshop 2019 para la edición de las fotografías.

Para la edición de las notas de voz se utilizó el software Adobe Audition 2019.

II.D.2. Materiales

Cuadro N° 2 Equipos

Cámara Canon 90 D	iPhone 11 Pro Max
Tarjeta de memoria Lexar 128 GB	Canon 18-55 mm
Batería Recargable Canon	Disco Duro Externo 1 TB

II.D.3 Función

La función del proyecto es sensibilizar y dar a conocer mediante la fotografía documental y el audiovisual, el valor y el mensaje que nos quieren transmitir en estas nuevas formas de impartir la educación basadas en las nuevas tecnologías, detrás de los acontecimientos ocurridos durante la pandemia. La difusión en plataformas como Instagram brinda un mayor alcance comunicativo hacia el público general.

II.D.4. Expresión

Mediante lo aprendido en la carrera de diseño fotográfico y reuniendo la información investigada se pretende documentar aspectos personales y opiniones del estilo de vida durante la pandemia, y mediante el diseño editorial, brindar un soporte textual para facilitar al lector una manera más completa y visual de recibir la información.

II.E Diseño Final

Título: Desconfiguración Emocional.

Tamaño: 40cm x 23cm

Tipografía: Futura PT, Montserrat

Futura PT Bold

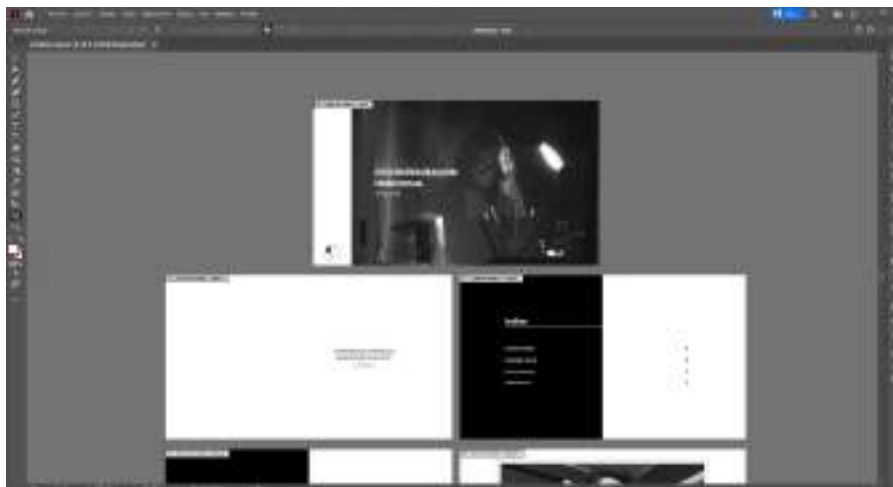
**ABCDEFGHIJKLMNO
PQRSTUVWXYZÀÂÊË
abcdefghijklmnpqr
stuvwxyzàâéîõø&1
234567890(\$£€.,!?)**

Montserrat Light

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz
1234567890
!@#\$%^&*()_+=[{};:'"\|/.,

44

Imagen n.4 Maquetación del foto-libro



Captura de pantalla: Adobe Illustrator

El foto-libro está en formato horizontal y se abre por la derecha.

Diseño de página web

Tipografía: Montserrat

Diseñado en tamaño 1920x1080px

Imagen n.5 Maquetación de la página web



Perfil social de Instagram

Imagen n.6 Perfil Instagram



https://www.instagram.com/desconfiguracion_emocional/

II.F Verificación

Tras realizar el diseño final del producto basándose en los estándares de diseño, este se presentó ante un grupo de diez personas familiarizadas tanto en la fotografía documental como en diseño gráfico, las cuales mostraron su punto de vista y aprobación del tema y diseño, para así lograr la verificación final. En general coincidieron en ser un tema interesante del que sacar un buen proyecto. En cuanto al diseño de la web, dieron algunas anotaciones y pautas para lograr ser más accesible el contenido y poder mejorar la navegación al público, como la localización del menú de la página web, la distribución de las secciones y qué contenido destacar en cada una.

II.G Producción

II.G.1. Preproducción

II.G.1.a. Descripción del proyecto

Realizar una serie de fotografías mediante el diseño fotográfico. El material fotográfico estará acompañado de una pieza audiovisual que será soporte de la narración.

II.G.1.a. Cromatismo

Se utilizará una escala acromática para las fotografías en su totalidad, y así lograr expresar las emociones deseadas.

Imagen n.7 Escala cromática



Fuente: <https://www.fotonostra.com/grafico/escalacolores.htm>

II.G.1.d. Locación

En espacios de interiores se ha realizado fotografía documental en los hogares de estos jóvenes haciendo un seguimiento en un día de clases donde pasan la mayor parte del tiempo ocupados.

Imagen n.7 Locación parte 1



Imagen n.8 Locación parte 2



II.G.1.e. Iluminación

La iluminación de cada fotografía variará dependiendo del ambiente en el que la persona se encuentre. En algunas ocasiones será un entorno con luces poco atenuadas para fomentar la relajación o concentración, y en otras habrá una mayor iluminación, ya sea para no generar cansancio o para tener un mejor ambiente de estudio.

II.G.1.f. Equipo de trabajo/Casting

El equipo de trabajo es bastante reducido debido a las circunstancias actuales. Se compone de los/las participantes y su entorno más cercano y la fotógrafa. Se realizarán las fotografías teniendo en cuenta las actuales normas de bioseguridad, como el uso de mascarilla, distanciamiento de 2 metros si es posible, etc.

Imagen n.9 Casting



CARLOS



SOFÍA



OMAR



GABRIELA

II.G.1.g. Shooting Plan

Cuadro N° 3 Shooting Plan

Fotógrafa: Camila Armas Crew: Ximena Padilla Equipo: Canon 90D, iPhone 11 Pro Max				
Fecha	Hora	Casting	Descripción	Localización
24/11/2021	16:00h - 20:00h	Carlos Proaño	Realizando actividades de estudio, clases virtuales, hobbies.	Varios espacios de su hogar. Habitación donde estudia y realiza tareas, salón, estudio de música.
27/11/2021	16:00h - 20:00h	Omar Morales	- Fotografías mostrando su rutina por cada espacio de su hogar. - Captar momentos con su familia.	Distintos lugares de su vivienda. Habitación de estudio, cocina, habitación de la madre, patio interior.
30/11/2021	16:00h - 20:00h	Gabriela Boada	- Mostrando el lugar donde realizó confinamiento en su periodo de COVID-19. - Narrando su relato de cómo se sintió mientras tuvo COVID-19 y la pérdida de un familiar.	Distintos espacios de su hogar. Habitación donde pasó confinada y realizó todas sus actividades.
05/12/2021	20:00h - 22:00h	Sofía Ávalos	- Fotografiando reunión familiar. - Realizando tareas escolares en modalidad virtual.	Lugares de casa de su abuela. Riobamba.
06/12/2021	07:00h - 12:00h		- Realizando actividades escolares y clases virtuales. - Comentando su rutina y opiniones sobre modalidad virtual.	Varios espacios en casa de su madre. Habitación, cocina, exterior del hogar. Riobamba.

II.G.2. Producción

Imagen n.7 Revisión de la pieza audiovisual y página web



II.G.3. Postproducción

Imagen n.9 Selección de fotos – Adobe Bridge

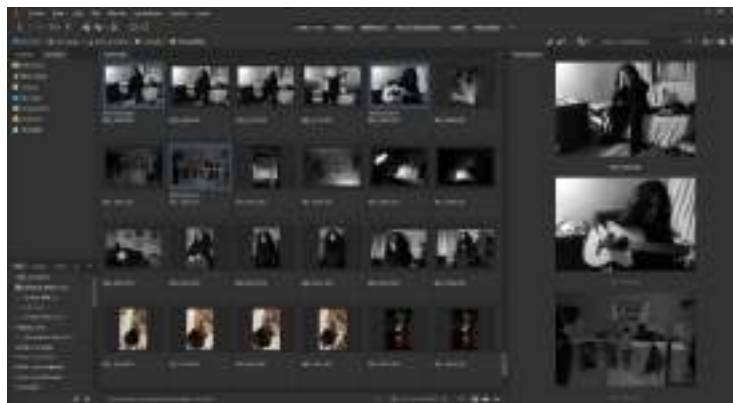
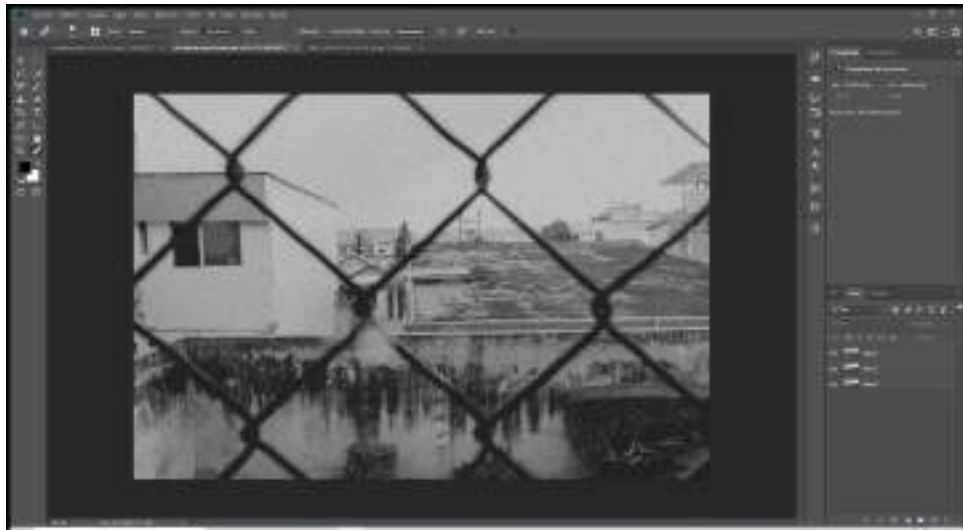


Imagen n.10 Edición de fotos – Adobe Photoshop



Para la parte de postproducción se utilizó la herramienta de Adobe Bridge para organizar y seleccionar las fotografías que pasarán a ser retocadas y usadas en el producto final.

En cuanto al retoque fotográfico se utilizará el Adobe Photoshop para mejorar tanto el contraste de las imágenes, como para añadir algún efecto de grano para dar un toque nostálgico o enfatizar la composición de manera gráfica y sólida.

Se utilizó el Adobe Illustrator para realizar el diseño de la página web y para su publicación en internet se hizo uso del servicio gratuito 000webhost.

Para la realización de la pieza audiovisual se utilizó el software Adobe Premiere Pro 2021.

Imagen n.8 Realizando pieza audiovisual



Adobe Premiere Pro 2021

III. Comercialización

II.A Nombre comercial

El nombre comercial del proyecto es “Desconfiguración Emocional”, enfocado en los aspectos inmediatos de la pandemia en los jóvenes estudiantes universitarios en lo que respecta a la educación, el bienestar personal, mental, familiar.

III.B Posicionamiento en el mercado

El proyecto se difundirá a la sociedad universitaria en general, docentes, estudiantes y nuevas generaciones que se enfrentan a esta nueva modalidad académica.

III.C Canales de distribución

La página web sería el canal principal de toda la difusión del proyecto ya que todo lo que se ha realizado (fotografías, material audiovisual) queda registrado para el alcance del interesado. El foto-libro de también es otro canal de distribución que se podrá obtener.

- Página Web
- Foto-libro
- Instagram

III.D Presupuesto del Prototipo, Costo y Precio de venta

Presupuesto ideal

Detalle		Costo	Tiempo
Equipo	Fotográfico	\$3000	4 días
Postproducción	Paquete completo de Adobe	\$236	4 meses
Modelos producciones	Tiempo de producción	\$500	8 días
	Alimentación	\$250	6 días
	Transporte / gasolina	\$100	6 días
Comercial	Página web	\$1100	2 meses
	Foto-libro	\$400	2 meses
TOTAL: \$5478			

Presupuesto real

Detalle		Costo	Tiempo
Equipo	Fotográfico	\$0	4 días
Postproducción	Paquete completo de Adobe	\$0	4 meses
Modelos producciones	Tiempo de producción	\$0	8 días
	Alimentación	\$160	6 días
	Transporte / gasolina	\$60	6 días
Comercial	Página web	\$0	1 meses
	Foto-libro	\$70	1 mes
TOTAL: \$290			

V. Cierre

V.A. Conclusiones

1. La fotografía es un concepto cerebral de percepciones, un lenguaje universal que todos entienden. Es un arte que permite retratar parte de la realidad en un momento específico y transmitir un determinado sentimiento.
2. La realización de este proyecto documental ha servido para cerciorar los distintos puntos de vista de los jóvenes en lo referente a la pandemia. A través de sus comentarios y entrevistas formaron parte de la narración del documental.

Se ha logrado plasmar sus ideas y emociones, las cuales fueron muy distintas en cada caso, permitiendo empatizar y comprender cada

situación vivida, desde las dificultades académicas hasta las complicaciones personales dentro de su entorno.

3. El uso de las nuevas tecnologías durante la pandemia ha beneficiado mayormente a la continuidad y desarrollo de los procesos académicos y sociales, permitiendo llevar una vida lo más normal posible dentro de las limitaciones impuestas. La mayoría de la gente tiene recursos suficientes para hacer uso de todos estos medios, como computadoras, internet, software educativo, etc., pero también hay gente que no se puede permitir o no dispone de acceso a estas herramientas tecnológicas y tienen que compartirlas con otros miembros del hogar.
4. La realización de un foto-libro documental interactivo tanto impreso como digital vía web y la administración de un perfil dentro de la red social Instagram permitieron la interacción de las personas con el proyecto, dando a conocer los testimonios académicos de cómo han sido sus vivencias durante la pandemia.

V.B. Recomendaciones

En base a la experiencia realizando este proyecto de investigación:

- Se sugiere la búsqueda y desarrollo de proyectos fotográficos, de distintas temáticas, que permitan una posterior expansión, re edición y exposición, con respecto del material inicial, y su intención comunicativa.
- Se recomienda adaptarse a los horarios y ritmos de los fotografiados, para así lograr una mayor participación y obtener mejores resultados.

- Se recomienda mantener todas las normas de bioseguridad para este tipo de investigación y observación de campo, ya que se pasan cantidad de horas junto a distintas personas y podría ser un foco de exposición y contagio si no se toman las medidas correspondientes.
- Es recomendable tener comprobado el equipo fotográfico para evitar cualquier malfuncionamiento de este y disponer de software actualizado y oficial para la posterior postproducción.
- Se recomienda trabajar con un documento de preproducción en todo momento, ya que ayuda a planificar cada sesión fotográfica y que no se pase por alto ningún detalle, por lo que este documento es de gran importancia a la hora de realizar producciones.

Bibliografía

1. Saavedra Jaime. COVID-19 y Educación: Algunos desafíos y oportunidades (2020). Fuente:
<https://blogs.worldbank.org/es/education/educational-challenges-andopportunities-covid-19-pandemic>
2. El bienestar de los adolescentes durante el COVID-19: recursos parentales, CDC. Fuente: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/parental-resourcekit/adolescence.html>
3. CuidArte. Volumen 10 – número 19 (2021). Fuente:
<https://www.medigraphic.com/pdfs/cuidarte/cui-2021/cui2119e.pdf>
4. Valeria Chauvel. El poder de la fotografía documental y su pasión por narrar historias (2021). Fuente:
<https://www.crehana.com/ec/blog/fotografia/fotografia-documental/>
5. ET Borges Vaz dos Reis. La naturaleza documental: Génesis y evolución (2003). Fuente:
<https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/1376/TESISBORGES2.pdf>
6. Alba Yépez. Análisis del rol de la familia durante la pandemia en la educación virtual (2021):
<http://www.quitoinforma.gob.ec/2021/04/30/analisis-del-rol-de-la-familia-durante-la-pandemia-en-la-educacion-virtual/>
7. Evelyn Nieves. Cactus, iguanas y prótesis: México a través de la lente de Graciela Iturbide (2019):
<https://www.nytimes.com/es/2019/01/10/espanol/cultura/graciela-iturbide-fotografia-mexico.html>

8. Óscar Colorado. El “Instante Decisivo” de Henri Cartier-Bresson (2011):
<https://oscarenfotos.com/2011/11/19/el-significado-del-instante-decisivo-de-henri-cartier-bresson/>
9. Laura García. Coronavirus. Educación y uso de tecnologías en días de pandemia (2020): [Coronavirus. Educación y uso de tecnologías en días de pandemia - Ciencia UNAM](#)

Anexos

Entrevista 1

Gabriela Boada 23 años.

Estudiante de Multimedia y Producción Audiovisual.

- ¿Cómo se han sentido durante el confinamiento?

Durante el confinamiento atravesé un sin número de emociones, felicidad, tristeza, preocupación, tranquilidad, ya que toda la situación era nueva y compleja. Algunos días amanecía con mucha energía con ganas de hacer cosas extraordinarias, de crear, me sentía con fuerzas de hacer todo pero otros días me sentía deprimida y abrumada por estar en lo incierto de que si pronto mejorarán las cosas o todo seguiría empeorando. Pienso que los medios de comunicación influyen mucho en cómo me sentía durante el confinamiento ya que cuando me saturaba de información mis días eran llenos de preocupación, miedo, tensión, pero cuando decidía desconectar e intentar hacer algo nuevo, compartir con mi familia o simplemente sentarme a mirar las nubes mis días se sentían con alegría y esperanza.

- ¿En algún momento de la pandemia han pasado miedo?

Hubo tres momentos cruciales en ese tiempo que de verdad sentíamos miedo. El primer momento fue cuando inició la pandemia y nos enfrentábamos a algo completamente desconocido, estar en incertidumbre de que una enfermedad letal sin cura había llegado al país, escuchar que se cerraban escuelas, que mucha gente vaciaba las perchas de artículos de mi primera necesidad, escuchar que debíamos mantener la distancia y ver las noticias de personas que morían en las calles, el desabastecimiento de alimento sumado a esto la cuarentena, era una preocupación tremenda y el no saber qué pasará, usar mascarillas, no tocar nada y llegar al punto de tener temor al salir. Teníamos miedo de arriesgar la vida de personas vulnerables ya que bajo nuestro cuidado estaba nuestra abuelita de noventa y dos años y mi sobrina recién nacida. El segundo momento fue que seguía pasando el tiempo y el trabajo seguía paralizado eran meses y meses que teníamos que seguir en confinamiento y mi mami no podía salir a trabajar ni yo podía ayudarla porque todos los negocios seguían cerrados, pensar que los ahorros que teníamos en esos momentos lleguen a acabarse y no poder tener para subsistir en los meses siguientes y que todo siga paralizado era bastante preocupante. El tercer momento fue cuando me contagie de COVID-19. Cuando recibí el resultado y el médico me confinó, el miedo inundó completamente mi cuerpo, entré en desesperación y pensé que iba a morir, a pesar de que supuestamente ya había maneras de tratar el COVID-19 pero sin tener seguridades de obtener buenos resultados de que un paciente pudiera curarse. Mi tía y mi abuelita estaban en terapia intensiva y yo no quería estar en esa misma situación, los pensamientos negativos inundaron mi mente, realmente pensé que podía morir, además de

sufrir por mi familia ya que no quería contagiar a mi mamá ni a mi sobrina de tres meses.

- ¿Existió casos de COVID-19 en su entorno familiar y cómo afrontaron la situación?

Nueve miembros de mi familia se contagiaron de COVID-19 porque no supieron manejar la situación, con el caso principal fue el de mi abuelita. Ella vivía en mi casa y cada uno de sus hijos se turnaban para darle los cuidados necesarios durante el confinamiento. Uno de mis primos no supo decirnos a tiempo que contrajo la enfermedad y contagió a mi abuelita, nos enteramos ya cuando varias de las personas que estuvimos en contacto con ella nos contagiamos. Mi abuelita estuvo dos semanas en terapia intensiva donde después falleció y mi tía de la tercera edad estuvo en terapia intensiva durante tres meses, superó y hoy tiene secuelas que hasta el día de hoy no se ha podido recuperar. De mi círculo familiar más cercano, fui yo la contagiada, vivo solo con mi madre y para ella fue duro tener que afrontar mi enfermedad, cuidarme y no ponerse en riesgo, fue super doloroso enfrentar la situación solas, yo en confinamiento y ella sufriendo por la pérdida de su madre, fue muy duro ni si quiera poder abrazarnos, pero ella supo ser valiente y afrontar toda esta situación con energía y positivismo, siempre mostrándome su mejor rostro para que mi situación sea menos dura, no me deprima y me recupere más rápido.

- ¿Ha mejorado o empeorado la convivencia con la familia?

Realmente ha mejorado mucho la convivencia con mi madre, al inicio de la pandemia ya que ambas teníamos diferentes rutinas y estilos de vida fue super duro convivir con ella, los primeros días eran una guerra completa porque yo

estaba acostumbrada a seguir mis rutinas y ella tenía sus formas de manejar sus días, yo por los estudios no pasaba mucho tiempo en casa. Las primeras semanas de cuarentena fueron realmente difíciles porque peleábamos por todo pero empezamos a escuchar programas de radio, podcast y empezamos a entender que era normal la situación hasta acoplarse al otro, compartimos mucho tiempo juntas y descubrimos muchas formas de convivir y disfrutar los momentos que teníamos, además aprendimos a valorar la importancia de estar con vida y cuidar el uno del otro, tanto ella como yo sufríamos cuando enfermé por qué no sabíamos cómo sería el mañana, si yo me recuperaría o no, estar solas y ya no poder compartir como antes, era triste pero después de salir de la enfermedad para ambas fue muy grato volver a abrazarnos. El día de hoy tenemos pequeñas discusiones, pero hemos aprendido a vivir juntas y ser un verdadero equipo.

- ¿Cómo has llevado la situación al no poder reunirse con sus amistades?

Al principio fue difícil porque de un día a otro tuvimos que separarnos y hablar por mensajes, no es lo mismo al no poder salir y no vernos, pero siempre busqué una forma de acercarme, de llamarlos, de enviarles mensajes de ánimo, que quizás no compensaba el estar juntos, pero si me ayudaba a sobrellevar un poco el no tenerlos cerca.

- ¿De qué manera lograron mantener el contacto con su círculo de amigos?

A través de juegos de computadora, es gracioso porque no solo mantuvimos la amistad, sino que a través de estos juegos pudimos conocer nuevas personas y hacer que nuestro círculo crezca, de paso olvidábamos un poco la situación difícil de estar en confinamiento.

- ¿En qué se han visto afectados sus hábitos?

Mis hábitos durante la pandemia cambiaron de manera radical ya que me di cuenta de que no estaba llevando una vida saludable, ni tampoco me preocupaba por mi salud, así que empecé a organizar mejor mis horarios, empecé a comer mejor y a realizar más ejercicio. La pandemia me permitió acercarme más a mí y darme cuenta de que no me estaba preocupando por mi bienestar, pero fue una buena oportunidad para conectarme y conocerme mejor e intentar cosas nuevas.

- ¿Qué actividades has realizado para entretenerte y no caer en la monotonía?

Durante el confinamiento empecé a desesperarme porque los días empezaban a ser iguales y no quería utilizar la computadora, la televisión ni el celular por la cantidad abrumadora de información, muertes, nuevos casos, nuevas cepas y el sufrimiento de las personas en estado crónico. Decidí desconectarme un poco y aprender cosas nuevas o perfeccionarme en algo. Comencé a imitar maquillajes y ver formas creativas de maquillarme, crear coreografías, cocinar recetas divertidas con los ingredientes que encontraba en la cocina, tomé la rutina de hacer un postre helado semanal, y también encontré interés por la fotografía y el autorretrato, veía videos de arte y fotografía que me llamaron la atención y quería empezar a experimentar.

- ¿Cuál ha sido la actividad que más has realizado durante el confinamiento?

Antes ya me había interesado la fotografía, pero al no poder salir ni reunirme con personas, empecé a investigar sobre el autorretrato y quedé fascinada,

siempre quise poder expresar situaciones o crear personajes y vi el confinamiento como una oportunidad para experimentar, empecé a crear vestuarios, mejorar mi técnica de maquillaje y sobre todo disfrutar de la fotografía y edición.

- ¿Qué dificultades has tenido a nivel académico?

El cambio brusco de clases presenciales a virtuales fue demasiado abrumador porque tanto profesores como alumnos se estaban acoplando a nuevas plataformas y esta nueva modalidad de recibir clases, era bastante caótico porque existían problemas de conexión, problemas en las plataformas, entrega de tareas y dudas que muchas veces no fueron resueltas. Por mi parte tuve que ser demasiado autodidacta para poder sobrellevar los últimos semestres de la carrera.

- ¿Qué opinabas al principio de la pandemia en relación con la modalidad virtual de estudio y qué piensas ahora?

Opino que no es lo mismo obtener todos los recursos que existen en el aula de manera presencial ya que muchas veces detrás de la computadora es difícil mantenerse en sintonía con las clases o poder resolver todas las dudas o temas que surjan en el momento, creo que las clases virtuales dejan muchos vacíos de conocimiento.

- ¿Has encontrado algún beneficio en todo el tiempo de pandemia/confinamiento?

Durante todo este tiempo de pandemia he aprendido muchas cosas y personalmente me ha ayudado a crecer, aprendí a cuidar de mejor manera mi salud, la salud de mi familia, no descuidar mi salud mental y a ser más

responsable conmigo y con las personas que se encuentran a mi alrededor, aprendí a ser más generosa y a ser más paciente con todos los sucesos, a dar mucho amor y sobre todo a explotar mi creatividad y mis talentos.

Entrevista 2

Omar Morales 23 años

Estudiante de Arte

- ¿Cómo se han sentido durante el confinamiento?

Creo que el sentimiento de soledad e ira me han dominado durante el confinamiento. Tal vez como una respuesta a la frustración de no poder limitar el tiempo compartido con la gente con la que se convive, y no poder ver a quienes anhelas.

- ¿En algún momento de la pandemia has pasado miedo?

Sí, definitivamente. La violencia intrafamiliar me obligó a salir de mi casa en medio del confinamiento, pedir ayuda y esperar que alguien se apiade de mí. Esto sumado al pánico constante que se mantuvo al inicio de la pandemia, en dónde no se tenía mucha información del virus; en dónde la gente salía con guantes de látex a comprar y vaciaban los supermercados en cuestión de horas.

- ¿Existieron casos de COVID-19 en su entorno familiar y cómo afrontaron la situación?

Mis hermanos de 6 años casi sufren amputaciones de sus extremidades como consecuencia del virus. Mi abuela y su esposo terminaron en cuidados intensivos, mi tío político perdió capacidad pulmonar. Yo terminé con problemas de salud y secuelas después de contagiarme. Dejé de fumar casi

por un año para procurar no empeorar mi estado.

Creo que en un inicio el pánico abordó a toda mi familia, pero poco a poco aprendimos a sobrellevar estos problemas de forma más inteligente y por suerte aún no ha habido decesos.

- ¿Ha mejorado o empeorado la convivencia con la familia?

Gracias al diálogo, terapia y aprender a convivir por largos periodos, ha mejorado un poco. Sinceramente creo que se solucionaría el problema si cada quien ocupara tiempo fuera de casa para estudiar o trabajar. ¿Estamos hechos para convivir 24 horas seguidas en un mismo ambiente? Creo que no.

- ¿Cómo han llevado la situación al no poder verse con sus amistades?

Mi depresión ha aumentado, a veces tengo ataques de ansiedad que no logro resolver a través de llamadas de video o voz. Sinceramente creo que el contacto físico es necesario. No solo compartir el espacio, sino, dar un abrazo, un beso o una palmadita en la espalda. Son formas de afecto que hemos perdido gracias a la pandemia y espero poder retomar más pronto que tarde. Aun intento verme con amigos, pero el pánico de que alguien se contagie es grande y se dificulta visitarlos a su casa.

- ¿De qué manera lograron mantener el contacto con su círculo de amigos?

Mi círculo de amigos ha disminuido. Aunque en un inicio se intentó hacer fiestas por zoom, entre otras cosas, destinar el tiempo se me ha dificultado hoy por hoy. Siento que todo pasa más rápido ¿Sabes? Creo que antes de pandemia el tiempo se dilataba y podía visitar a mis amigos y tomar el bus, regresar saludando a alguien por alguna galería

de arte o cenar el fin de semana en la casa de alguna persona. Hoy día se me acaban mis cortas 24 horas entre dormir, cocinar, estudiar y sufrir.

- ¿En qué se han visto afectados sus hábitos?

Al inicio de la pandemia me di cuenta que como consecuencia de la misma sumado a mi depresión, viví aproximadamente 2 meses solo vestido con mi pijama. Al final de cuentas prefería dormir y no salir de casa.

Me costó retomar el vestirme de forma casual. Hoy por hoy he recuperado esta costumbre. Jajaja. Pijama para dormir, ropa para estar en casa y eso sí, bien fachero para cuando se salga a algún lugar especial.

- ¿Qué actividades has realizado para entretenerse y no caer en la monotonía?

Creo que no he logrado salir de la monotonía. ¿Entretenerme? Eso sí lo logré por un tiempo gracias a los videojuegos o ciertas plataformas para compartir videos con amigos. Discord, Skype, Teams, Zoom.

- ¿Cuál ha sido la actividad que más has realizado durante el confinamiento?

Jugar videojuegos, y pasar en redes sociales como método de apego hacia la realidad. De una forma u otra estoy compartiendo con gente en tiempo real, desde la comodidad de mi casa. Y dormir, dormir como método para disociar de la realidad y huir de los problemas.

- ¿Qué dificultades has tenido a nivel académico?

Muchas dificultades. Personalmente he tenido que sacar un certificado de que tengo asperger y otro que explica que tengo trastorno de déficit de atención e hiperactividad... Jajaja Todo esto para poder justificar mi mal desempeño en medio de la virtualidad. Terminé retirándome de 4 materias de la universidad, bajo la expectativa de que en un futuro poder recibir estas materias de forma presencial o en su defecto cambiarme a una universidad en dónde esta modalidad esté activa.

- ¿Qué opinabas al principio de la pandemia en relación con la modalidad virtual de estudio y qué piensas ahora?

Pienso que la virtualidad ha arruinado ciertas cosas. SI, es verdad que hemos dado un salto a nivel de uso tecnológico. ¿Quién pensaría que se podría trabajar desde casa con tal facilidad? Sin embargo, hay cosas prácticas. Recuerdo a mi primo de 10 años recibiendo “natación Online” al frente de su webcam, mientras metía la cabeza en una tina y aguantaba la respiración. Hilarante ¿No? Si descontextualizas esa escena del tiempo histórico pandémico llega a ser casi surreal. Así reflexiono al respecto y me doy cuenta que cosas como el arte o la “Natación” no pueden ser objetos de estudio teóricos.

- ¿Has encontrado algún beneficio en todo el tiempo de pandemia/confinamiento?

Tal vez he madurado. Aun no comprendo el concepto de la palabra aplicable a las personas. Pero creo que soy una persona que sabe cómo lidiar con ciertos problemas, que ha conocido el fondo del “bote” y está intentando salir bajo sus propios medios. Todo esto en medio de una

situación sumamente difícil.

Espero que cuando la pandemia termine, o cambie... Me encuentre más fuerte que antes, para así poder seguir creciendo como persona.

Entrevista 3

Luis Mora 23 años

Terminó el Bachillerato

- ¿Cómo se han sentido durante el confinamiento?

Me he sentido bien y creo que fue una etapa en la que todos necesitábamos estar con nuestras familias, ya que, por diferentes motivos y ocupaciones, no había tiempo de convivir en familia.

- ¿En algún momento de la pandemia has pasado miedo?

Sí, al inicio ya que no soy de salir mucho a la calle, pero me preocupaba mucho mi papá, el temor que se contagiara ya que él trabaja en transporte público. Pese a esto nos mantenemos todos con buena salud y manteniendo las reglas de bioseguridad.

- ¿Existieron casos de COVID-19 en su entorno familiar y cómo afrontaron la situación?

No tuvimos ningún caso en nuestra familia.

- ¿Ha mejorado o empeorado la convivencia con la familia?

Nuestra situación familiar mejoró notablemente para bien, hemos convivido más tiempo. Ayudando a mi mamá con sus trabajos de manualidades y eso para mí me hace bien y feliz.

- ¿Cómo has llevado el no poder verse con sus amistades?

Sinceramente pasé por un momento que a cualquier persona en su vida le ha llegado a pasar, sentirse rechazado por sus "mejores amigos" si es que se les llama así, yo me veía con 3 personas que eran mis examigos, pero en mayo del 2020 corté lazo de amistad con ellos y hoy en día no he tenido algún amigo o amiga en el cual convivir físicamente. Sólo tengo muy poquitas amistades en internet en el cual sí me gustaría conocerlos en un futuro.

- ¿De qué manera lograron mantener el contacto con su círculo de amigos?

Hoy en día mantengo un círculo de amigos en línea (internet), con ellos juego, pero hay momentos en los que se mantienen otras ocupaciones, me entristece el no poder compartir tiempo y jugar. Mientras me la paso solo todo el día hasta que llegue el momento preciso que alguien me invite a jugar.

- ¿En qué se han visto afectados sus hábitos?

Me afectó radicalmente en los horarios de sueño, dormir en el día y desvelarme en las noches.

- ¿Qué actividades has realizado para entretenerse y no caer en la monotonía?

Varias actividades como; leer, editar, hacer streams en una plataforma de videojuegos, manualidades con mi mamá, jugar videojuegos solo o con amistades y jugar con mis perritos.

- ¿Cuál ha sido la actividad que más has realizado durante el confinamiento?

Estar en mi computadora, leyendo, jugando, viendo series, películas.

- ¿Qué dificultades has tenido a nivel académico?

En mi caso ninguna dificultad, yo cursé mi bachillerato en mayo y culminó en septiembre sin problemas ya que fue corto el tiempo.

- ¿Qué opinabas al principio de la pandemia en relación con la modalidad virtual de estudio y qué piensas ahora?

Es algo complicado que el profesor o profesora evalúen físicamente al alumnado ya que todos pueden hacer "trampas" en investigaciones por internet y lavarse las manos en entregar trabajos proyectos. Así que para mí es complicado que esta modalidad virtual académica sea así, espero ya pronto se recuperen las clases académicas presenciales.

- ¿Has encontrado algún beneficio en todo el tiempo de pandemia/confinamiento?

Sí, convivir con mi familia, llevarme experiencias en mi vida, y conocer buenas personas en línea mejor que físicamente.

Entrevista 4

Nayelly Aules 20 años

Estudiante de Diseño Fotográfico

- ¿Cómo se han sentido durante el confinamiento?

Con mucha presión y estrés ya que no podía realizar actividades que hacía a diario y fue un poco complicado acostumbrarse a muchas cosas, también por la incertidumbre del qué pasará, después de todo aún se mantiene el miedo a perder algún miembro de mi familia o amigos, por otro lado, estoy feliz y reforzar el lado familiar.

- ¿En algún momento de la pandemia has pasado miedo?

Si, sobre todo al principio al no saber ni entender lo que ocurría por la cantidad de personas que enfermaban y no lograban recuperarse.

- ¿Existieron casos de COVID-19 en su entorno familiar y cómo afrontaron la situación?

Si bastantes, fueron momentos difíciles en los cuales no recibieron ayuda familiar como se debió hacerlo, más bien se alejaron dejándoles a su suerte. Lamentablemente no todos actuamos positivamente.

- ¿Ha mejorado o empeorado la convivencia con la familia?

Con mi núcleo familiar mejoró mucho ya que se logró compartir más y vivir nuevas experiencias, pero con otros familiares se fue perdiendo un poco la comunicación.

- ¿Cómo has llevado la situación al no poder verse con sus amistades?

Complicado no poder reunirnos para compartir, pero a la vez nos manteníamos comunicados e informados que estábamos con salud.

- ¿De qué manera lograron mantener el contacto con su círculo de amigos?

A través de videollamadas, mensajes, juegos.

- ¿En qué se han visto afectados sus hábitos?

Cambios extremos en la alimentación, horarios de sueño y horarios de estudio.

- ¿Qué actividades has realizado para entretenerse y no caer en la monotonía?

En mi caso seguir pendiente de mi carrera, compartir actividades familiares, disfrutar de mis mascotas y realizar ciertas cosas que en otros tiempos tal vez no hubiera realizado.

- ¿Cuál ha sido la actividad que más has realizado durante el confinamiento?

Estudiar idiomas, peluquería, manicura.

- ¿Qué dificultades has tenido a nivel académico?

Al momento de realizar trabajos no contaba con todas las herramientas necesarias para realizarlos.

- ¿Qué opinabas al principio de la pandemia en relación con la modalidad virtual de estudio y qué piensas ahora?

A principio lo vi como algo complicado ya que muchas veces no entendía ciertos temas o los trabajos no se los realizaba de la mejor manera, hoy por hoy es una herramienta importante, pero creo que ha disminuido los niveles de los estudiantes ya que es una manera fácil de hacer las cosas en cuestión de pruebas y exámenes, que si de alguna manera ayuda a no contagiarnos de la enfermedad, pero no se aprende de la mejor

manera y deja muchos huecos en la información necesaria para seguir estudiando.

- ¿Has encontrado algún beneficio en todo el tiempo de pandemia/confinamiento?

El hecho de poder conocerme a mí misma y el volver a compartir con seres queridos y también desarrollar nuevas habilidades que de alguna manera serán útiles para diferentes acciones.

Entrevista 5

Sebastián Pachón 21 años

Estudiante de Diseño Gráfico

- ¿Cómo se han sentido durante el confinamiento?

Limitado a hacer mis actividades normales

- ¿En algún momento de la pandemia has pasado miedo?

Los primeros meses creía que si salía significaría morir o perder a algún ser querido por contraer el virus

- ¿Existió casos de COVID-19 en su entorno familiar y cómo afrontaron la situación?

No hubo casos de COVID-19 en mi entorno.

- ¿Ha mejorado o empeorado la convivencia con la familia?

La convivencia mejoró un poco.

- ¿Cómo has llevado la situación al no poder verse con sus amistades?

No he tenido problemas en ese sentido.

- ¿De qué manera lograron mantener el contacto con su círculo de amigos?

Si nos veíamos.

- ¿En qué se han visto afectados sus hábitos?

Me ha llevado a estar más tiempo en el celular y en mi computadora.

- ¿Qué actividades has realizado para entretenerse y no caer en la monotonía?

Generar y llevar a cabo proyectos personales de diseño, salir a los alrededores de mi barrio a conocer lugares que no conocía.

- ¿Cuál ha sido la actividad que más has realizado durante el confinamiento?

Caminar por mi barrio y ver películas.

- ¿Qué dificultades has tenido a nivel académico?

Al estar casi todo el tiempo en la computadora o celular, me he aburrido y desanimado de estar todo el tiempo en dispositivos electrónicos.

- ¿Qué opinabas al principio de la pandemia en relación con la modalidad virtual de estudio y qué piensas ahora?

Pensaba que no iba a ser eficiente

Ahora pienso que es logable y puede ser aprovechada esta modalidad, pero siempre es necesario la interacción física entre más personas.

- ¿Has encontrado algún beneficio en todo el tiempo de pandemia/confinamiento?

Algunas de las actividades que tomaban más tiempo ahora se facilitan mediante servicios online.

Entrevista 6

Damián García 21 años

Estudiante de Diseño Gráfico

- ¿Cómo se han sentido durante el confinamiento?

Me mantuve en casa con mi familia y personas cercanas, la situación económica fue complicada al principio, pero a medida que pasaba el tiempo nos acoplamos de mejor manera.

- ¿En algún momento de la pandemia has pasado miedo?

Sí, con muchos temores a que familiares o personas cercanas se vean afectadas por este virus.

- ¿Existió casos de COVID-19 en su entorno familiar y cómo afrontaron la situación?

En mi familia fue contagiado un tío, gracias al manejo del aislamiento se pudo controlar y no llegar a los extremos de pérdidas fatales.

- ¿Ha mejorado o empeorado la convivencia con la familia?

Ha mejorado notablemente debido a que antes no existía mucha convivencia en familia.

- ¿Cómo has llevado la situación al no poder verse con sus amistades?

Debido a la situación ha sido un poco complicado, pero poco a poco nos hemos ido acoplado y buscando la manera de no perder el contacto con dichas amistades.

- ¿De qué manera lograron mantener el contacto con su círculo de amigos?

Utilizando las diferentes redes sociales las cuales nos brindan muchas posibilidades.

- ¿En qué se han visto afectados sus hábitos?

No se han afectado mucho debido a que mi ritmo de vida era igual.

- ¿Qué actividades has realizado para entretenerse y no caer en la monotonía?

Jugar videojuegos, ilustrar y dibujar.

- ¿Cuál ha sido la actividad que más has realizado durante el confinamiento?

Jugar videojuegos.

- ¿Qué dificultades has tenido a nivel académico?

En verdad, mi rendimiento académico ha mejorado mucho.

- ¿Qué opinabas al principio de la pandemia en relación con la modalidad virtual de estudio y qué piensas ahora?

Pensaba que sería algo más difícil de conllevar y que tendría dificultades debido a que mi carrera universitaria es práctica.

Actualmente aun pienso que es algo complicado debido a que existe una gran cantidad de limitaciones.

- ¿Has encontrado algún beneficio en todo el tiempo de pandemia/confinamiento?

Sí, el realizar diseños para una gran variedad de emprendimientos que han aparecido a raíz de que inició la pandemia.

Anexo 7



Anexo 8



Anexo 9



Anexo 10



Anexo 11

Código QR Página Web

