

“Sensani: Educación Emocional Infantil”

Uribe Cervantes, Georgina

2025-01-06

<https://hdl.handle.net/20.500.11777/6174>

<http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf>



Universidad Iberoamericana de Puebla

“Sensani: Educación Emocional Infantil”

Georgina Uribe Cervantes 191826

Aimeé Cristina Ceballos Solar 185814

Proyecto Integral Textil III

Profesora/Profesor:

Adriana Quiroz Hernández y Héctor Fernández de Lara Huesca

21 de Noviembre de 2024

Periodo Otoño 2024

Índice

1. Índice	2
2. Abstract	3
3. Introducción	3
4. Antecedentes	6
5. Descripción del problema	8
6. Justificación	9
7. Pregunta de investigación	10
8. Objetivo General y Específicos	10
9. Casos Análogos	11
10. Método: Descripción y Técnicas de Campo	16
11. Marco Conceptual	28
12. Análisis FODA	47
13. Proceso de Diseño	48
14. Prototipos y Validación	90
15. Campaña	94
16. Conclusión a Objetivos.....	95
17. Conclusión General	97
18. Fuentes de Información	98
19. Lista de Figuras	105
20. Anexos	106
21. Glosario	108

“Sensani: Educación Emocional Infantil”

2. Abstract

This project is designed to provide emotional support to children who face difficult situations or have difficulties in expressing themselves, through tools that facilitate their emotional and personal development. The proposal includes a documentary research that supports the creation of a didactic integral vest, which encourages self-expression and emotional recognition in children.

The vest from Sensani's “Be Real” collection features sensory and comfort elements, as well as emotion cards inspired by the Mexican lottery, which help children identify and manage their feelings in a healthy way. It also includes guided breathing technology to reduce stress. The results obtained indicate that this product is effective in supporting stress management and emotional self-expression, offering a comprehensive tool for children to learn to deal with their environment in a healthy and stable way, benefiting their relationships and personal development.

3. Introducción

En el presente documento se abordarán antecedentes con diversos temas, sobre qué son las emociones de manera general, la influencia y el gran impacto que puede generar el entorno familiar y social en la vida de los niños, pues para un niño es difícil expresarse si su ambiente se basa en gritos, regaños, maltrato físico, exigencia, presión, minimización de sentimientos, exclusión, falta de atención, ausencia de figura materna o paterna y/o bullying. También se hablará acerca del impacto emocional que tuvo la post pandemia, ya que, con el distanciamiento social causado por la pandemia de Covid-19, ocasionó cambios en las

emociones e incluso falta de expresión de ellas, que representan un riesgo para la salud mental de niños y adolescentes con la posibilidad de presentar ansiedad y depresión.

El usuario al que se estudia son niños entre 6 y 12 años de edad en México. Se menciona dentro del documento la descripción del problema, la justificación del respectivo proyecto, al igual que la pregunta de investigación, la cual es fundamental para centrarnos en nuestro tema y darle una solución. Los objetivos generales y específicos los cuales se mencionan más adelante son necesarios para saber el propósito de este proyecto y lo que se busca lograr.

Asimismo, los estudios y casos análogos representan una fuente valiosa de inspiración y guía para el desarrollo de este proyecto. De igual manera, las técnicas de campo implementadas en el proyecto han resultado fundamentales, ya que, mediante la colaboración con expertos en el tema psicológico, en el ámbito textil y con los usuarios, fue posible optar por un enfoque más fundamentado.

El marco conceptual tiene como propósito proporcionar una base teórica que ayude a entender mejor el tema y establecer el contexto de la investigación, guiando así el desarrollo del análisis y la interpretación de los resultados. En el marco se hablará acerca de terapias que psicólogos llevan a cabo especialmente con niños, ya que su forma de percibir y aprender las cosas es diferente a la de un adulto. La percepción del color es un factor muy importante en las terapias infantiles mencionadas, pues cada color tiene una vibración determinada en la visión y por tanto en la percepción de cada persona. Así mismo, se mencionará una herramienta muy popular en las terapias de juego llamada arteterapia, que son los famosos monstruos de las emociones, la cual es utilizada por psicólogos, profesores, psiquiatras, entre otros, con niños a partir de los 3 años, estos son monstruos de colores hacen referencia a las 5 emociones básicas y más importantes, de esta forma se les enseña de manera divertida a los niños a identificar sus emociones. Por otra parte, la

regulación emocional es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada, en la que los ejercicios de respiración, está comprobado que la respiración afecta directamente al cerebro en sus respuestas emocionales. También se mencionará la inspiración que el proyecto obtuvo de la lotería mexicana en cuanto a sus colores y a la estética de las tarjetas. En el análisis FODA, se podrán estudiar las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas del correspondiente proyecto, hacer este análisis sirve para reflexionar y saber las áreas de oportunidad para el proyecto.

Prosiguiendo, el proceso de diseño es la base fundamental para la elaboración de cualquier producto. Es una serie común de pasos que los creativos y diseñadores utilizan para crear productos y procesos funcionales, en este caso convertimos una idea abstracta en un producto novedoso.

Posteriormente, se elabora la campaña, la cual es una estrategia de comunicación para difundir el producto al mercado meta, con el objetivo de fijarla en la mente de consumidores potenciales.

Finalmente, se encontrará la conclusión del proyecto, en la cual se analiza lo que se aprendió durante la creación del proyecto y el producto final. Se responderán los objetivos generales, la pregunta de investigación y los resultados, se contará la experiencia del usuario con el producto, se mencionan las dificultades que se presentaron y cómo se afrontaron y resolvieron, también se mencionan cuáles fueron las competencias aplicadas, se determina la relevancia y la viabilidad del producto, y se harán algunas recomendaciones profesionales.

Al final del documento se mencionan las bibliografías, los anexos y el glosario, para resolver cualquier duda.

4. Antecedentes

A continuación, se hablará acerca de las emociones y sobre su importancia, la influencia del entorno familiar y como repercute en el desarrollo de las personas, también se hablará sobre antecedentes del impacto emocional que la pandemia provocó, generando estrés y ansiedad en las familias, especialmente en los niños.

Cada niño es único debido a sus experiencias, capacidades y necesidades, influenciadas por su familia, cultura y comunidad. Las experiencias y vivencias de cada uno los hace tener personalidades diferentes justo como una huella dactilar, todos únicos en formas y estilos de aprendizaje cognitivo y socioemocional; sin embargo, existen sentimientos y emociones que cada ser humano experimenta a lo largo de toda su vida, y si se tiene suerte aprenderán a conocerlos y a usarlos y de esta manera tener la oportunidad de una mejor calidad de vida. (Rodríguez T, 2022)

Según Carmen Morón (2010) los niños en la etapa de la infancia (6 a 12 años), es donde adquieren hábitos emocionales que se alinean con la percepción que tienen de sí mismos, reflejando comportamientos y patrones observados en los adultos.

En este contexto, las emociones negativas juegan un papel crucial, ya que no deben ser reprimidas o ignoradas. La liberación de estas emociones es fundamental para que los niños puedan crecer como personas, enfrentando las adversidades de manera saludable y manteniendo relaciones estables tanto con los demás como consigo mismos.

¿Qué son las emociones?

Según estudios de la UNAM (s.f), nuestros cinco sentidos captan información constantemente y la envían al cerebro, permitiéndonos identificar lo que nos provoca una

emoción. En nuestro cerebro, identificamos seis emociones fundamentales que todos hemos experimentado: felicidad, enojo, asco, sorpresa, tristeza y miedo. Estas emociones surgen cuando interactuamos con nuestro entorno y las personas a nuestro alrededor.

Se puede afirmar que las emociones modifican nuestra percepción del mundo y la forma en que interpretamos nuestras propias acciones y las de los demás. Normalmente las emociones son breves, llegan y se van, por lo que también son incontrolables. Incluso las emociones más incómodas juegan un papel crucial en nuestra capacidad para adaptarnos socialmente y ajustarnos a situaciones personales.

La influencia del entorno familiar

El ambiente familiar y el entorno en el que los niños se desarrollan influyen en su capacidad de expresión y comunicación. Según la psicóloga Tania Rodríguez (2021), cada niño tiene estilos de aprendizaje diferentes o condiciones especiales y necesitan no solo apoyo para sus limitaciones, sino también procesos emocionales que favorezcan su inteligencia emocional. Por eso, es crucial que reciban apoyo emocional para desarrollar lo que se denomina "inteligencia emocional", lo cual favorece su crecimiento en todas las áreas de su vida, pero requiere que la familia o los cuidadores creen condiciones adecuadas, como la resolución de conflictos, mejoras en la autoestima y el reconocimiento de habilidades y barreras personales.

Impacto Emocional Post Pandemia: Estrés y Ansiedad en contexto

Según Amanda Barrell (2021), aunque el estrés y la ansiedad comparten síntomas similares, son emociones diferentes. El estrés es temporal, mientras que la ansiedad puede persistir sin una causa aparente, lo que a veces dificulta distinguir entre ambos. El confinamiento causado por la pandemia Covid-19 afectó a los padres mentalmente, y en

muchos casos comenzaron con el maltrato físico y mental hacia sus hijos, ocasionando una mayor vulnerabilidad en ellos.

El psicólogo Emiliano Villavicencio (2024) comenta que después de la pandemia, la falta de acompañamiento emocional adecuado ha generado un aumento en el estrés postraumático y altos índices de ansiedad en la sociedad. Los trastornos de ansiedad han crecido, afectando a personas cada vez más jóvenes, incluyendo a niños de primaria que muestran comportamientos agresivos y rechazo a las instituciones sociales. Esto sugiere que la estructura familiar está mal integrada. Aunque la terapia es una posible solución, no todo el mundo puede permitírselo por su economía, lo que subraya que las escuelas y universidades tienen un papel importante que desempeñar en la construcción de conocimientos y apoyo emocional en esta área.

Con toda esta información, queda claro que la dificultad de expresión emocional en los niños de 6 a 12 años de México es un gran problema profundamente influenciado por factores sociales, familiares y culturales. Sin embargo, existen oportunidades para mejorar esta situación, que se abordarán a través de nuestro proyecto.

5. Descripción del problema

Debido a todo el contexto que se comentó anteriormente sobre los factores que influyen en la forma de expresión de los niños, es relevante proponer una herramienta textil didáctica que ayude a los niños a identificar, expresar y regular sus emociones, como el estrés y la ansiedad, ya que actualmente la cultura mexicana no le da la importancia necesaria a la expresión emocional y tampoco se les brindan herramientas físicas o espacios a los niños para expresar sus emociones. Además, pesar de la existencia de herramientas para el manejo del estrés, la identificación de emociones y para la ansiedad, no hay productos

textiles que integren todas estas características de manera conjunta. Los pocos que existen en el mercado se encuentran por separado y a precios elevados.

Según Raquel Lemos (2023) Nadie nos enseña a gestionar de manera adecuada nuestras emociones. Lo que sí nos enseñan es a encubrir algunas, a guardarnos muchas y a expresar muy pocas. Si las emociones no se expresan o gestionan, pueden afectar su bienestar emocional y tener un impacto negativo en su desarrollo tanto en la infancia como en la adultez, debido a la falta de apoyo en el desarrollo de su inteligencia emocional.

6. Justificación

Sería bueno que existiera una serie de productos textiles que sean capaces de facilitar la expresión emocional en los niños que están en etapa de desarrollo de inteligencia emocional, y de esta manera sus familias o cuidadores también se puedan dar cuenta de lo importante que es hablar sobre las emociones, aprender a identificarlas y sobre todo saber expresarlas y validarlas, para poder crear un ambiente libre de expresión y un espacio seguro.

La forma más efectiva de enseñar a los niños sobre las emociones y ayudarlos a gestionarlas es mediante actividades divertidas y sencillas que les faciliten desarrollar sus habilidades a la hora de desenvolverse y expresar sus emociones. Los materiales y juguetes psicológicos pensados para los niños son de gran ayuda para estimular su intelecto. (Rodríguez T, 2022)

Incorporar elementos como el peso sensorial y texturas ayudará a reducir la ansiedad y el estrés en los niños.

El desarrollo de productos textiles diseñados para facilitar la expresión emocional en niños apoya su inteligencia emocional y ayuda a romper las barreras culturales que pueden limitar esta expresión, de igual manera para que haya alternativas que incorporen tanto funcionalidad como diseño. Según Paul Ekman, un experto en el estudio científico de las

emociones, la forma en que mostramos y expresamos nuestras emociones es aprendida de la sociedad y está influenciada por nuestra cultura (Devon, S. 2021). Por lo tanto, brindar herramientas como textiles sensoriales desde una edad temprana puede ayudar a los niños a superar esas barreras sociales y culturales, permitiéndoles expresar sus emociones libremente y crecer en un entorno seguro. Así, logramos que se conviertan en adultos autoconscientes y con mayor autoestima.

7. Pregunta de investigación

¿Cómo una colección textil en la que se implementa la psicología del color, además de diversas texturas y tecnologías, puede contribuir en la educación emocional de niños en etapa de desarrollo de inteligencia emocional?

8. Objetivo General

Desarrollar una colección de productos sensoriales textiles que faciliten la expresión y regulación emocional en niños de México entre 6 y 12 años contribuyendo a la disminución del estrés y ansiedad en ellos.

Objetivos Específicos

- Brindar un producto para la expresión y regulación emocional y al mismo tiempo analizar el comportamiento de los niños al usarla para que puedan expresar lo que están experimentando y así mismo puedan darle nombre a esa emoción de una manera didáctica.
- Presentar una colección utilizando los colores primarios para que los niños aprendan a identificar sus emociones a través de la psicología del color.

- Confeccionar un producto textil que incluya tecnología de respiración guiada y estimulación de presión profunda dirigido a niños de 6 a 12 años para contribuir a la disminución de ansiedad.
- Desarrollar una serie de cartas inspiradas en la lotería mexicana, donde cada carta represente una emoción básica y esté asociada a un color primario diferente, para que los niños identifiquen sus emociones a través de los colores, facilitando el reconocimiento y la expresión de sus sentimientos de una manera divertida y sencilla.

9. Casos Análogos en el Mercado

A continuación, se analizarán los casos análogos existentes en el mercado, así como sus ventajas y desventajas. Estos productos están diseñados para apoyar a la regulación emocional y aliviar síntomas de ansiedad, estrés, TDAH o autismo, con la finalidad de ayudar a los usuarios a alcanzar un estado de calma y relajación.

Nombre: Libro El monstruo de las emociones

Marca: Anna Llenas



Fig. 1

Descripción/información: Este libro infantil ilustrado y creado por Anna Llenas está

recomendado para niños a partir de 3 años y es una herramienta ideal para introducir a los niños de corta edad en el mundo de las emociones. En este libro la autora relaciona las emociones con un color, les ayuda a identificar cada emoción. (Gill, S. s.f.)

Análisis: La ilustradora Anna Llenas ha sido de gran influencia para la expresión de emociones de muchos niños, es una gran herramienta terapéutica y de gran utilidad para el trabajo con los niños sobre la expresión, la identificación de colores y emociones y la percepción de ellos.

Precio en el mercado: \$395.00 pesos mexicanos

Ventajas: Introducción temprana a las emociones, asociación de emociones con los colores, diseño atractivo, y brinda educación emocional.

Desventajas: La simplicidad del libro puede no ser suficiente para la complejidad de las emociones, interpretación limitada de los colores (cada niño puede interpretar diferente las emociones con los colores)

Nombre: Chaleco de peso sensorial

Marca: Tu mundo, mi mundo



Fig. 2

Descripción/información: El chaleco de peso sensorial cuenta con piezas insertadas en pequeños costalitos internos y distribuidos para que ejerza presión sobre el propio cuerpo

de forma constante y uniforme.

Es cómodo y se puede llevar a todo lugar. El peso no debe superar el 10% del peso del niño. Este producto da estabilidad, calma, regula el estado de alerta, ayuda a la conciencia corporal, facilita la información sobre el movimiento y la posición de su cuerpo. (RED CENIT, 2019)

Análisis: Se puede analizar que los chalecos con peso son de gran ayuda para las personas ya que el peso genera la sensación de seguridad, calma y estabilidad. Esa sensación que ejerce el peso sobre el cuerpo, en especial sobre los hombros y pecho hacen sentir a la persona abrazada.

Precio en el mercado: \$1,186.31 pesos mexicanos.

Ventajas: Es calmante, da estabilidad, regula el estado de alerta, conciencia corporal,

Desventajas: Inseguridad gravitacional, rabieta, búsqueda de movimiento constante, defensividad táctil.

Nombre: Manta con peso

Marca: Sognare

Fig. 3



Descripción/información: Las mantas con peso tienen la finalidad de ayudar a los niños que tienen dificultades sensoriales, ansiedad, y a los niños con TDAH. No deberían usarse

en infantes y niños muy pequeños. Están diseñadas para reducir el estrés y crear una sensación de tranquilidad, ejercen presión sobre el cuerpo. Están rellenas con cuentas de cristal o bolitas de plástico, algunas tienen capas adicionales de tela para aumentar el peso. Vienen en diferentes pesos y tamaños, y pueden ser usadas en niños, adolescentes y adultos. (Tara, s.f.)

Análisis: Las mantas con peso están diseñadas para proporcionar una presión uniforme sobre el cuerpo, lo que puede ayudar a reducir el estrés y promover una sensación de calma. Son especialmente útiles para personas con dificultades sensoriales, ansiedad y TDAH.

Precio en el mercado: \$2,399 pesos mexicanos

Ventajas: Reducción de estrés y ansiedad, mejora del sueño, estimulación sensorial positiva, adaptabilidad.

Desventajas: No adecuadas para infantes (riesgos de asfixia), costos altos, pueden ser difíciles de lavar, la eficacia puede variar (no todos experimentan los mismos beneficios).

Nombre: Peluche con peso

Marca: Hugimals



Fig. 4

Descripción/información: Los peluches con peso producen sensación de calma que

puede durar hasta unas pocas horas después del uso, el peso ayuda a reducir la sensación de estrés y ansiedad, así mejorando la concentración y disminuyendo los niveles de hiperactividad. Son de gran utilidad para la relajación. (Kinrex, 2024.)

Análisis: Se puede analizar que los peluches con peso proporcionan una sensación de calma mediante una presión suave y uniforme. Se utilizan para reducir la ansiedad, facilitar la interacción social, mejorar la comunicación, y apoyar el sueño y la concentración.

Precio en el mercado: \$1,307 pesos mexicanos

Ventajas: Sensación de calma prolongada, reducción de ansiedad, mejora el sueño, apoya la concentración.

Desventajas: Los efectos son temporales, costos altos, dependiendo del tamaño y peso puede ser menos portátil o práctico de llevarlo a varios lugares.

Nombre: Máquina de respiración guiada

Marca: Moonbird

Fig. 5



Descripción/información: Su método se basa en equilibrar el sistema nervioso autónomo a través de vibraciones que guían hacia una respiración lenta y a la biorretroalimentación.

Al reducir la velocidad a seis respiraciones por minuto, los científicos descubrieron que el cuerpo encuentra un equilibrio perfecto entre presionar el acelerador y el pedal del freno.

Análisis: La respiración lenta desencadena la respuesta de relajación natural del cuerpo y fortalece el mecanismo de afrontamiento del estrés. Los productos de respiración guiada pueden ser herramientas efectivas para reducir el estrés y la ansiedad, mejorar la

concentración y fomentar la relajación.

Precio en el mercado: \$4,088.09 pesos mexicanos

Ventajas: Reducción del estrés y ansiedad, mejora de la concentración, es fácil de usar, se adapta a las necesidades del usuario.

Desventajas: Dependencia del producto, costos altos, no sustituye atención profesional.

Análisis sobre casos análogos

Se pudieron observar las características, las ventajas y las desventajas de cada uno de los casos análogos, y se concluyó que varios de los ejemplos mencionados pueden servir de inspiración para la creación de este proyecto, como, por ejemplo, los productos de peso sensorial, como los chalecos, demuestran ser efectivos para proporcionar calma y tranquilidad mediante una presión uniforme, lo que puede ser valioso para promover la relajación. También, la tecnología de respiración guiada, que ayuda a reducir el estrés y la ansiedad, también ofrece una estrategia útil que podríamos incorporar para mejorar el manejo emocional de los usuarios. Además, los libros que relacionan emociones con colores brindan un enfoque visual educativo que facilita la comprensión y gestión de los sentimientos, y podría ser una base para desarrollar herramientas similares en nuestro proyecto. Estos elementos combinados pueden contribuir significativamente a la efectividad y relevancia de nuestra propuesta.

8. Método I

Se está realizando una investigación de índole documental, donde se consultan diversas fuentes especializadas, se hacen referencias, y se investiga más sobre el tema de estudio.

Para llevar a cabo esta investigación, se emplearán las siguientes técnicas de campo: encuesta de índole cuantitativo, entrevista de índole cualitativo y observación participante.

Además, se analiza, se comenta y se reflexiona sobre las características e importancia de los materiales, las herramientas de apoyo y la importancia del ambiente en el que se desarrollan niños entre 6 y 12 años, con el fin de obtener información más precisa y adecuada proveniente de expertos en psicología y textiles. Esto permitirá tener un acercamiento directo con el usuario para conocerlo mejor y entender sus necesidades.

Se trabajará con una técnica de campo de encuesta cuantitativa, la cual será dirigida a tres generaciones, adultos mayores, adultos y jóvenes. La elaboración de esta técnica de campo busca hacer una comparación entre las diferentes generaciones de abuelos, padres e hijos, para observar cómo ha ido cambiando la expresión emocional.

Por otra parte, se aplicará una técnica de campo de entrevista de índole cualitativa a una experta en el tema, una psicóloga cognitiva conductual dominante en el tema de las emociones y niños; y a dos expertos en el ámbito textil. Dichas entrevistas se realizarán para poder conocer y fundamentar este proyecto desde los conocimientos y datos de expertos.

Por último, realizaremos una técnica de campo de observación participante a nuestro sujeto de estudio, Elías, quien tiene 8 años y está diagnosticado con TDAH.

8.1 Técnicas de campo

Reporte de técnica de campo, encuesta cuantitativa a tres generaciones

(Los resultados de cada una de las encuestas se pueden encontrar en anexos)

Justificación

Las encuestas normalmente van dirigidas a un gran número de personas para obtener estadísticas, y la mayoría de las veces son preguntas cerradas para tener un mejor resultado. Se decidió encuestar a tres generaciones (abuelos, papás y jóvenes) para

abordar los diferentes puntos de vista y ver cómo se relacionan entre sí y también identificar patrones y cambios en la forma en que se expresan.

El objetivo de la encuesta es observar de manera generacional cómo influyen los abuelos y los papás en el desarrollo de las nuevas generaciones. Queremos entender cómo las ideologías y pensamientos han evolucionado en una sociedad que actualmente es más abierta a hablar y a expresar sus emociones, algo que antes era considerado un tabú.

Aunque los tiempos han cambiado; las creencias y costumbres de generaciones pasadas siguen teniendo un impacto. Los padres, como figuras más influyentes en la vida de sus hijos, son la parte más importante para que los niños logren el desarrollo de habilidades emocionales. Sin embargo, para poder ayudar a los niños, es esencial que los padres o tutores primero reconozcan y comprenda sus propias emociones.

Descripción

La población a la que se encuestó para la generación de adultos mayores es de un grupo de una iglesia cristiana La Red Verdad y Vida en el grupo de las 11:00 am, el cual está conformado por 60 adultos mayores entre los 65 y 90 años de edad. El 10 por ciento de la población son 6 adultos mayores; sin embargo, obtuvimos respuesta de 7 adultos mayores, lo cual nos sirve para tener una investigación más completa.

La población encuestada para la generación de adultos está compuesta por profesores de la carrera de Diseño Textil de la Universidad Iberoamericana de Puebla, conformado por 35 profesores y profesoras. El 10 por ciento de la población son 3.5, sin embargo, decidimos encuestar a 8 profesores y profesoras en total para tener un rango más amplio de opiniones y asegurarnos de que las respuestas reflejen una mayor diversidad de perspectivas.

Por último, la población a la que se encuestó para la generación de jóvenes es de la comunidad de Villas Ibero de la Universidad Iberoamericana de Puebla, conformado por 150 estudiantes entre 17 y 23 años de edad. El 10 por ciento de la población son 15 estudiantes.

Resultados

Se pudo observar que los adultos mayores a veces tienen dificultades para expresar sus emociones, ya que no recibieron educación emocional durante su infancia. Prefieren hablar de sus sentimientos con su familia o, en algunos casos, no compartirlos con nadie. Cuando están tristes o enojados, a la mayoría le ayuda hablarlo, aunque algunos prefieren no expresarlo en lo absoluto.

Por otro lado, los adultos también enfrentan problemas para expresar sus emociones, pero lo hacen con más frecuencia que los adultos mayores. Prefieren compartir sus sentimientos con amigos más que con la familia, y el 100% asegura que hablar de sus emociones les ayuda a sentirse mejor.

En el caso de los jóvenes, aunque también encuentran difícil expresar lo que sienten, un mayor porcentaje ha recibido educación emocional desde pequeños. Muchos de ellos prefieren hablar con amigos, aunque un porcentaje también elige no compartir sus emociones. Al igual que los adultos, la mayoría encuentra alivio al hablar de sus sentimientos, aunque algunos prefieren guardárselos.

Es interesante notar que un 29% de los adultos mayores ve la expresión emocional como signo de debilidad, mientras que el 100% de los adultos lo considera una fortaleza. En los jóvenes, solo el 13% cree que expresar sus emociones es una señal de debilidad, lo que muestra un avance generacional en la percepción de la salud emocional.

En cuanto a la influencia familiar, el 71% de los adultos mayores indicó que sus padres no hablaban de sus emociones, mientras que, en los adultos y jóvenes, esta influencia varía entre momentos específicos o la falta de expresión emocional por parte de sus padres.

A lo largo de las tres generaciones, más de la mitad estaría dispuesta a usar una prenda de ropa que ayude a manejar el estrés y la ansiedad. Además, se ha observado un cambio en la percepción de la terapia psicológica. Los adultos mayores creen que es útil solo para algunos, mientras que los adultos y jóvenes la ven como una herramienta importante para el cuidado de la salud mental.

Finalmente, en las tres generaciones, más de la mitad no se siente cómoda llorando frente a otras personas, lo que puede estar relacionado con la vulnerabilidad que se experimenta en esos momentos.

Análisis

La forma en que expresamos nuestras emociones ha cambiado bastante con el paso de los años. Mientras que los adultos mayores enfrentaron barreras significativas por falta de educación emocional, las generaciones más jóvenes comienzan a romper con esos patrones. Esto muestra que nuestras actitudes, así como la cultura familiar y social, están evolucionando hacia una mejor salud emocional.

Ahora, los adultos han empezado a abrirse más y a crear un ambiente donde los jóvenes se sienten cómodos hablando de lo que sienten. Esto significa que aprender a comunicarse emocionalmente es de gran importancia, y el apoyo de la familia es clave en todo este proceso.

A pesar de los avances, aún hay resistencia y desafíos, como la incomodidad que muchos sienten al mostrar vulnerabilidad. Sin embargo, la creciente aceptación de buscar ayuda psicológica es una buena señal de que se está construyendo un camino hacia una mejor comprensión y cuidado de la salud mental.

Vinculación

Con base en la información obtenida de las tres generaciones y su relación con la expresión emocional, desde el ámbito textil, se pueden identificar varias necesidades emocionales que este proyecto podría cubrir. Por ejemplo:

Prendas que calmen el estrés, ya que la mayoría estaría dispuesta a usar ropa que ayude a reducir la ansiedad. Se podrían diseñar prendas con tejidos suaves o elementos que les brinden calma a los niños cuando se sientan ansiosos, como bolsillos con peso o texturas relajantes. Otra opción podría ser la moda para expresar emociones; esto es, crear prendas

con colores o estampados que representen diferentes emociones, basándose en la psicología del color, ayudando a los niños a identificarlas y expresarlas de forma divertida. Por último, otra idea sería la ropa de confort emocional, que consistiría en diseñar piezas que ofrezcan comodidad, como sudaderas o chalecos que se sientan como un abrazo, ayudando a los niños a sentirse más seguros cuando están tristes o preocupados.

Reflexión final

En conclusión, estos resultados destacan la importancia de fomentar la educación emocional desde una edad temprana. Desde el diseño textil, se puede lograr crear prendas estéticamente agradables y que sirvan para ayudar a los niños a explorar y expresar sus emociones, contribuyendo a un desarrollo emocional más saludable. Esta información hace ver que ya hay un cambio que puede impactar positivamente en la forma en que las nuevas generaciones manejan sus sentimientos y construyen conexiones emocionales.

Reporte de técnica de campo, entrevista cualitativa a experta en el tema

(La entrevista se pueden encontrar en anexos)

Justificación

Entrevistar a expertos en el tema es importante porque ayuda a entender cómo los niños entre 6 y 12 años manejan sus emociones y cómo el ambiente familiar y social influye en su desarrollo emocional. Esta información es clave para identificar las necesidades de apoyo y recursos que pueden mejorar la salud emocional de los niños y facilitar su crecimiento.

Descripción

En esta técnica de campo se le realizó una entrevista a una experta en el tema. Tania Rodríguez Pérez (2024) psicóloga experta en terapia centrada en la persona y cognitivo conductual. En la entrevista, se logró indagar cómo los niños experimentan y expresan sus emociones, el papel de la crianza y el entorno en su desarrollo emocional, y los desafíos

que enfrentan. Se conversó sobre la importancia de la comunicación emocional en la familia, las diferencias generacionales en el manejo de emociones y cómo las herramientas y métodos como el Mindfulness pueden ser útiles. También se discutió sobre el impacto de la pandemia y la tecnología en el desarrollo emocional de los niños.

Resultados

Los resultados de la entrevista revelan que el desarrollo emocional de los niños está relacionado con su entorno familiar y social. Aquellos que reciben apoyo emocional desde una edad temprana tienden a ser más seguros y capaces de gestionar sus emociones. La falta de comunicación sobre emociones puede obstaculizar su capacidad para expresarse y regular sus sentimientos. Además, la pandemia afectó negativamente a la socialización y desarrollo emocional de los niños. También, la tecnología y las expectativas sociales también juegan un papel importante en cómo los niños perciben y expresan sus emociones.

Análisis

Estos resultados son importantes porque subrayan la necesidad de un enfoque integral en la educación emocional. Es fundamental que los padres y educadores trabajen juntos para fomentar un ambiente donde los niños se sientan seguros al expresar sus emociones y puedan aprender a gestionarlas adecuadamente.

Vinculación

A partir de lo que observamos en la entrevista, identificamos necesidades que podemos cubrir desde el ámbito textil. Se pueden crear herramientas interactivas, como prendas y accesorios con texturas y colores que estimulen los sentidos y ayuden a los niños a reconocer y expresar sus emociones. Además, desarrollar materiales educativos integrados en la ropa que fomenten el diálogo sobre emociones entre los niños y sus padres sería una gran herramienta para ellos. Al hacerse, se contribuye a un ambiente donde los niños se sientan más cómodos al hablar de sus sentimientos y mejoren su desarrollo emocional.

Reflexión final

En resumen, la entrevista ofrece una perspectiva valiosa sobre el desarrollo emocional infantil. Comprender los desafíos que enfrentan los niños y el impacto de su entorno es fundamental para ayudarles a construir una base sólida en su vida emocional. Al abordar estas cuestiones, se puede aportar a crear un futuro donde los niños se sientan más seguros y capaces de gestionar sus emociones, creando así adultos más equilibrados y con inteligencia emocional.

Reporte de técnica de campo, entrevista cualitativa a expertos textiles

(Las entrevistas se pueden encontrar en anexos)

Justificación

Entrevistar a expertos textiles es clave para asegurar que los productos para niños sean seguros y cómodos. Su apoyo y experiencia permite a este proyecto seleccionar los materiales y diseños más adecuados, asegurando que realmente funcionen para los niños.

Descripción

En esta técnica de campo se les realizó una entrevista a dos expertos en el tema textil. Nancy Velázquez Pérez (2024), experta en corte, confección y textiles, y Carlos Antonio Cabrera Ramírez (2024), experto en hilatura y confección. Ambos docentes de la carrera de diseño textil en la Universidad Iberoamericana de Puebla.

El objetivo de estas entrevistas es conversar sobre qué materiales son agradables al tacto para los niños, así como discutir cómo integrar tecnología, materiales y accesorios sin que los niños corran algún riesgo. También se dialogó sobre cómo las texturas y colores pueden afectar el estado de ánimo de los niños, y se analizó cómo asegurar que los productos sean seguros y duraderos.

Resultados

Los resultados de las entrevistas muestran que es clave usar materiales como el algodón y tejidos de punto, ya que son cómodos y duraderos. Sobre el tema de seguridad y durabilidad de un producto para niños lo que mencionaron los expertos es importante. Es crucial evitar cualquier cosa que pueda ser peligrosa, como adornos que puedan ser desprendidos del producto y ser ingeridos por los niños. Al realiza un producto para niños hay que asegurarse de que todo lo que se use sea seguro, especialmente aquellos que pueden estar lidiando con ansiedad y estrés, por el tema de morder o arrancar. Ambos hicieron hincapié en la importancia de probar bien los productos antes de lanzarlos al mercado para que estén completamente seguros.

De igual manera es importante considerar diferentes texturas y colores en base a la psicología del color, ya que pueden influir en las emociones de los niños. Además, se conversó sobre cómo integrar textiles innovadores y tecnología de manera segura.

Análisis

Las entrevistas con los expertos textiles fueron de gran utilidad para entender cómo diseñar productos textiles para niños, sobre todo cuando se trata de integrar tecnología y hacerlos cómodos.

De acuerdo con el tema de materiales y comodidad, ambos coincidieron en que el algodón y los tejidos de punto son lo mejor, ya que según su experiencia el algodón es fresco y suave, ideal para que los niños no se sientan incómodos y no suden. También mencionaron que los tejidos de punto son buena opción porque permiten que los niños se muevan libremente; sin embargo, mencionaron que al utilizar tejido de punto se corre el riesgo de que el textil se cuelgue por el uso de los costales de peso integrados. Escoger el textil ideal es un punto muy importante porque los niños dentro de las edades de 6 y 12 años son súper activos y

necesitan prendas que aguanten, sean flexibles al movimiento y se sientan con libertad de realizar alguna actividad mientras usan el producto.

Por último, sobre el tema de integrar tecnología en los textiles fue interesante para ellos escucharlo. Ambos expertos dijeron que se puede hacer, pero hay que tener cuidado en la forma en la que se implemente al producto. Se habló sobre diferentes opciones para facilitar el uso como los imanes y algunas telas inteligentes, aunque admitieron que habría que investigar más sobre estas tecnologías para asegurar que sean seguras y efectivas. El profesor Carlos mencionó que al incluir un dispositivo o tecnología en el producto sería bueno incluir un diseño desmontable, algo similar a una bolsa oculta que no sea de fácil acceso para el niño.

Vinculación

De acuerdo con las entrevistas y lo que se platicó se pueden abordar varias necesidades en el desarrollo del proyecto. Esto incluye hacer productos textiles que ayude a los niños a manejar sus emociones, utilizar la psicología del color para la creación de estampados o la selección de los colores para los productos, que sean cómodos para jugar, y que incluyan tecnología de manera segura.

Reflexión final

Dicha información es de gran importancia para el proyecto, ya que, gracias a las opiniones e información brindada por los expertos en el ámbito textil, se podrá alcanzar el objetivo de crear un excelente proyecto, con información apta para el uso que se le dará. Estos conocimientos se podrán aplicar adelante para conseguir un producto de buena calidad, usando textiles suaves como el algodón, hipoalergénico, considerando las pieles sensibles de los niños. También la combinación de texturas para tranquilizar al usuario con el tacto. De igual manera la gama de colores a utilizar en el producto es imprescindible, pues es algo que influye en las emociones de los niños.

Reporte de técnica de campo, observación participante con el usuario

(La dinámica de observación se puede encontrar en anexos)

Justificación

El propósito de llevar a cabo una observación participante con el usuario es entender cómo un niño de 8 años interactúa con productos textiles diseñados para facilitar la regulación emocional. Es fundamental entender las reacciones y sentimientos de Elías para garantizar que los productos sean no solo funcionales, sino también cómodos y atractivos. Esto ayuda a ajustar las propuestas de manera más efectiva a las necesidades de los niños.

Descripción

Para facilitar la interacción y el diálogo con Elías, se creó un ambiente cómodo y seguro donde pudiera platicar y expresarse. Se le pidió que eligiera una carta de la serie de monstruos de las emociones básicas y para que de esta forma se observara si está familiarizado con las emociones. A través de esta actividad se platicó con él y se observó cómo interactúa con los diferentes materiales proporcionados, evaluando su familiaridad con las emociones, su vocabulario de expresión, su reacción a las texturas y su comodidad con los materiales, las personas y el ambiente que lo rodeaba.

Resultados

Los resultados mostraron que Elías se sintió cómodo y mostró interés por las texturas y colores de los materiales. La actividad de respiración guiada se entendió de manera clara y tuvo un efecto positivo, ya que las respiraciones lograron calmarlo, y al final, hizo un dibujo que reflejó sus emociones de manera positiva. Se observó que comprende el concepto de las emociones y utilizó un vocabulario apropiado para expresarse, le costó un poco de tiempo y trabajo expresarlo, pero se le brindó el espacio y tiempo necesario para que se sintiera seguro de hacerlo.

Análisis

Estos resultados son importantes porque proporcionan información valiosa sobre cómo los productos textiles pueden influir en la experiencia emocional de un niño. Comprender las reacciones y preferencias de Elías es de gran ayuda para este proyecto para poder diseñar productos más efectivos que realmente cumplan con sus necesidades. Además, resalta la relevancia de crear un ambiente de apoyo, lo cual es esencial para el desarrollo emocional de los niños.

Vinculación

Lo que se observó en la interacción con Elías indica que existe una gran necesidad de productos que no solo sean funcionales, sino que también sean atractivos y cómodos. Las texturas suaves, los colores vibrantes y la integración segura de tecnología en los productos textiles para niños son elementos clave a considerar.

Reflexión final

En resumen, la experiencia con Elías fue enriquecedora al notar la importancia de adaptar productos textiles a las necesidades específicas de los niños. Las observaciones sobre su participación y respuesta ante la interacción con los productos ayudan para el desarrollo futuro de este proyecto, asegurando que sean útiles y beneficiosos para niños como Elías, que necesitan apoyo emocional desde corta edad. La combinación de comodidad, tecnología y diseño puede ser clave para crear soluciones efectivas y accesibles para el usuario.

11. Marco Conceptual

En este marco conceptual se abordarán temas clave relacionados con la expresión y regulación emocional en niños en México, especialmente aquellos que enfrentan dificultades en estas áreas. Se explorará el progreso en la educación socioemocional infantil en el país, así como el impacto psicológico de la cuarentena por el COVID-19 en el bienestar de los niños, enfocándose en el estrés y la ansiedad. Además, se presentarán estrategias prácticas para ayudar a los niños a relajarse y sentirse mejor, incluyendo la terapia psicológica y los beneficios de los productos sensoriales textiles como herramientas de apoyo en su desarrollo emocional.

11.1 Expresión y regulación emocional

11.1.1 ¿Qué son las emociones?

Paul Ekman, un psicólogo que estudió las emociones. Es experto en el estudio científico de la comunicación y expresión de las emociones. Ekman dijo que la forma de mostrar y expresar las emociones en público se aprende de la sociedad y se determina por la cultura. (Devon, S., 2021)

Según Bedoya, C. (2021), las emociones a menudo son definidas en la psicología en contraste con la cognición y el pensamiento racional. Estas son concebidas como experiencias y expresiones corporales naturales, más que experiencias y expresiones del lenguaje, además se conciben como irracionales y subjetivas; inconscientes en lugar de deliberadas, genuinas en lugar de artificiales, o sentimientos en lugar de pensamientos. Esto se refiere a que las emociones no son algo que escogemos, sino que se crean, y son subjetivas, por ejemplo, la emoción de alegría puede significar algo diferente para una persona que, para otra, debido a sus experiencias o vivencias y cómo lo relacionan con esa emoción.

Se puede decir que las emociones modifican la manera en la que se percibe el mundo, y cómo se interpretan las acciones propias o de los demás. Normalmente las emociones son breves, llegan y se van, por lo que también son incontrolables.

11.1.2 Expresión Emocional

Como menciona Catalán, S. (2024), la expresión emocional es una parte fundamental de la experiencia humana. Desde la alegría hasta la tristeza, las emociones nos acompañan en cada paso del camino, influyendo en nuestras percepciones, decisiones y relaciones sociales.

Expresar nuestras emociones afecta cómo vemos el mundo, cómo tomamos decisiones y cómo nos relacionamos con los demás. Las emociones siempre están presentes en nuestro día a día.

“La expresión emocional se refiere a la forma en que comunicamos y compartimos nuestras emociones con el mundo que nos rodea. Puede manifestarse de muchas maneras, incluyendo el lenguaje verbal, el lenguaje corporal, la expresión facial y la creatividad artística.” (Catalán, S., 2024)

Es decir, la expresión emocional es cómo mostramos lo que sentimos a quienes nos rodean. Y como mencionó Sara Catalán, hay muchas maneras de comunicar nuestras emociones al mundo.

Según Tarrés, S. (s.f.), es fundamental que los padres y madres ofrezcan a sus hijos un ambiente seguro y afectuoso donde puedan crecer y desarrollarse de manera saludable. La seguridad emocional se construye cuando los niños saben que son amados en todas las circunstancias y que tienen un espacio en el que pueden expresarse sin miedo a ser rechazados.

Dicho esto, es clave que los papás ofrezcan un ambiente amoroso y seguro para sus hijos para que ellos puedan expresarse de forma segura, ayudándoles a crecer de manera saludable y tener buenas relaciones en el futuro.

11.1.3 Regulación Emocional

Según Bisquerra, R. (2020), la regulación emocional es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc.

Según lo mencionado, la regulación emocional no es solo controlar lo que sentimos, sino entender cómo lo que sentimos, nuestras acciones y pensamientos se conectan entre sí. Aprender a manejar nuestras emociones nos ayuda a enfrentar de una mejor manera situaciones difíciles y convertirlo en emociones positivas.

“La desregulación emocional muestra evidencia de estar relacionada con problemas de ansiedad, trastornos de la personalidad, depresión y estrés postraumático.

También se sugiere prestar atención a la regulación y conocimiento de emociones a edades tempranas, para la prevención del escalonamiento de los comportamientos inadecuados.”

(Butron, T. et al.,2022)

En otras palabras, cuando no sabemos manejar bien nuestras emociones, como consecuencia, puede provocar ansiedad o estrés postraumático. Por eso es muy importante empezar a enseñar sobre las emociones desde que son niños, ya que puede prevenir muchos problemas emocionales más adelante.

11.1.4 Ejercicios de Respiración

Está comprobado que la respiración afecta directamente al cerebro en sus respuestas emocionales. Además, es posible utilizarla en cualquier momento y lugar. Relajarse, como tantas cosas en la vida, es cuestión de técnica y práctica. Los niños no necesitan practicar la relajación y la meditación durante largos períodos de tiempo para que les resulten efectivas; lo que realmente necesitan es constancia. Por eso, es recomendable integrar breves momentos de estas prácticas en la vida cotidiana. (López, S., 2023)

Esto significa que la respiración es súper importante, no solo para los niños, sino para cualquier edad. Hacer ejercicios de respiración te ayuda a relajarte y es algo muy sencillo de hacer. Sin embargo, es muy importante ser constantes y crear una rutina diaria de respiraciones, especialmente en los niños, para que desde pequeños se acostumbren a hacerlo y puedan disfrutar de sus beneficios.

11.2 Niños en México con problemas de expresión y regulación emocional

Según Carmen Morón (2010) los niños en la etapa de la infancia (6 a 12 años), es donde adquieren hábitos emocionales que coinciden con la visión que tienen de ellos mismos y se comportan siguiendo ciertos patrones o líneas que se ejemplifican de los adultos. Esta etapa es el momento en el que aprenden para crear y desarrollar su inteligencia emocional.

El desarrollo infantil depende de la familia, educadores y otros agentes cercanos. La convivencia, especialmente dentro del núcleo familiar, es esencial para el desarrollo emocional y la integración social. Este proceso de enseñanza-aprendizaje de habilidades sociales y emocionales comienza en la familia y se extiende a otros grupos, impactando positivamente la convivencia escolar. (Morales, M., s.f.)

Dicho de otro modo, la infancia es un período clave para la construcción de la personalidad y las relaciones sociales. Los niños aprenden a través de la observación y la imitación, por lo que el entorno familiar y escolar debe ser un modelo de relaciones positivas y saludables.

La familia y la escuela son esenciales en la formación social de los niños y es necesario que cuenten con una alianza para fomentarles a los niños no solamente un desarrollo armonioso, sino prevenir conductas problemáticas, agresiones físicas o verbales entre compañeros, y lograr una convivencia pacífica en el ámbito escolar, social, y en la relación entre padres/cuidadores e hijos. La Universidad Nacional Autónoma de México y del Instituto Politécnico Nacional revelan que entre el 60 y 70 por ciento de los alumnos de nivel básico han sufrido algún tipo de violencia. (Morales, M., s.f.)

El Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes (2023) destaca que el maltrato infantil incluye abusos y negligencias que afectan la salud, el desarrollo y la dignidad de los menores, tales como el abuso físico, psicológico y sexual. Estas formas de maltrato pueden tener efectos duraderos en su desarrollo, afectando su rendimiento y bienestar, y aumentando el riesgo de problemas de salud mental en la edad adulta. En México, es común el uso de métodos violentos como gritos, golpes y humillaciones para disciplinar a los niños, lo que afecta a 6 de cada 10 menores de entre 1 y 14 años.

Los datos son preocupantes y reflejan la necesidad urgente de fortalecer la educación emocional en México, dada la alta violencia infantil. Crear un entorno seguro es clave para que los niños se expresen y regulen sus emociones de manera sana y abierta, si no por lo contrario es posible que se sientan inseguros y dejen de expresarse por miedo o por no contar con las herramientas necesarias para hacerlo. La familia, la escuela y las instituciones deben unirse en este esfuerzo y capacitar a padres y cuidadores en técnicas de crianza positiva.

11.2.1 Progreso en la Educación Socioemocional Infantil en México

Las personas encargadas del cuidado de niñas, niños y adolescentes deben educarlos y protegerlos sin recurrir al maltrato físico o psicológico, como golpes, gritos o humillaciones. Aunque quienes crecieron con una crianza violenta puedan pensar que estos métodos son efectivos, no lo son. Es fundamental que madres, padres y cuidadores dejen atrás estas prácticas dañinas y adopten formas de crianza basadas en el respeto y el buen trato, para promover un desarrollo saludable en la infancia. (UNICEF., 2021)

La UNICEF México (2021) comparte una guía para madres, padres y cuidadores de niños, niñas y adolescentes. Esta guía se centra en promover prácticas de crianza positiva y cuidado que respeten los derechos y la dignidad de los niños y adolescentes, ofreciendo estrategias para evitar el maltrato físico y emocional, fomentando un ambiente de respeto, empatía y apoyo en el hogar. Además, incluye consejos para los cuidadores sobre cómo manejar la disciplina de manera positiva y constructiva, así como la importancia del desarrollo emocional y social de los niños.

Es decir, la violencia en la crianza es un problema grave con consecuencias a largo plazo. Aunque tristemente nuestro contexto cultural suele validar el hecho de pegar o insultar a los niños, niñas y adolescentes como parte del modelo de crianza, es fundamental desafiar estas prácticas y promover métodos de crianza positivos y respetuosos. El cambio comienza en cada individuo y familia.

Un comunicado del Gobierno de México comparte que la SEP y el ISSSTE incluso han trabajado de manera conjunta para atender las situaciones socioemocionales de niños, niñas y adolescentes ocasionadas por los cambios a la forma de vida que ha implicado la pandemia de COVID-19. Este programa propone 100 actividades diarias de 15 minutos enfocadas en la salud emocional. A través de técnicas y juegos se promueve la relajación, el pensamiento positivo y el manejo del estrés buscando promover un estilo de vida

saludable y la gestión emocional, especialmente en situaciones difíciles. Una manera lúdica y efectiva de promover un bienestar integral. (Gómez, D.,2021)

Es muy importante que el gobierno apoye la salud emocional de los niños y jóvenes, poniéndolo en práctica en la escuela. La pandemia ha evidenciado la necesidad de fortalecer las habilidades socioemocionales de las nuevas generaciones. Sin duda, este tipo de programas contribuyen a construir un futuro más sano para todos.

11.3 El Estrés y la Ansiedad

Según Barrell, A (2021) el estrés y la ansiedad son parte de la misma reacción del cuerpo y tienen síntomas similares, pero son emociones distintas y muchas veces puede ser difícil de diferenciarlos. El estrés se experimenta por un periodo de tiempo corto, en cambio la ansiedad puede permanecer por un tiempo prolongado y muchas veces parece que no hay un elemento que la desencadene.

La ansiedad se caracteriza como una respuesta adaptativa frente a situaciones que se perciben como amenazantes, sin embargo, se considera un trastorno cuando excede criterios clínicos de intensidad, frecuencia y deterioro de las actividades del paciente. Cuando se presenta de forma innecesaria y desproporcionada puede convertirse en patológica, afectando de forma negativa las diferentes esferas de la vida del infante, ahí radica la importancia de su detección temprana para impedir el desarrollo de trastornos mentales. (Butron, T. et al., 2022)

Esto significa que cuando nos enfrentamos a algo que nos asusta, es completamente normal sentir ansiedad, sin embargo, cuando se vuelve demasiado intensa y afecta nuestras actividades diarias, se vuelve un problema. Por eso, es importante detectarla en

niños cuando apenas inicia para evitar que se vuelva algo grave y cause problemas mentales en el futuro.

Tarrés, S. (s.f.) comenta que, en un mundo en constante cambio, la infancia ya no es sinónimo exclusivo de juegos y despreocupación. El estrés y la ansiedad han comenzado a afectar a los más pequeños, dejando huellas que, de no ser atendidas, pueden influir en su desarrollo emocional y cognitivo.

Los signos de tensión en niños a veces se manifiestan de manera diferente a los adultos. Pueden presentar irritabilidad, cambios en su comportamiento con amigos, compañeros o maestros, o incluso mostrarse reacios a participar en actividades que antes disfrutaban. Estas señales, que podrían parecer menores, pueden afectar gravemente su autoestima y desarrollo emocional. (Tarrés, S. s.f.)

Hoy en día, la infancia ya no es una etapa despreocupada. El estrés y la ansiedad están impactando a los niños de manera real, y las señales no deben ser desapercibidas, ya que ignorarlas puede tener un impacto negativo en los niños, por lo que es importante prestarles atención y brindarles el apoyo necesario.

También, Tarrés, S (s.f.) menciona que el estrés prolongado puede influir en su desarrollo cognitivo y en su equilibrio somático. Es decir, los efectos no son solo emocionales, sino que pueden tener repercusiones en su salud física y en su capacidad de aprender y relacionarse con el entorno.

11.3.1 Impacto Psicológico de la Cuarentena

Al inicio de la pandemia del COVID-19, la vida de muchas personas cambió muy rápidamente. Las preocupaciones e inquietudes acompañaron todos esos cambios:

acostumbrarse a las nuevas rutinas, a la soledad y a la presión financiera, entre otros problemas. Encuestas mundiales realizadas en el 2020 y 2021 informaron niveles de estrés, insomnio, ansiedad y depresión más altos de lo normal. Para el 2022, estos niveles habían disminuido, pero siguieron siendo más altos que antes de 2020. (Mayo Clinic., 2024)

Los niños y adolescentes en cuarentena, durante la aplicación de pruebas para comprobar la presencia de síntomas de estrés postraumático, suelen mostrar puntuaciones tres veces mayor (como promedio) en comparación con niños que no han experimentado reclusión. Los estudios en este campo sugieren que los niños son más propensos a desarrollar trastorno de estrés agudo, trastornos de adaptación y aproximadamente el 30 % de ellos desarrollan, posteriormente, trastorno de estrés postraumático. Las reacciones suelen agravarse cuando por razones epidemiológicas, el protocolo de tratamiento conlleva a la separación del niño de sus cuidadores. (Broche, Y. et al. 2021)

En otras palabras, la cuarentena tuvo un fuerte impacto en los niños y adolescentes, principalmente porque no podían ir a la escuela ni convivir con otros niños. Esta falta de contacto social hizo que desarrollaran estrés, ansiedad y depresión. Esto deja claro lo importante que es su salud mental en momentos difíciles para evitar problemas más grandes en el futuro.

Por otra parte, el confinamiento también afectó a los padres mentalmente, y en muchos casos empezaron con el maltrato físico y mental hacia sus hijos, ocasionando una mayor vulnerabilidad en ellos.

11.3.2 Estrategias Prácticas para Ayudar a los Niños a Relajarse y Sentirse Mejor

Hablar con los niños, escucharlos y ofrecerles un espacio seguro donde puedan expresar sus sentimientos y preocupaciones es el primer paso. Una excelente herramienta es la práctica de ejercicios de relajación y mindfulness adaptados a la edad del niño. Estas

técnicas ayudan a reconectar con el momento presente, alejando las preocupaciones y favoreciendo un estado de calma. También, es esencial fomentar las relaciones sociales. La interacción con compañeros, amigos y familiares contribuye al bienestar emocional y permite compartir y procesar experiencias. (Tarrés, S. s.f.)

“El mindfulness es una técnica de meditación que busca entrenar la mente para centrar la atención y redireccionar los pensamientos. Muchas personas la practican para reducir el estrés, mejorar su concentración o incrementar su bienestar emocional.” (Maragall, P., 2022)

Es importante aprender estrategias que ayuden a los niños a relajarse y a mantenerse en el tiempo presente, ya que el estrés y la ansiedad surgen cuando se preocupan por el pasado o el futuro, alejándolos del presente. Las estrategias que propone Sara Tarrés son excelentes para ayudar a que los niños se relajen, liberen el estrés, y, por lo tanto, tengan más facilidad de expresarse.

11.3.3 Terapia Psicológica

Según Tarrés, S (s.f.), la terapia psicológica, especialmente la enfocada en la psicología infantil, puede brindar una intervención temprana que prevenga la escalada de problemas emocionales. La colaboración entre el niño, la familia y el psicólogo es esencial para el éxito de la terapia. Trabajar juntos asegura que el niño se sienta comprendido y apoyado, lo que refuerza su autoestima y habilidades de afrontamiento.

La información previa destaca cómo la terapia psicológica abordada a tiempo puede marcar una gran diferencia emocional en un niño. También es importante que el niño reciba el apoyo de su familia, ya que al sentirse apoyado por las personas que lo rodean tiene un impacto directo en su autoestima y en cómo enfrenta sus emociones.

Por otra parte, el juego permite a los terapeutas trabajar en diversas disfunciones en el ámbito físico, cognitivo, social y afectivo del niño. Además, ayuda a los niños a mejorar su autonomía, autoestima y calidad de vida. Una herramienta útil llamada arte-terapia que utilizan los psicólogos, profesores, psiquiatras entre otros con los niños a partir de los 3 años, son los "monstruos de colores", creados por la ilustradora Anna Llenas, que representan emociones básicas como la alegría (amarillo), tristeza (azul), enojo (rojo), miedo (negro) y calma (verde). Esta herramienta es ideal para introducir a los niños de corta edad en el mundo de las emociones. Este método se puede emplear ya sea de una forma auditiva con cuentos o táctica con monstruitos de tela o peluche. (Llenas A, 2015).

El uso de herramientas como parte de la terapia infantil es muy útil, ya que como se mencionó anteriormente, a través de ellas se puede apoyar a que los niños sean introducidos al tema de las emociones de una manera dinámica y divertida.

11.4 La Psicología del color

El color es una experiencia sensorial y subjetiva que adquiere significados según la psicología, vinculándose a funciones de adaptación y oposición. Los colores estimulantes generan respuestas activas y vivaces, mientras que los colores tranquilos provocan sensaciones pasivas y calmadas. Estos significados han sido estudiados en diversas culturas, afectando campos como la religión, la ciencia y la ética. El color no solo influye fisiológica y psicológicamente, sino que también genera emociones, puede estimular o deprimir, y está asociado con aspectos como el género, lo natural, lo artificial, y diferentes contextos sociales. (Disenny, s.f)

Cada color transmite una sensación lo cual hace que experimentemos una emoción. La importancia del color en nuestras vidas es indispensable, los colores son lo que nos hace estimular nuestra mente y nuestro estado de ánimo. Es importante saber lo favorecedor que

son al vestirlos, nos ayudan a mejorar nuestro estado físico y mental, se sabe que los colores son solo una percepción visual, pero en realidad psicológicamente influyen en nuestro día a día.

11.5 Beneficios de Productos Sensoriales Textiles

Los juguetes sensoriales fomentan el uso de los cinco sentidos de los niños. Los niños a través del juego exploran con sus sentidos fortaleciendo sus conexiones cerebrales y desarrollan habilidades como la observación, la clasificación, la resolución de problemas a su propio ritmo y la psicomotricidad fina al mismo tiempo amplían su vocabulario y aprenden a expresar sus ideas de manera más efectiva. (Equipo del Museo de la Infancia, 2020)

En una publicación del Gobierno de México (2021) se informa que los juguetes didácticos son herramientas divertidas diseñadas para que a través de ellas ayuden a los niños a aprender y desarrollarse mientras juegan. En edades tempranas son especialmente importantes porque los niños muestran mayor curiosidad por su entorno. No solo los entretienen, sino que también contribuyen a su crecimiento cognitivo, emocional y físico.

Es decir, los juguetes sensoriales y didácticos son herramientas fundamentales para el desarrollo integral de los niños. A través del juego, los niños exploran el mundo con sus cinco sentidos, fortaleciendo sus habilidades cognitivas y motoras. Estos juguetes, especialmente los textiles, fomentan la curiosidad, el aprendizaje y la expresión creativa, contribuyendo a un desarrollo saludable y completo.

La Procuraduría Federal del Consumidor (2021) para garantizar la seguridad y el desarrollo adecuado de los niños recomienda que los productos o juguetes deben ser sencillos de manipular y completamente seguros. Se recomienda que sean de gran tamaño, elaborados de materiales resistentes y carezcan de piezas pequeñas que puedan ser ingeridas.

Además, deben estar diseñados con colores llamativos y bordes redondeados para evitar cualquier tipo de lesión.

En otras palabras, al utilizar materiales como textiles suaves y texturizados, permitirá que los niños experimenten diversas sensaciones táctiles, lo que enriquece su aprendizaje y promueve la calma y seguridad. También es importante tomar en cuenta los materiales, composición y avíos que contenga el producto para evitar riesgo en la salud de los niños.

11.5.1 Textiles Recomendados para Niños

Algunos textiles recomendados para niños son el algodón, el dralón, la lana, o incluso el poliéster. El algodón es un material hipoalergénico, por lo que es el más recomendado para la ropa de bebés o recién nacidos, ya que la piel en dicha etapa es muy sensible y requiere cuidado especial. El uso de algodón es una forma segura de garantizar que los niños estén cómodos, especialmente si tienen problemas en la piel que se desencadenan por tintes pesados y químicos. (Baby fresh, s.f.)

El algodón es una gran opción para los niños pequeños por sus múltiples ventajas. Además, este material no solo proporciona comodidad y bienestar, sino que también conecta lo que los niños sienten al tocar diferentes texturas con sus emociones, ayudando a crear un ambiente más agradable y seguro para ellos.

Por otra parte, la tela dralón es una de las mejores telas sintéticas acrílicas, su calidad es tan buena al grado de ser considerada casi tan buena como la del algodón natural. A diferencia de otras telas sintéticas, ésta es hipoalergénico, así que es posible emplearla en ropa de bebé. Su amabilidad con la piel delicada y su resistencia hacen perfecta al dralón para bebés que están comenzando a caminar. (Anónimo., 2021)

La lana es otra de las telas más competentes en el mercado, su calidad general va a la par del algodón, sin embargo, destaca por ser superior en calidez, volviéndola perfecta para abrigos. (Anónimo., 2021)

Por último, el poliéster es el material más sobresaliente en cuanto a sintéticos. Con una resistencia bastante destacable entre otras telas, por lo mismo sus componentes suelen ser usados para mejorar otras telas. Este tipo de textil se recomienda en ropa infantil de 6 años en adelante ya que es cuando comienzan a explorar todo y necesitan durabilidad en la ropa. (Anónimo., 2021)

Es fundamental que estos productos sean elaborados con textiles amigables con la piel de los niños, ya que no solo les brindan comodidad, sino que también las diferentes texturas pueden jugar un papel clave en su desarrollo emocional.

11.6 Lotería Mexicana

En este proyecto, el cual está enfocado en desarrollar productos textiles para que los niños de 6 a 12 años gestionen de una mejor manera sus emociones, la lotería es una inspiración clave, sobre todo al hablar de la importancia del entorno en el que los niños crecen, especialmente en México. La forma en que las cartas de la lotería combinan imágenes y palabras, junto con sus colores llamativos, crea una base muy útil para conectar emocionalmente con los niños. Además, la practicidad de la baraja hace que los niños puedan identificar y entender fácilmente los conceptos que se presentan. Es una herramienta visualmente poderosa que les facilita el aprendizaje, y por eso encaja tan bien con lo que se quiere lograr con este proyecto.

La lotería forma parte de la cultura e identidad de los mexicanos. Además de ser un juego, se ha convertido en una herramienta educativa que ha transmitido valores, historia y

tradiciones a lo largo del tiempo. Es un juego aleatorio, que cuenta con una baraja de 54 cartas, cada una con una imagen distinta, cada una representa un objeto o personaje como la sirena, el catrín, el barril, la estrella y el nopal. Los jugadores buscan llenar un tablero. La primera persona que completa su tablero debe gritar "Lotería!" para finalizar la ronda del juego. La popularidad de la lotería ha disminuido con el tiempo, pero sigue siendo un símbolo de la cultura mexicana. La versión de Clemente Jacques es la más conocida, pero las tarjetas del juego se han adaptado a diversos temas y ocasiones. (Vargas S., 2021)

La lotería tradicional tiene sus raíces en la Italia del siglo XV, de donde se trasladó a España. Los españoles trajeron el juego a México en el Siglo XVIII, alrededor de 1769. Inicialmente jugada por la élite, la popularidad de La Lotería Mexicana aumentó en los siglos XIX y XX gracias a las ferias itinerantes. Estas ferias reunían a agricultores y familias, y algunos juegos de La Lotería se hicieron populares en los eventos. Los cantores recitaban su descripción o adivinanza respecto a la carta extraída de la baraja. Una vez que la multitud había identificado la carta, el juego continuaba. (Amigo Energy, 2024)

"Las imágenes de la lotería están conformadas por la iconografía de la cultura mexicana, podemos encontrar a la calavera que representa al día de muertos, la chalupa que es un transporte de Xochimilco, y el gallo que remite a las peleas. También se retratan personajes cotidianos de la sociedad mexicana como el valiente, el borracho, el soldado, el nopal y el corazón". (Martínez, C., 2023)

La lotería es una expresión visual de la cultura y tradiciones del país. Es muy interesante cómo la lotería logra capturar la esencia de México de una manera tan visual y simple, mezclando lo tradicional con lo actual.

Este proyecto tomará como inspiración la baraja de la lotería, ya que su practicidad, gráficos y colores llamativos brindan una base sólida para conectar emocionalmente con los niños.

Además, la forma en que la baraja de la lotería presenta una imagen acompañada de una palabra descriptiva de cada elemento es particularmente inspiradora para este proyecto, ya que es fácil para los niños de entender e interactuar. Las tarjetas se pueden adaptar al tema de las emociones, se puede concluir que es una forma interesante y divertida de combinar el juego con el aprendizaje emocional de niños en México.

11.7 Aparatos con Tecnología de Respiración Guiada

Un caso análogo es el Calming Breathing Coach, desarrollado por Sprout en colaboración con CVS Health, ambas empresas estadounidenses. Este dispositivo portátil está diseñado para reducir el estrés y mejorar el sueño. Basado en investigaciones sobre cómo el estrés elevado y los niveles altos de cortisol afectan el descanso, el dispositivo guía la respiración mediante suaves vibraciones, ayudando a reducir el ritmo cardíaco y los niveles de cortisol. El diseño es simple, fácil de usar, con una interfaz intuitiva y un tamaño compacto.

(Sprout.,s.f.).

En otras palabras, estos dispositivos guían al usuario mediante pequeñas vibraciones que indican cuándo inhalar y exhalar, creando una experiencia sensorial que facilita la práctica de la respiración profunda y relajada, combinando tecnología intuitiva con beneficios para el bienestar.

Las investigaciones sobre los efectos fisiológicos de la respiración lenta han descubierto efectos significativos en los sistemas respiratorio, cardiovascular, cardiorrespiratorio y nervioso autónomo.

Practicar la respiración consciente puede ayudar a lidiar con el estrés, la ansiedad y las emociones negativas, calmarse cuando el temperamento estalla y agudizar las habilidades de concentración. La atención plena permite distanciarse de los propios pensamientos y

sentimientos, lo que puede ayudar a tolerar y superar los sentimientos desagradables y no sentirse abrumados por ellos. (National Geographic, 2023)

Según Russo, M. A. et al. (2017) mencionan que una respiración lenta y controlada (con énfasis en la exhalación) tiene efectos positivos en la variabilidad de la frecuencia cardíaca y en la activación del sistema nervioso parasimpático, promoviendo un estado de calma en los niños y adultos.

Los tiempos de 6 segundos para la inhalación y 8 segundos para la exhalación ayuda a reducir la frecuencia cardíaca y mejora la concentración, ideal para niños, ya que les permite enfocarse en una respiración consciente, promoviendo una sensación de tranquilidad y control. Además, la duración moderada de las fases asegura que sea accesible y cómodo para ellos, sin generar incomodidad ni esfuerzo excesivo.

11.7.1 Motor de Vibración

Un motor de vibración es un dispositivo que genera vibraciones mecánicas. Normalmente, funciona a través de un motor eléctrico que tiene una masa desequilibrada en su eje, lo que causa las vibraciones. Existen diferentes tipos de motores vibradores, como los usados en teléfonos celulares, dispositivos de masaje, buscapersonas y smartphones. Es un pequeño mecanismo que convierte la energía eléctrica en vibración para diferentes aplicaciones, como para alertar o brindar sensaciones táctiles. (Leader, 2019)

Los motores de vibración se clasifican en varios tipos, cada uno con sus características específicas. Los motores de vibración de monedas son compactos y se instalan fácilmente, ideales para dispositivos pequeños, aunque su potencia de vibración suele ser menor. Por otro lado, los motores de vibración excéntricos son económicos y generan vibraciones más intensas, pero su tamaño puede ser un inconveniente en dispositivos compactos. Los

motores de vibración lineales, aunque son más costosos, ofrecen vibraciones precisas y complejas, lo que mejora la experiencia del usuario. La elección del tipo de motor dependerá de las necesidades específicas para la forma en que se use. (Leader, 2019)

Para un producto textil dirigido a niños que incluirá un dispositivo de vibración, de acuerdo a lo investigado se podría decir que el motor de vibración lineal sería la mejor opción, ya que este tipo de motor es compacto y se integra fácilmente sin agregar peso excesivo, lo que es crucial para la comodidad de los niños. Además, proporciona vibraciones precisas y controladas, lo que ayuda a guiar la respiración de manera efectiva. También, una ventaja significativa es la facilidad de instalación, ya que muchos modelos vienen con opciones de montaje adhesivo. Por lo tanto, el motor lineal parece ser el más viable para este proyecto, equilibrando comodidad y funcionalidad.

11.8 Terapia de Presión Profunda

Según Oliva, C. (s.f.), ejercer presión sobre el cuerpo tiene el mismo efecto calmante y reconfortante que un abrazo, provocando que el cerebro libere serotonina, la que se conoce como “la hormona de la felicidad”. Del mismo modo que los bebés al nacer se calman cuando se les envuelve con una manta, o el ganado se tranquiliza cuando está en grupos apretados en campo abierto.

La terapia de presión profunda o la entrada sensorial táctil firme pueden proporcionar una entrada propioceptiva a todo el cuerpo. La administración de presión profunda a través de un abrazo firme, un pañuelo, un chaleco con peso o una manta podría tener un efecto calmante, reduciendo potencialmente el estrés y la ansiedad en las personas principalmente autistas. (Loftus, Y., 2021)

Con la información anterior, se puede inferir que la presión en el cuerpo tiene un efecto calmante. Mencionan como a través de algo físico puede ayudar a manejar emociones, lo cual se puede aplicar en el ámbito textil teniendo un gran potencial para ayudar en temas de bienestar emocional.

Los chalecos sensoriales son prendas que ejercen presión por peso sobre el cuerpo; también son llamadas prendas ponderadas. Los chalecos sensoriales se usan para ayudar a calmar, tranquilizar y liberar el estrés gracias a la presión; están indicados para niños con problemas de nerviosismo, déficit del sueño, pequeños muy sensibles con tendencia a la sobreestimulación, etc. (Oliva, C. s.f.)

En otras palabras, los chalecos sensoriales son un ejemplo de terapia de presión profunda. Son una excelente herramienta para ayudar a los niños a gestionar el nerviosismo y la sobreestimulación, ya que el peso que ejerce sobre el cuerpo tiene un efecto tranquilizante.

Oliva, C. (s.f.) menciona que los chalecos sensoriales para niños van rellenos de pequeñas cuentas de vidrio, plástico o plomo, repartidas por toda la superficie de forma homogénea. En otros casos llevan bolsillos con peso o tienen muchas capas de tela, lo que hace que tengan un peso más elevado que otras prendas de ropa convencionales.

La diversidad de materiales que se pueden utilizar en los chalecos sensoriales permite adaptar el peso y la textura según las necesidades individuales de cada niño.

Esta variedad no solo hace que los chalecos sean más versátiles, sino que también contribuye a crear una solución sensorial personalizada para ayudar a los niños a relajarse y manejar mejor su estrés.

Los ataques de ansiedad, nerviosismo o enojo se controlan mejor cuando el niño se siente seguro y arropado. Al relajar los músculos y ejercer presión, se aumenta la actividad del

sistema parasimpático que reduce los latidos del corazón; así las emociones se podrán controlar mucho más fácilmente que de otro modo. (Oliva, C. s.f.)

Esto destaca la importancia de que los niños se sientan seguros para controlar sus emociones como la ansiedad y el enojo. Con el apoyo de esta herramienta, los niños pueden sentirse más calmados y ayudándolos a manejar mejor sus emociones.

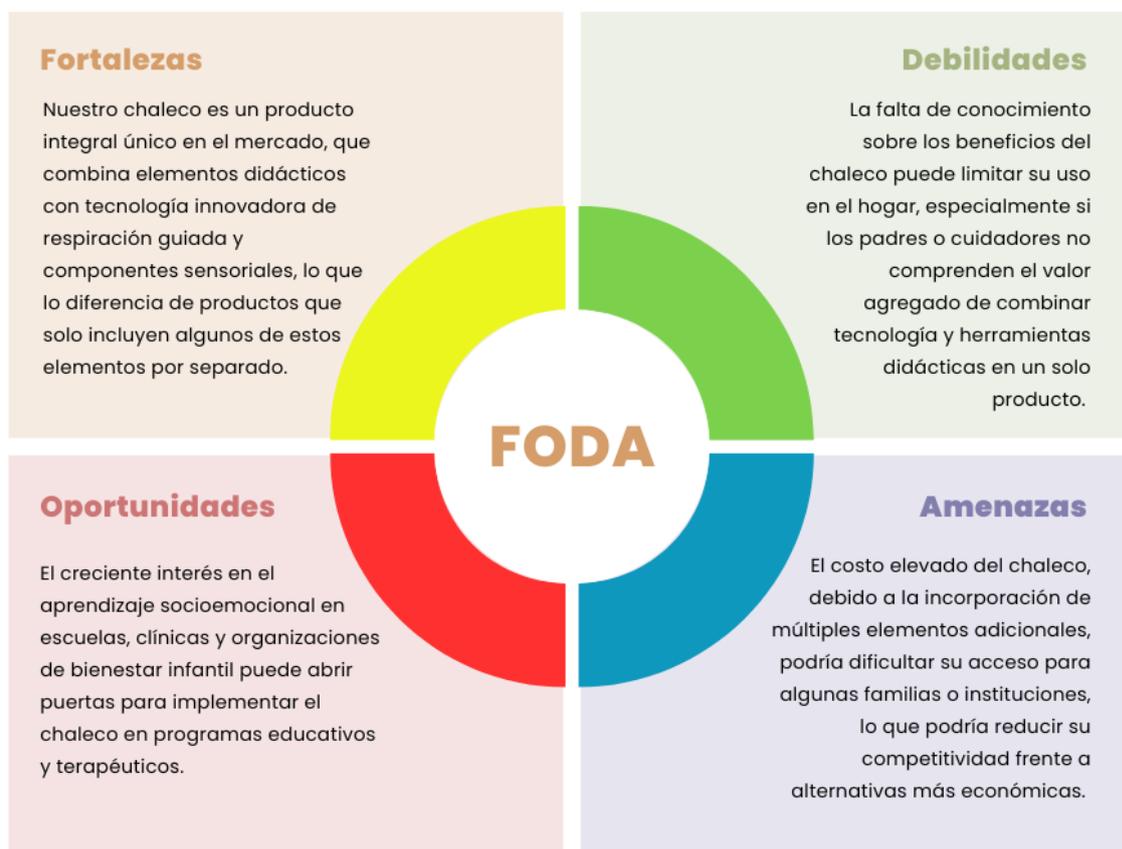
En cuanto al peso, es recomendable no superar el 10% del peso del pequeño, aunque también es una cuestión de comodidad y elección en cada caso. (Oliva, C. s.f.)

Con toda la información recabada dentro del marco conceptual, se creará una propuesta que integre los conceptos investigados y revisados previamente. Este proyecto busca unir la funcionalidad terapéutica de la presión profunda y la respiración guiada con el uso de materiales textiles adecuados, asegurando que cada diseño responda a las necesidades emocionales y físicas de los niños. La idea es desarrollar una herramienta sensorial que brinde bienestar emocional, ofreciendo una solución efectiva para disminuir el estrés y la ansiedad en los niños, mientras les ayuda a sentirse seguros y en control de sus emociones.

12. Análisis FODA

El análisis FODA es una herramienta sencilla pero efectiva para identificar fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas de un proyecto o negocio. Sirve para entender y reconocer áreas de mejora. (Raeburn, A. 2024)

Este análisis proporciona una visión completa del proyecto, destacando sus fortalezas, identificando áreas de mejora, explorando oportunidades de crecimiento y considerando los factores externos que podrían representar amenazas.



13. Proceso de Diseño

Después de realizar una profunda investigación sobre la falta de expresión emocional, estrés y ansiedad en niños de 6 a 12 años en México, se identificaron que estos problemas están altamente influenciados por el entorno en el que se desarrollan, la falta de educación emocional y los estigmas transmitidos de generación en generación. En respuesta a esto, se desarrollará una colección de productos textiles sensoriales que sirvan como herramientas de apoyo en la estimulación temprana, promoviendo una sana expresión emocional y contribuyendo al bienestar integral del niño.

13.1 Inspiración

Retomando del marco teórico los temas abordados se comienza el proceso de diseño, es aquí donde se mezclan ideas, conocimientos, inspiraciones y deseos para comenzar la creación de la colección.

Se realizaron cuatro moodboards distintos para obtener una inspiración más completa y enfocada. El primero, presenta el concepto en general del proyecto, integrando todas las ideas clave. El segundo explora las formas y la paleta de colores que guiará el diseño de productos y estampados, incorporando además la inspiración en la lotería mexicana. El tercero, se centra en las texturas y textiles que servirán como base para la colección. Finalmente, el cuarto moodboard está basado en la macrotendencia seleccionada de Fashion Snoops, la cual está alineada con el bienestar físico y mental.

A través de los moodboards, se plasmó la esencia de la colección, combinando elementos estéticos y sensoriales que reflejan el enfoque en la estimulación sensorial y emocional para el bienestar de los niños.

13.1.1 Moodboards

En esta sección se presentan los moodboards creados a partir de la inspiración en materiales, texturas, colores y formas. De esta manera se busca transmitir de manera clara las ideas y el concepto central del proyecto. A través de los moodboards, hemos plasmado la esencia de la colección, combinando elementos estéticos y sensoriales que reflejan el enfoque en la estimulación sensorial y emocional para el bienestar de los niños.

CONCEPTO GENERAL

Tranquilidad ● Seguridad ● Exploración emocional ● Bienestar ● Educación ● Sensitivo



El primer moodboard refleja el corazón de nuestro proyecto: los niños de 6 a 12 años. Los elementos visuales, como crayones y paletas de colores vibrantes, capturan la esencia alegre, colorida y enérgica de nuestra propuesta. Además, se incorporan diversas texturas que añaden profundidad y que exploraremos más a detalle más adelante.



FORMAS Y COLORES

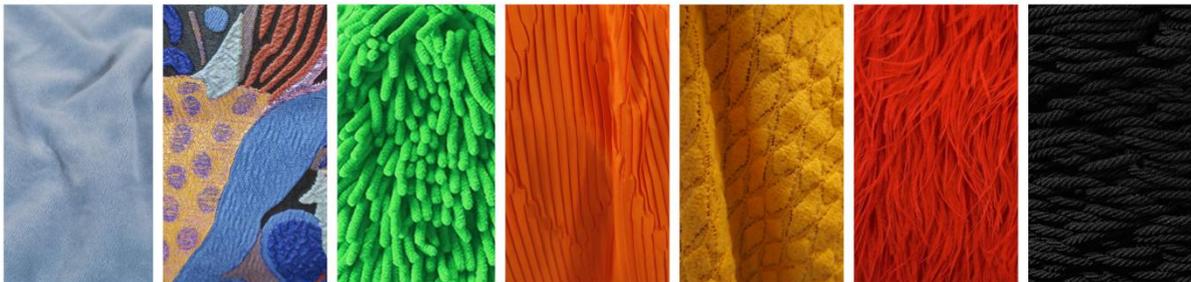


En el moodboard de formas y colores, se han incorporado elementos inspiradores para el proyecto, como las estrellas y la luna, que provienen de las figuras de las cartas de la lotería

mexicana, así como la estética característica de estas cartas. Se pueden apreciar tanto formas simples y estructuradas como otras más orgánicas y redondeadas. La paleta de colores incluye los colores primarios, junto con el naranja, negro y blanco, que son fundamentales en la psicología del color y representan diversas emociones.



MATERIALES Y TEXTURAS



En el moodboard de materiales y texturas se han integrado diversas texturas que serán fundamentales para el proyecto, ya que el tacto puede evocar una variedad de emociones. Texturas suaves, como el terciopelo, el peluche y el algodón, son especialmente efectivas para ayudar a calmar el estrés y la ansiedad.

SENSE CARE



La macro-tendencia de 2026, Sense Care de Fashion Snoops servirá como base de inspiración para el proyecto de productos textiles sensoriales. Esta tendencia refleja una nueva visión del bienestar, donde la integración de mente, cuerpo y alma permite diseñar soluciones más profundas y efectivas.

Los efectos de la pandemia han alterado la relación de los niños con sus sentidos, lo que hace crucial la creación de productos que aborden este desequilibrio. Sense Care ofrece el marco perfecto para desarrollar textiles que estimulen los sentidos y promuevan un bienestar emocional. Además, la creciente preocupación por la salud mental en jóvenes refuerza la importancia de diseñar prendas que, a través de la estimulación sensorial y la innovación, ayuden a los niños a gestionar el estrés, a reconectarse con sus emociones y a mejorar su calidad de vida. (Fashion Snoops, 2024)

Dentro de esta macro-tendencia se identifican tres micro-tendencias que sirven como inspiración para el desarrollo de la colección. La primera es Neuro estética, que explora la conexión entre diseño y neurociencia, y cómo las experiencias estéticas pueden influir

positivamente en la actividad neuronal. Al centrarse en esta microtendencia, se busca crear textiles sensoriales que no solo sean visualmente atractivos, sino que también estimulen el cerebro de manera que promuevan el bienestar emocional en los niños con problemas de ansiedad y expresión emocional.

La segunda micro-tendencia adoptada es Iluminación somática, la cual destaca la importancia de la consciencia corporal a través de la introspección, o la capacidad de sentir lo que sucede dentro del cuerpo. Esto es clave para los niños que aún no desarrollan completamente sus habilidades para reconocer y expresar emociones. Al integrar elementos de consciencia somática en los textiles, los productos están diseñados para ayudar a los niños a conectarse mejor con sus sensaciones físicas, facilitando así la gestión de emociones como el estrés y la ansiedad.

Por último, la inspiración también proviene de la microtendencia Hiper-físico, que resalta la importancia del mercadeo sensorial y las experiencias táctiles enriquecidas. En un contexto donde el contacto físico ha sido limitado, los productos de la colección están diseñados para que los niños puedan interactuar de manera física, amplificando sus sentidos y creando un espacio seguro y sensorial donde puedan expresar sus emociones sin miedo. De esta manera, el chaleco de la colección no solo se convierte en una herramienta terapéutica, sino en un santuario emocional para los niños.

13.2 Concepto

Desarrollar una colección de productos textiles sensoriales que sirvan como herramientas de apoyo en la estimulación temprana, promoviendo una sana expresión emocional, el manejo del estrés y la ansiedad y contribuyendo al bienestar integral de niños de 6 a 12 años en México.

13.2.1 Historia Conceptual

Elías es un niño de 8 años que enfrenta desafíos diarios que a veces no puede expresar con palabras. En la escuela, siente ansiedad cuando tiene que presentar su tarea frente a sus compañeros o también lo molestan por no tener muchos amigos. En casa no siempre logra comunicar lo que siente cuando está molesto, triste o frustrado. Sin embargo, a través de la colección de productos textiles sensoriales, Elías encuentra una forma de conectar con sus emociones. El chaleco con peso integrado, lo ayuda a relajarse sintiendo la presión ejercida como un abrazo; las tarjetas de los monstruos de las emociones le permiten identificar y expresar como se siente; y la tecnología de respiración guiada le brinda una vía segura para calmarse y liberar el estrés.

13.2.2 Concepto General

Las formas de los productos serán estructuradas, proporcionando un sentido de seguridad y orden. El chaleco estará diseñado para ajustarse cómodamente a través de las diferentes tallas según la edad, proporcionando estabilidad física, mientras que otros productos como peluches y cojines sensoriales tendrán formas suaves y amigables que inviten al niño a interactuar con ellos.

En la gama cromática predominan los colores primarios y tonalidades vivas, como el rojo, azul, amarillo, verde, blanco y negro para representar emociones clave. También detalles en colores neutros como el negro o blanco. Este contraste entre colores primarios y neutros busca generar un entorno visual llamativo permitiendo la identificación de las emociones, pero que a la vez transmita calma.

Esta colección se enfocará en ser atemporal, adaptándose a diferentes contextos educativos y terapéuticos. Utilizaremos tejidos que generen suavidad al tacto pero que a la

vez tengan una superficie impermeable, combinado con elementos innovadores como costales de peso con tejido de algodón que aporten una sensación de seguridad y transpirabilidad a través del algodón.

Se integrarán materiales texturizados que ofrezcan estimulación sensorial y dispositivos tecnológicos de respiración guiada, asegurando que cada pieza cumpla con su función emocional y física.

13.2.3 Identidad de Marca

Sensani es una marca comprometida con el bienestar emocional de los niños, inspirada en colores primarios vibrantes y formas cuidadosamente seleccionadas que evocan calma y serenidad. Cada diseño está creado con curvas y figuras naturales para transmitir ondas de tranquilidad, envolviendo a los niños en una experiencia visual y táctil que les invita a explorar sus emociones en un espacio seguro y alegre. Nuestra identidad visual, desde tipografías hasta patrones, ha sido seleccionada para proyectar una energía juguetona y cómoda



13.3 Solución

La colección BeReal de la marca Sensani está diseñada para niños de entre 6 y 12 años, con el objetivo de ofrecer productos cómodos, didácticos y fáciles de usar que apoyen su desarrollo emocional. Esta colección está compuesta por 12 productos textiles sensoriales, todos centrados en la comodidad, tranquilidad y seguridad emocional de los niños. El producto estrella es un chaleco sensorial con peso, que integra cartas de emociones inspiradas en la lotería mexicana como material didáctico, junto con una tecnología de respiración guiada para fomentar la calma. Además, la colección incluye peluches de peso sensorial, cada uno asociado a una emoción según su color, tapetes texturizados, collarines con tecnología de respiración guiada, y otros productos que se describirán a detalle posteriormente.

La colección BeReal toma como inspiración la macro tendencia de Sense Care, enfocándose en el bienestar emocional. Las tarjetas de las emociones usan como inspiración la estética de las tarjetas de la lotería mexicana, ya que permiten a los niños reconocer y expresar sus emociones de manera divertida. Los colores primarios, elegidos según la psicología del color, desempeñan un papel clave al facilitar la conexión emocional, permitiendo a los niños identificar cada emoción con más claridad.

Esta colección ofrece un valor agregado significativo, ya que en el mercado actual las herramientas sensoriales suelen encontrarse por separado. El chaleco sensorial de BeReal las integra todas en un solo producto, ofreciendo una solución integral que combina peso sensorial, texturas, monstruos de las emociones y tecnología de respiración en una única pieza.

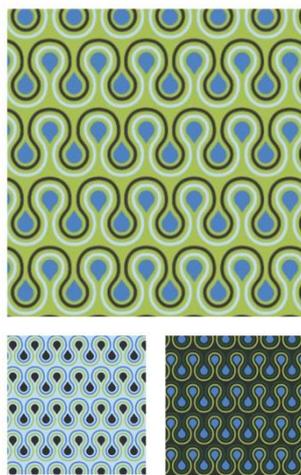
La colección busca fomentar la educación emocional desde una perspectiva textil. A través del uso de la psicología del color, el peso y las texturas, se les brinda a los niños las

herramientas para identificar, expresar y regular sus emociones. Además, al incluir tecnología de respiración guiada, los productos de Sensani ayudan a reducir la ansiedad y el estrés, proporcionando un recurso que apoya la salud mental de los niños, creando un entorno seguro y emocionalmente positivo.

13.4 Descripción

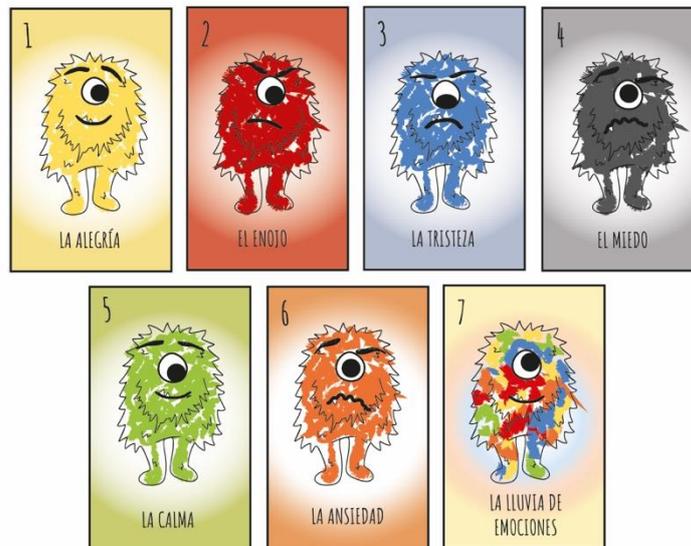
La colección BeReal de Sensani está diseñada específicamente para abordar las necesidades emocionales de niños de 6 a 12 años que enfrentan desafíos en la expresión emocional, el estrés y la ansiedad. Con un enfoque en la estimulación sensorial, esta colección presenta 12 productos textiles únicos que combinan funcionalidad y confort. Cada artículo ha sido cuidadosamente diseñado para ofrecer apoyo emocional, fomentar la regulación de las emociones y proporcionar una herramienta para que los niños puedan explorar y expresar sus sentimientos. A continuación, presentamos una descripción detallada de cada producto, destacando sus características y beneficios.

1. **Chaleco Integral:** Es una prenda innovadora diseñada para ayudar en la expresión y regulación emocional de los niños, contribuyendo al manejo del estrés y la ansiedad. Fabricado con una combinación de telas, de poliéster con elastano, para la comodidad y practicidad ya que es un producto dirigido a niños. Este producto incluye velcro y correa ajustable con broches para un uso seguro, fácil y cómodo. Su peso sensorial está diseñado para proporcionar una sensación de calma, mientras que el motor de respiración guiada ofrece apoyo adicional en momentos de tensión. Disponibles en una atractiva paleta de colores con diversos estampados, el chaleco se ofrece en tres tallas, adaptándose a diferentes grupos de edad para maximizar su efectividad y comodidad.

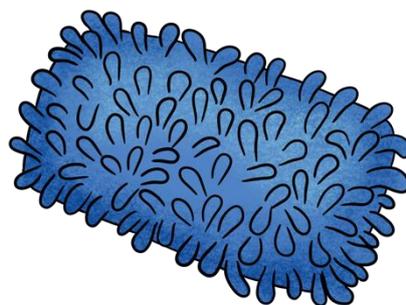


2. **Tarjetas de las Emociones:** Inspiradas en las clásicas tarjetas de la lotería mexicana, estas tarjetas didácticas están diseñadas para ayudar a los niños a identificar y expresar sus emociones de manera visual y tangible. Confeccionadas en tela 100% poliéster sublimado para garantizar durabilidad y suavidad al tacto, cada tarjeta incluye imanes para facilitar su manipulación y uso interactivo en el chaleco integral o cualquier superficie compatible. Las tarjetas presentan una paleta de colores vibrantes, para representar distintas emociones según la psicología del color, el rojo representa enojo, el amarillo la felicidad, el azul representa la tristeza, el negro sería el miedo, verde con el asco, naranja con la ansiedad y morado con la

pena. Con un tamaño de 10 cm por 8 cm, estas tarjetas son una herramienta divertida y educativa para fomentar la expresión emocional en los niños.



3. **Costales Texturizados:** Estos costales sensoriales están diseñados para calmar la ansiedad y ayudar a los niños a manejar la hiperactividad mediante la estimulación táctil. Confeccionados en tela tap (microfibra suave y resistente), los costales están rellenos arroz, lo que proporciona una experiencia táctil relajante. Disponibles en colores (verde, rojo, amarillo, naranja y azul). Con un tamaño compacto de 10 cm por 6 cm, son fáciles de manipular y transportar, ofreciendo una herramienta práctica para el manejo del estrés en cualquier momento.



4. **Collarín con Respiración Guiada:** Este collarín portátil está diseñado para ayudar a los niños a reducir el estrés y la ansiedad de manera cómoda y efectiva, gracias a su

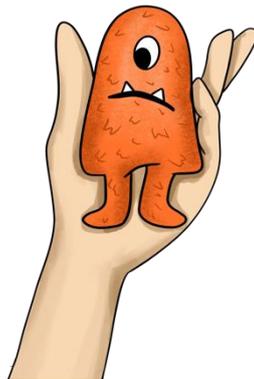
combinación de peso y tecnología de respiración guiada. Fabricado con tela de algodón suave para una sensación agradable sobre la piel, el collarín contiene un relleno de arroz que proporciona una presión sensorial sobre el cuello y pecho, ofreciendo calma y bienestar. Equipado con un pequeño motor de respiración guiada, este producto acompaña al niño en momentos de tensión, guiando su respiración para poder relajarse. Disponible en tonos neutros o colores de la paleta, el collarín es una solución ideal para la regulación emocional en momentos de movimiento.



5. **Peluche de Peso:** Este juguete sensorial está diseñado para brindar apoyo emocional a los niños mediante el uso de texturas suaves y un peso calmante. Confeccionado en tela de peluche, su interior está relleno de arroz, proporcionando una sensación reconfortante y relajante. La cara del peluche está bordada para evitar que los niños puedan arrancar los elementos de la cara y llevarlos a la boca. Disponible en colores primarios, cada tono está vinculado a una emoción específica. (rojo con el enojo, amarillo con la felicidad, azul con la tristeza, negro con el miedo, verde con el asco, naranja con la ansiedad y morado con la pena). Con un tamaño de 30 cm por 18 cm, el peluche es lo suficientemente grande para abrazarlo, ofreciendo una sensación de seguridad y calma durante momentos de ansiedad o estrés.

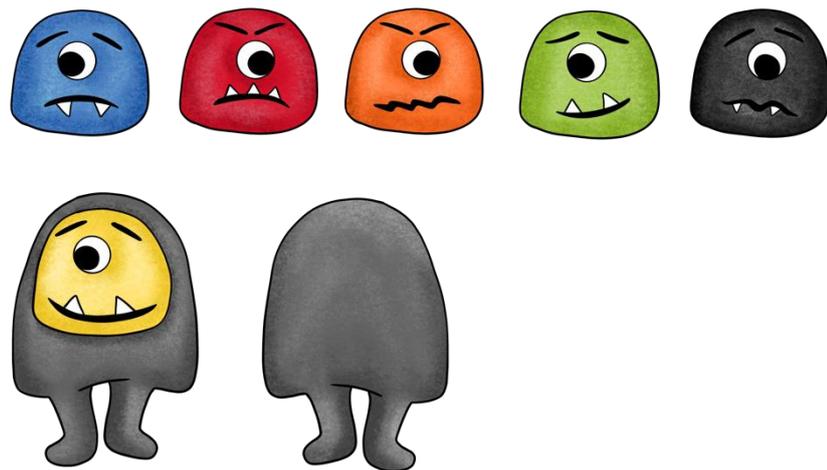


6. **Costalito de Monstruo con Respiración Guiada:** Este juguete sensorial portátil está diseñado para ayudar a los niños a calmarse y regular sus emociones de manera fácil y práctica estando en cualquier sitio. Hecho de tela peluche suave por el exterior, su textura es relajante al tacto. En su interior contiene un motor de respiración guiada el cual ofrece apoyo adicional en momentos de tensión, que acompaña a los niños en momentos de estrés, ayudándolos a estabilizar su respiración y alcanzar un estado de calma. Con un diseño bordado que representa a un "monstruo de la emoción", este costalito está disponible en colores primarios, cada uno asociado a su emoción específica. Su tamaño compacto de 8 cm por 6 cm lo hace ideal para llevarlo a todas partes, ofreciendo una herramienta efectiva para el manejo emocional en cualquier situación.



7. **Peluche cambia cara:** Este juguete sensorial y didáctico está diseñado para ayudar a los niños a identificar y expresar sus emociones de una manera divertida e

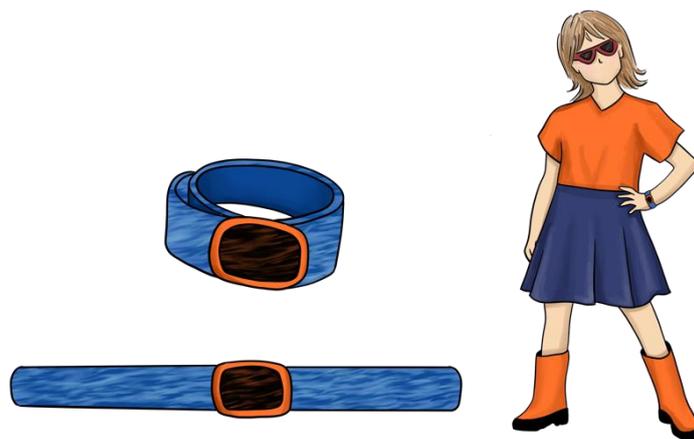
interactiva, convirtiéndose en un compañero emocional que promueve el aprendizaje y la regulación emocional. Confeccionado en tela peluche, incorpora velcro en la cara, lo que permite cambiar las expresiones faciales fácilmente para representar diferentes emociones. Su interior relleno de arroz proporciona un peso reconfortante, ofreciendo una doble función sensorial. Disponible en colores primarios que representan distintas emociones, este juguete permite a los niños explorar sus sentimientos de forma divertida. Con un tamaño de 30 cm por 18 cm.



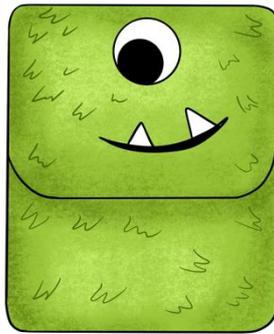
8. **Peluche Gigante:** Este juguete está diseñado para brindar confort y apoyo emocional a los niños a través de su tamaño y suavidad. Confeccionado en tela de peluche y relleno de algodón, este peluche ofrece una sensación de calidez y seguridad ideal para abrazar. Disponible en colores primarios, cada uno relacionado con una emoción específica, el peluche gigante se convierte en un compañero perfecto para momentos de relajación y consuelo. Con un tamaño de 1 metro por 40 cm, este peluche invita a los niños a interactuar con él.



9. **Pulsera con Respiración Guiada:** Esta herramienta portátil está diseñada para ayudar a los niños a calmarse y regular sus emociones de manera fácil y práctica estando en cualquier sitio. Banda envolvente con el golpe, con exterior de tela peluche o tap con motor de respiración guiada. Al ser de una tela suave proporciona una textura relajante al tacto. El motor de respiración guiada acompaña a los niños en momentos de estrés, ayudándolos a estabilizar su respiración y alcanzar un estado de calma. Su tamaño de 20 cm por 3 cm lo hace ideal para llevarlo a todas partes, ofreciendo una herramienta efectiva para el manejo emocional en cualquier situación.



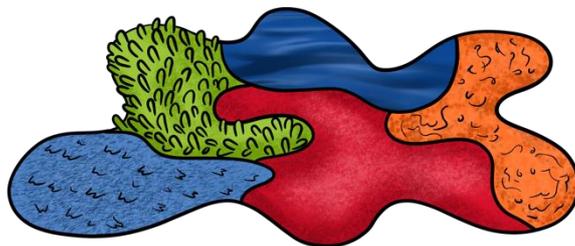
10. **Funda de iPad:** Este protector sensorial está diseñado no solo para resguardar el iPad, sino también para ofrecer una experiencia calmante al tacto. Confeccionada en tela tap o de terciopelo, la funda proporciona una sensación suave y reconfortante que ayuda a los niños a regular sus emociones mientras interactúan con su dispositivo. Equipada con un cierre seguro y resistente, garantiza que el iPad esté bien protegido. Disponible en colores primarios. Con un tamaño de 35 cm por 25 cm.



11. **Mochila:** Esta mochila personal está diseñada para guardar y transportar objetos. Confeccionada en tela diablo, es duradera y ligera, perfecta para el uso diario de los niños. Equipadas con correas ajustables adaptándose a diferentes tamaños y preferencias. Su atractivo estampado de la colección añade un toque divertido y único, haciendo que cada niño se sienta especial al usarla. Con un tamaño de 30 cm por 25 cm, la mochila es lo suficientemente espaciosa para llevar útiles escolares, juguetes o cualquier objeto personal.



12. Tapete texturizado: Esta herramienta sensorial para el hogar está diseñada para ofrecer una experiencia táctil y reguladora de emociones a través del uso de diversas texturas. Confeccionado con una variedad de materiales, como tela peluche, microfibra y terciopelo, el tapete presenta divisiones que permiten a los niños explorar diferentes sensaciones al caminar sobre él. Su función principal es ayudar a regular las emociones a través del contacto con las texturas, promoviendo la calma y el bienestar. Disponibles en colores primarios como el azul, amarillo, verde y rojo. Con un tamaño de 60 cm por 40 cm, este tapete es ideal para colocar en cualquier espacio de la casa.



13.5 Materiales

Los materiales son la parte más importante para la creación de un producto, con ayuda de estos materiales se crea y confecciona la idea del proyecto a escala real y física. Para ello se necesitan distintos materiales para su elaboración, a continuación, se mencionarán cada uno de los materiales que se utilizarán para la creación de cada producto de esta colección. Los textiles y materiales que encontramos importantes para aplicar en nuestro proyecto debido a la investigación antes mencionada en el marco teórico, y las entrevistas a expertos textiles forman parte de los materiales principales en cada producto. Dado que se trata de un producto textil, el 80% de cada artículo está compuesto por materiales textiles, mientras que el 20% restante incluye avíos y materiales adicionales, como arroz, imanes, motor de respiración y correas de mochila.

Chaleco y Tarjetas de las Emociones



Tela: Diablo

Tipo de tejido: Plano

Composición: 92% poliéster, 8% elastano

Descripción: Este textil presenta una superficie exterior repelente y un interior afelpado, brindando confort y funcionalidad. Combinando poliéster y elastano.

Justificación: Este textil es repelente por el exterior y afelpado por dentro, tiene un 8% de elastano lo cual permite usarse para muchos tipos de chamarras ya sea para artículos de moda hasta para realizar prendas térmicas repelentes y resistentes para el aire libre y uso continuo. (Olé, s/f)

Este textil es ideal para la elaboración del chaleco porque es resistente, repelente y proporciona una experiencia cómoda y cálida al usuario.

Atributos:

- Repelente al agua
- Textura suave y afelpada
- Alta durabilidad
- Elasticidad que permite libertad de movimiento

Ventajas: Las ventajas de esta tela debido a su composición son la facilidad para estampar, la resistencia a humedades, el fácil lavado, no se deforma fácilmente y mayor durabilidad.

(Waixo, 2021)

Desventajas: Esta tela al estar compuesta de poliéster y elastano proviene del petróleo por lo que tiene mayor impacto medioambiental que otros tipos de fibra. (Waixo, 2021)

Aplicación: Estructura del chaleco, proporcionando resistencia y comodidad.

Costales de Peso



Introducidos en el chaleco para generar el peso sensorial

Textil: French Terry

Tipo de tejido: Punto

Composición: 100% Algodón

Descripción: Tiene la peculiaridad de tener los tejidos un poco más anchos brindando más comodidad y calentura por ser una tela más gruesa pero también por ser una tela más hermética. (InBloom,.s.f.)

Justificación: Al ser algodón, es un textil suave e hipoalergénico ideal para niños, al ser un chaleco que va encima de la ropa, se necesita una tela que no guarde mucho calor, y que tenga una textura suave, pues la piel de los niños puede llegar a ser delicada. Además, puede ser ecológica, si proviene de algodón orgánico. (Anónimo. 2022)

Este textil es ideal para la elaboración de los costales de peso porque es transpirable, liviano y proporciona una sensación de comodidad al contacto con la piel, lo que es esencial para los niños durante su uso.

Atributos:

- Ligera

- Suave
- Hipoalergénica
- Transpirable
- Elasticidad

Ventajas: Es suave, cómoda, ligera y absorbente. Es ideal para ropa casual como sudaderas y joggers, ya que es transpirable y tiene un poco de elasticidad. Su versatilidad la convierte en una opción perfecta para todo el año, adaptándose tanto a climas fríos como cálidos. Es especialmente buena para prendas que buscan brindar comodidad y flexibilidad, lo que puede ser muy útil en productos dirigidos a niños. (Anónimo, 2024)

Desventajas: La tela de algodón tiene algunas desventajas: se arruga fácilmente y es difícil de suavizar, puede encoger entre un 4% y un 10% y es complicado recuperar su tamaño original. Además, no resiste bien los ácidos, como el vinagre, y si no se limpia a tiempo, puede sufrir daños irreversibles. (Chan, J. 2022)

Aplicación: Creación de los costales rellenos de arroz para generar la sensación de presión profunda, proporcionando apoyo emocional y ayudando en la regulación de las emociones de los niños.

Peluches Monstruo



Tela: Polar

Tipo de tejido: Punto

Composición: 100% poliéster

Descripción: La tela de microfibra de poliéster está compuesta por fibras sintéticas extremadamente finas. Este material es ligero y de secado rápido, lo que lo hace ideal para actividades dinámicas. (Waixo, 2021)

Justificación: Funciona perfecto para un peluche, ya que es un textil muy suave y resistente. Si se moja no retiene agua, y está disponible en muchos colores.

Atributos:

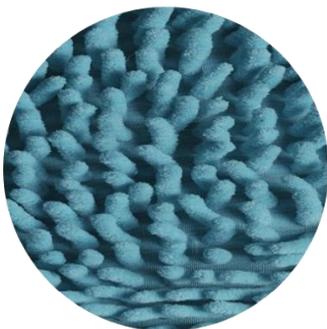
- Suave al tacto
- Ligero

Ventajas: Son cómodas y suaves, tienen la capacidad de aislar al cuerpo de las bajas temperaturas. Aunque proporciona calor, no pesa demasiado. Es un buen sustituto para las personas que tienen alergia a la lana. Una gran ventaja es que es un material hidrófobo, el cual retiene menos del 1% de su peso en agua cuando está completamente mojado, y simultáneamente permite la respiración. Debido a esto, el vapor de agua de la transpiración pasa a través y poco queda retenido en la tela. (Uniforma, s.f.)

Desventajas: Es un textil inflamable, está hecho de petróleo, el cual es un recurso natural no renovable, tiende a generar cargas de estática muy altas, esto lo hace un imán para pelos de mascotas y polvo, y en algunos casos se rasga fácilmente. (Uniforma, s.f.)

Aplicación: Peluches de monstruos de las emociones.

Costales Sensoriales



Tela: Tap

Tipo de acabado: Chenil

Tipo de tejido: Plano

Composición: Microfibra 100% poliéster

Descripción: La tela de microfibra de poliéster está compuesta por fibras sintéticas extremadamente finas. Este material es ligero y de secado rápido, lo que lo hace ideal para actividades dinámicas. (Waixo, 2021)

Justificación: Este material permite mantener la higiene y facilitar el cuidado, la microfibra también es fácil de lavar y resistente al desgaste, por lo que asegura que los costales mantengan sus propiedades a lo largo del tiempo y sean resistentes al uso continuo. Este material al ser suave y amigable al tacto de la piel hará que los niños se relajen y exploren la textura. (GuiadeTelas, 2023)

Atributos:

- Suave al tacto
- Resistente al desgaste
- Durabilidad

Ventajas: El poliéster es un material que ofrece varias ventajas, como su resistencia a la deformación, a las arrugas y su livianeza. Además, es económico y fácil de lavar, ya que soporta bien el lavado y secado sin encogerse. También se seca rápidamente, el poliéster es un tejido versátil y práctico, con características que favorecen su uso en diversas prendas. (GuiadeTelas, 2019)

Desventajas: El poliéster puede ser caluroso y carece de ventilación. No es impermeable, aunque es medianamente resistente al agua. Además, genera electricidad estática y puede causar irritaciones en la piel debido a sus componentes sintéticos. (GuiadeTelas, 2019)

Aplicación: Creación de costales texturizados por el exterior para crear costalitos sensoriales.

Relleno Costal: Arroz

Motor de Respiración Guiada



Introducido en la parte superior del chaleco para generar las vibraciones

Tipo de Motor: Moneda

Descripción: El motor de vibración lineal ya que es compacto y se integra fácilmente sin agregar peso excesivo, lo que es crucial para la comodidad de los niños. Un motor de moneda es un dispositivo que usa electricidad de una batería o fuente externa.

El motor suele estar montado de forma que la cara del motor sea paralela a la piel del usuario, lo que hace que estos dispositivos sean ideales, ya que la energía de vibración se dirigirá hacia la piel del usuario. (DigiKey, 2019)

Justificación: Para un producto textil dirigido a niños que incluirá un dispositivo de vibración, de acuerdo con lo investigado se podría decir que el motor de vibración lineal sería la mejor opción, ya que es compacto y se integra fácilmente.

Atributos:

- Bajo consumo de energía
- Alta fiabilidad
- Ligero
- Tamaño ideal para una prenda de vestir
- Reducción de ruido

Ventajas: Son compactos y se instalan fácilmente. Se integra sin agregar peso excesivo.

Cuentan con una vida útil excepcionalmente larga en comparación con los motores vibradores ERM. (DigiKey, 2019)

Desventajas: Si el voltaje de arranque es demasiado bajo puede que el motor no arranque o arranque lentamente, lo que provocará una vibración baja. Esto puede provocar que el dispositivo no funcione correctamente y puede generar insatisfacción en el usuario. (Leader, 2019)

Aplicación: Para generar las vibraciones adecuadas brindando la herramienta de respiración guiada integrada en el chaleco.

Correa con Hebilla



Textil: Nylon

Hebilla de liberación rápida: Plástico

Composición: 100% nylon

Justificación: Las correas ajustables con hebillas de liberación rápida te permiten ajustar la longitud de la correa fácilmente. Son fáciles de manejar, ideales para productos dirigidos a niños por su comodidad de abrochar y desabrochar.

Atributos:

- Fácil manejo
- Resistente
- Duradero

Ventajas: Las correas de nailon son resistentes al agua y no se estiran fácilmente. La correa de nailon también tiene la función de ser resistente, rígido y duradero, lo que lo hace

ser un material ideal para aplicaciones que requieren una alta resistencia. (Mecyplastec, 2023)

Desventajas: Tendencia a acumular electricidad estática y su baja resistencia a la luz solar y los rayos UV. (Mecyplastec, 2023)

Aplicación: Parte lateral del chaleco para ajuste de la prenda

Velcro



Textil: Nylon

Tipo de Tejido: Plano

Composición: 100% nylon

Justificación: Funciona con un sistema de cierre gancho-bucle (hook-loop), formado por dos elementos: dos tiras de un tejido o soporte recto, unidos a las superficies opuestas a las que deben juntarse. Es perfecto para adherirse a otras telas de forma temporal durante el tiempo que se mantengan presionados. Cuando se separan, tirando de las dos superficies en dirección opuesta, las tiras de velcro se separan haciendo ese característico ruido del roce entre dos telas. (Servei, s.f.)

Atributos:

- Fácil manejo
- Resistente
- Duradero

Ventajas: Es ajustable de las tiras prácticamente al milímetro, ofreciendo el nivel justo de agarre, así como su extrema facilidad de manejo, con un solo movimiento y sin ningún esfuerzo. Puede ser lavada y secada, es flexible, es resistente al calor, frío, químicos ácidos y alcalinos. (Sara, 2015)

Desventajas: Tiende a acumularse polvo y pelo al cabo de unos meses de uso regular, la ropa se puede dañar cuando se intenta quitar el velcro, no es muy cómodo para el uso infantil, pues su textura es rasposa. (Sara, 2015)

Aplicación: Parte lateral del chaleco, en las aberturas para meter los costales.

Pellón



Textil: Pellón Adherible

Tipo de Tejido: Plano

Composición: 60% poliéster, 40% rayón.

Justificación: El uso de tela pellón como entre tela brinda firmeza a las tarjetas al coserlas, asegurando que mantengan su estructura y durabilidad. Es ideal para aplicaciones donde se necesita una base rígida, especialmente en productos destinados a niños, pues permite un fácil manejo y resistencia.

Atributos:

- Fácil manejo
- Resistente
- Duradero

Ventajas: La tela pellón aporta rigidez, lo cual facilita la costura y garantiza que el producto final tenga un acabado firme y estable. Además, su estructura permite mantener la forma de las tarjetas y otros materiales de manera consistente, ideal para proyectos que requieran durabilidad y soporte.

Desventajas: Puede acumular algo de electricidad estática y no es completamente resistente a la exposición prolongada a la luz solar o los rayos UV, lo cual podría afectar su firmeza con el tiempo en exteriores.

Aplicación: Entretela para las tarjetas de las emociones.

Imanes de Costura



Objeto: Imanes de costura

Composición: Metal y PVC

Justificación: Facilitar la colocación de las tarjetas de tela de manera rápida y segura. Este sistema permite que los niños adhieran las tarjetas sin esfuerzo, promoviendo su autonomía, y reduce los riesgos asociados a piezas pequeñas como botones o clips.

Además, los imanes son duraderos, cómodos y ligeros.

Atributos:

- Fácil uso
- Seguro
- Duradero

Ventajas: Los imanes de costura son fáciles de usar, lo que facilita a las personas de todas las edades y habilidades abrocharse y desabrocharse la ropa sin problemas. Están

diseñados para resistir el uso regular, el lavado y el desgaste, lo que garantiza una solución de sujeción confiable y duradera. (Jin, J., s.f.)

Desventajas: Sensibilidad a las condiciones ambientales, interferencia electromagnética e imposibilidad de producir energía magnética. (Jin, J., s.f.)

Aplicación: Tarjetas de las emociones.

Relleno de fibra de poliéster



Material: Relleno

Composición: 100% poliéster

Justificación: Esta fibra se produce mediante la fusión de fibras de poliéster cortas y suaves que se hinchan y se agrupan en grupos de fibras huecas y esponjosas, que le dan su característica suavidad y confort. Es un material de fácil mantenimiento, ya que se puede lavar y secar a máquina sin afectar su suavidad ni su forma. Además, su capacidad de moldearse con facilidad permite adaptarlo a diferentes formas y tamaños, haciéndolo perfecto para diversas aplicaciones. (Meriggi, 2023)

Atributos:

- Hipoalergénico
- Fácil mantenimiento
- Ligero
- Durabilidad

Ventajas: La ventaja de este material es que destaca por ser hipoalergénico y resistente a los ácaros del polvo, convirtiéndolo en una excelente opción para personas con alergias o

problemas respiratorios. Además, ofrece gran durabilidad, no pierde su forma ni suavidad con el tiempo, y es resistente al aplastamiento y al desgaste. (Meriggi, 2023)

Desventajas: Puede retener el calor y la humedad y tiende a generar electricidad estática, lo que puede ser incómodo en ciertos casos.

Aplicación: Relleno de monstruo guía.

Impresión 3D



Objeto: Filamento PLA

Composición: Nylon

Justificación: Utilizar impresión 3D para diseñar una base que permita integrar el motor de vibración y sus componentes de manera estética y funcional, asegurando una presentación profesional y ordenada del dispositivo.

Atributos:

- Fácil uso
- Seguro
- Estético

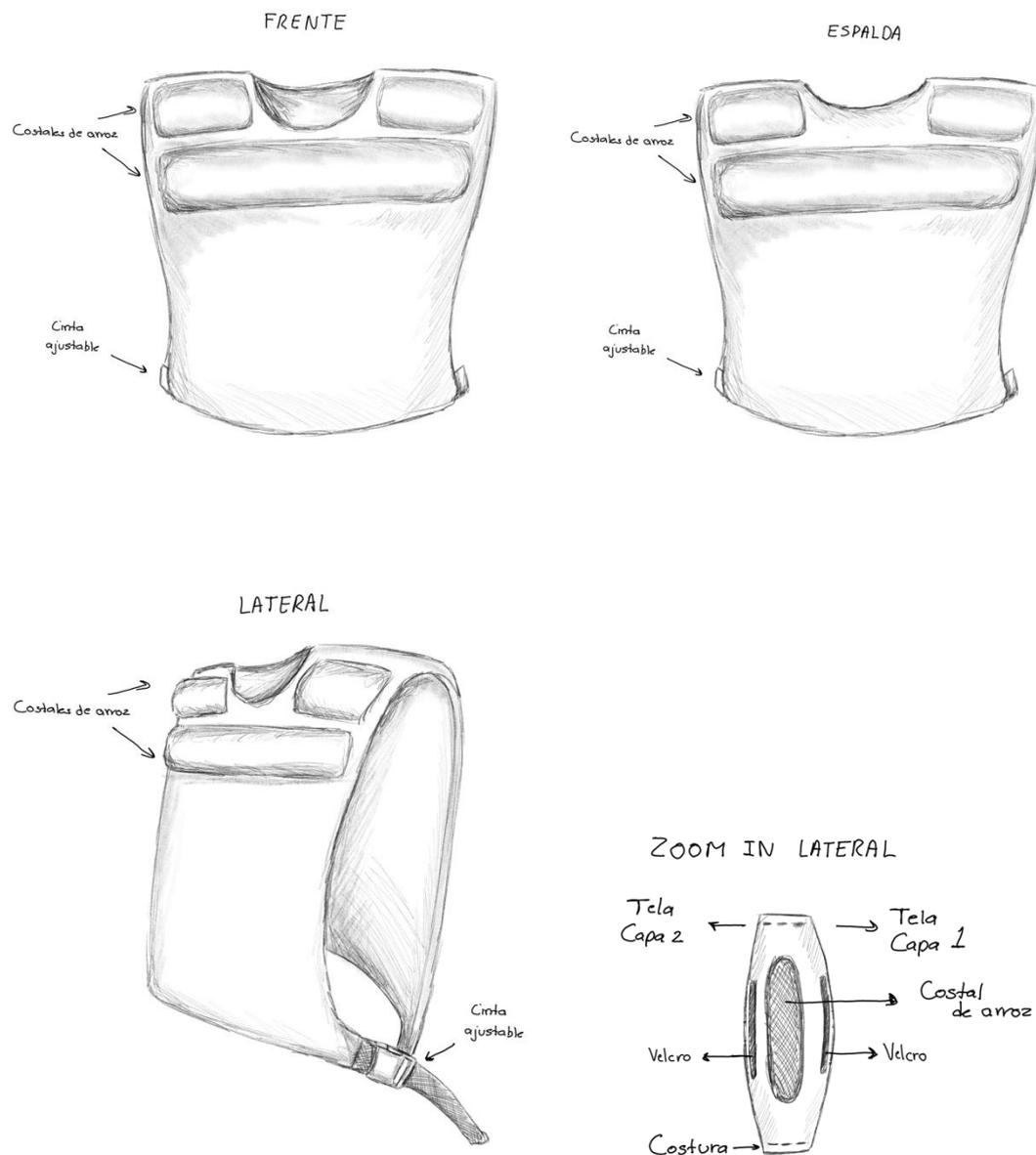
Ventajas: Se puede utilizar en impresoras 3D de sobremesa, es fácil de imprimir con bajas temperaturas y funciona con casi todos los tipos de adhesivos, incluyendo el cianoacrilato y los adhesivos plásticos especiales. El PLA también es bastante fácil de pintar. (Anónimo, 2022)

Desventajas: Puede ser sensible al calor, quebradizo, e inflexible en comparación con otros filamentos. (Anónimo, 2022)

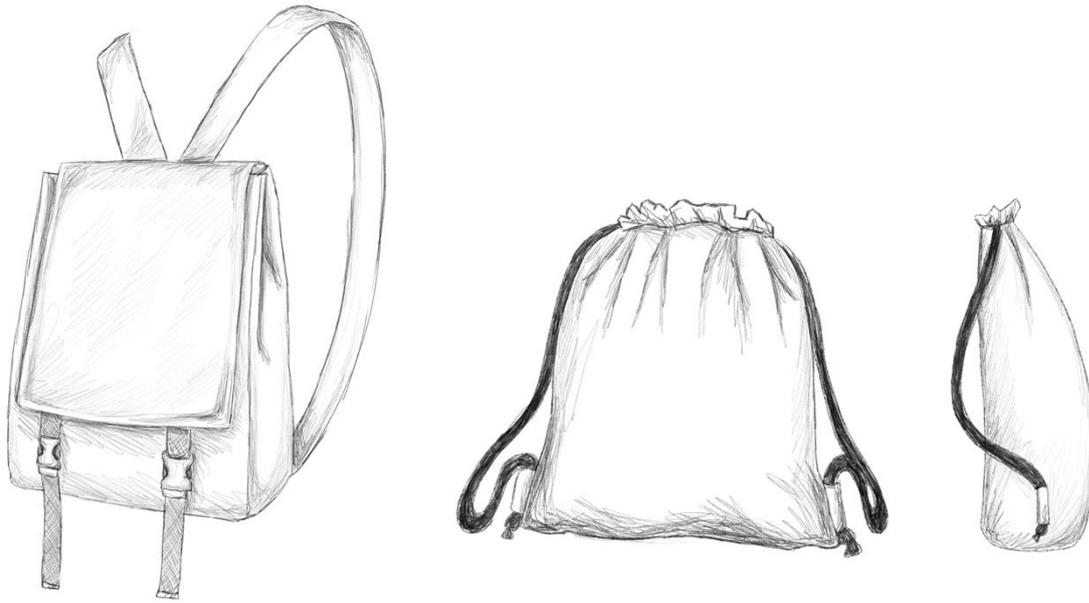
Aplicación: Tarjetas de las emociones.

13.6 Bocetaje

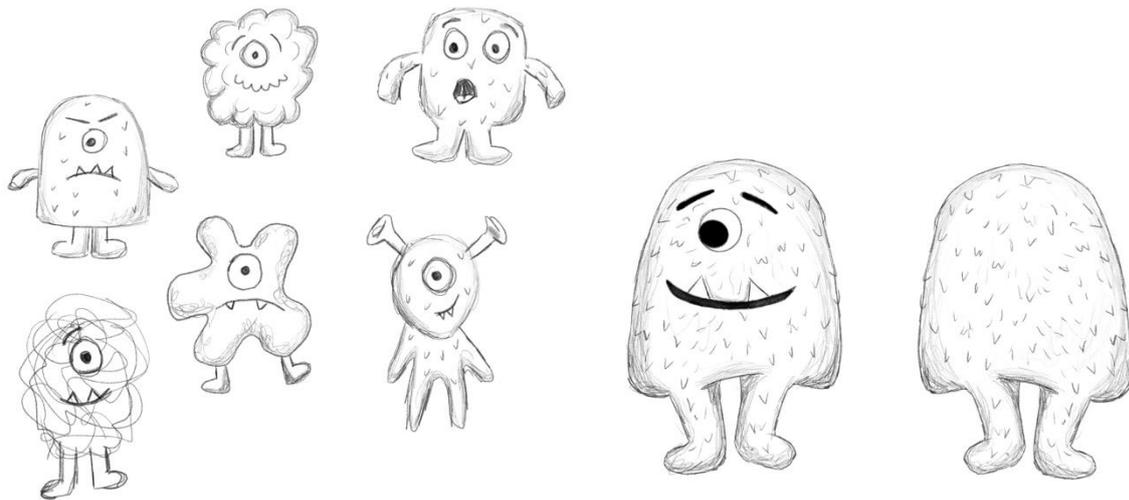
Chaleco



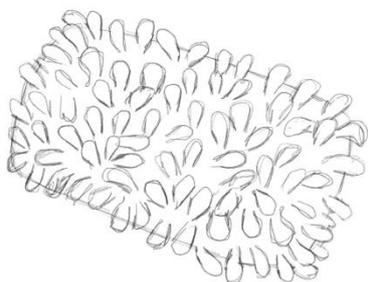
Mochila (2 opciones)



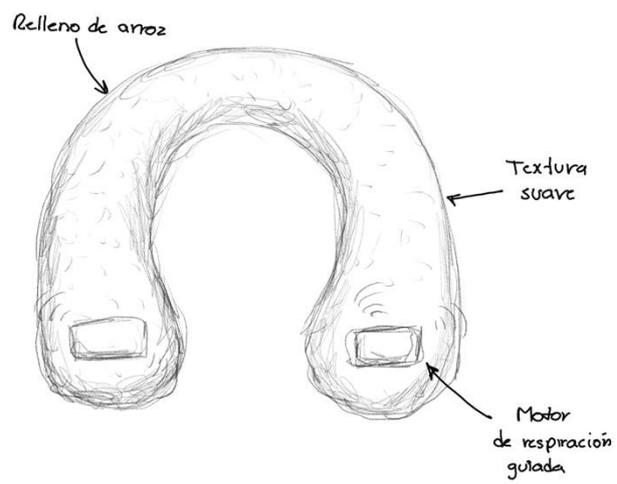
Peluche de peso



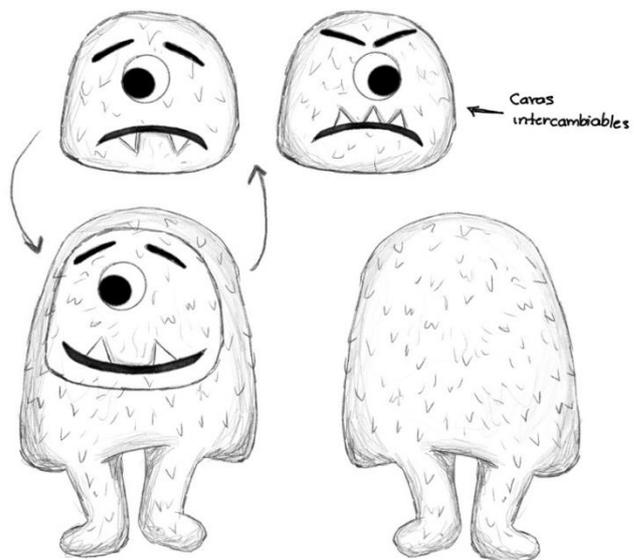
Costalito texturizado



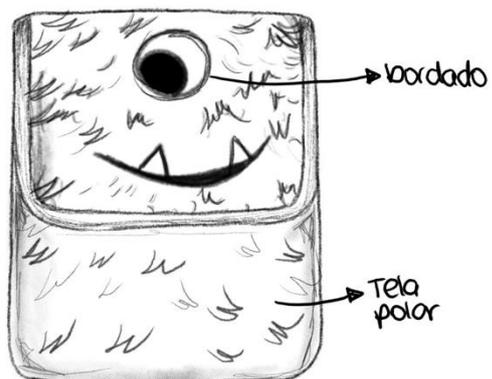
Collarín



Monstruo cambia cara



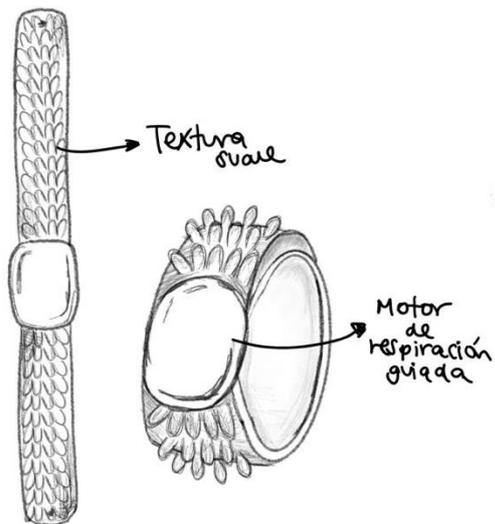
Funda iPad



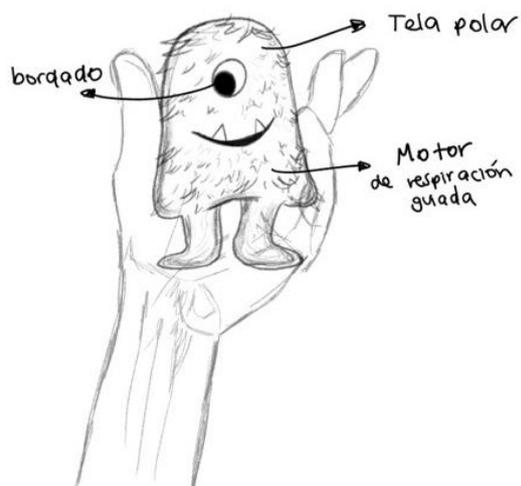
Tarjetas de las Emociones



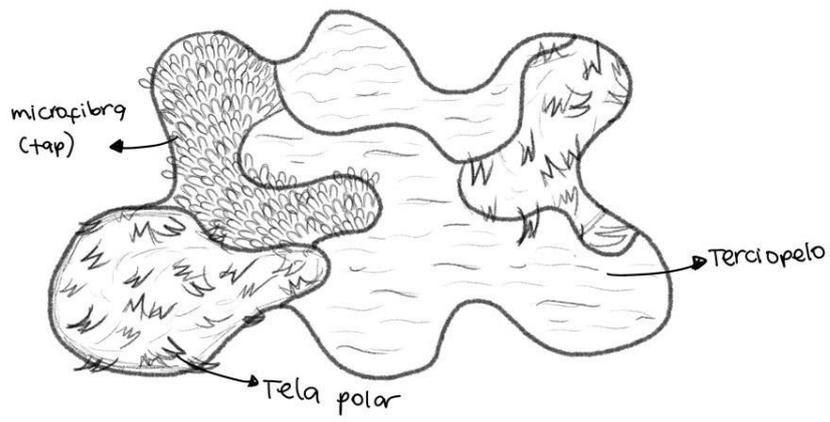
Pulsera de Respiración Guiada



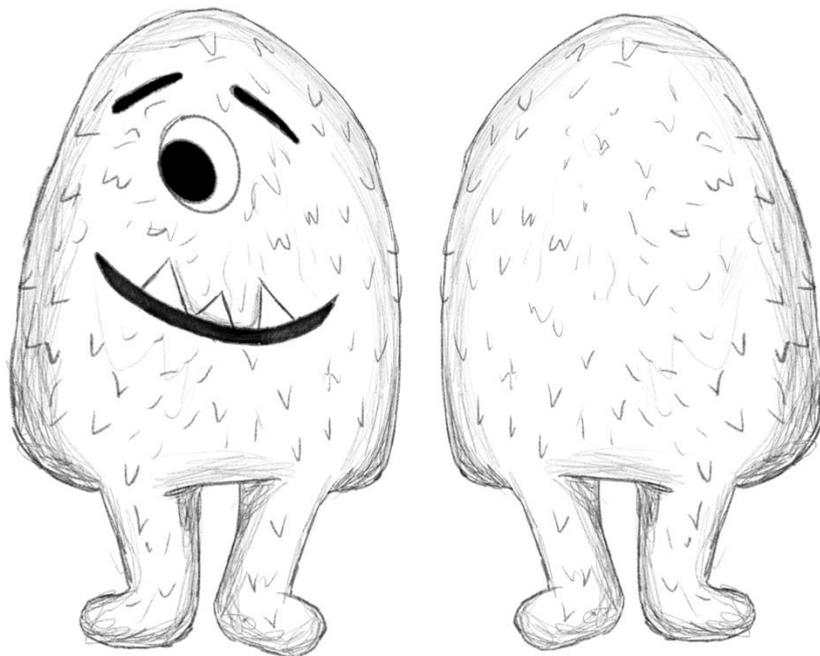
Costalito Monstruos con Respiración Guiada



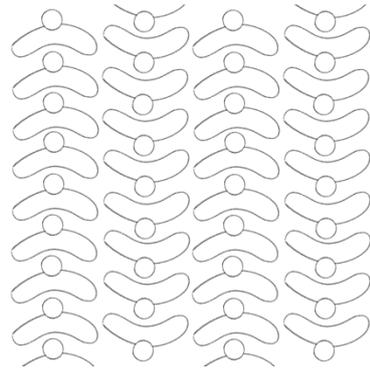
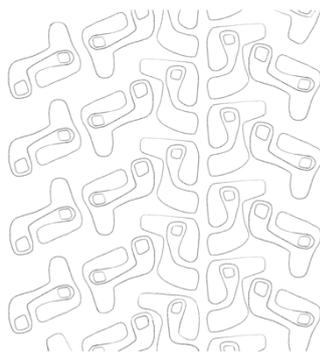
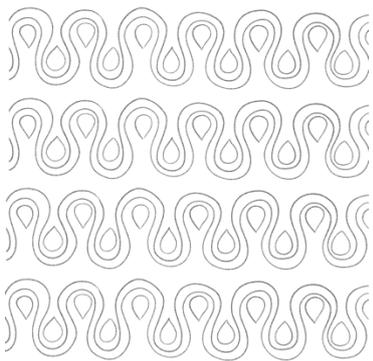
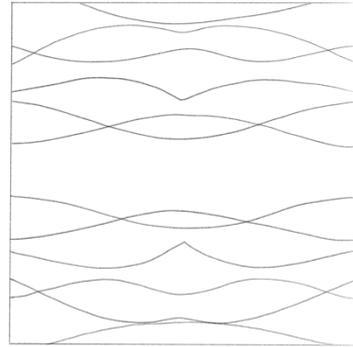
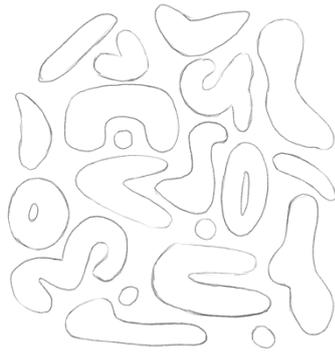
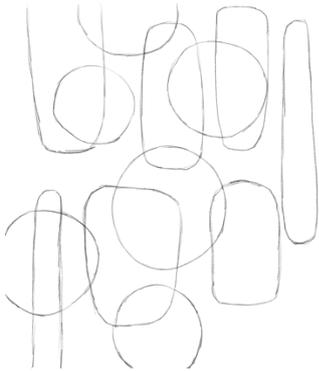
Tapete Texturizado



Peluche Gigante



Estampados



13.7 Fichas Técnicas

(Se pueden encontrar el juego completo de fichas técnicas en anexos)

sensani	Marca: Sensani	Temporada: Atemporal	Talla: Mediana	
	Estatus: Prototipo	Código de tela: 5612L01	DT: Aimeé Ceballos y Georgina Uribe	
	Género: Sin Género	Tejido: Plano-Punto		
	División: Chaleco Integral			

Composición	Pantone	Medidas	cm
 Poliéster 92% Elastano 8%	Pantone 2716 C	Largo talle	46
	Pantone 660 C	Contorno cuello	62
	Pantone 367 C	Ancho espalda	38
	Pantone Black 6 C	Contorno cintura	44
		Contorno pecho	44

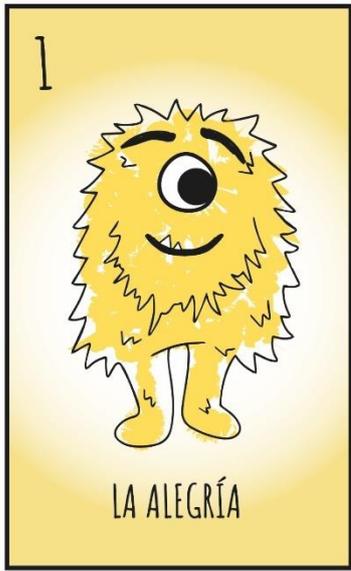
28 de Octubre 2024 TRAZO PLANO

sensani	Marca: Sensani	Temporada: Atemporal	Talla: Mediana	
	Estatus: Prototipo	Código de tela: 5612L01	DT: Aimeé Ceballos y Georgina Uribe	
	Género: Sin Género	Tejido: Plano-Punto		
	División: Chaleco Integral			

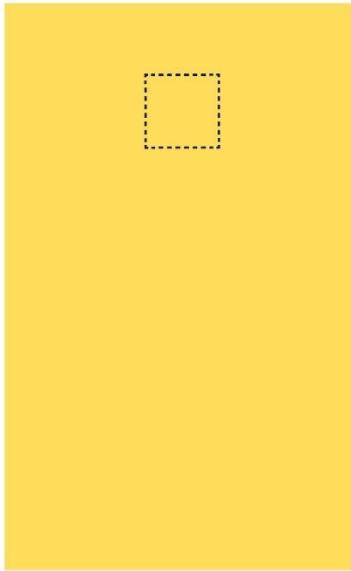
Costuras	
Hilo de tela	
Medidas	

28 de Octubre 2024 TRAZO PLANO

sensani	Marca: Sensani	Temporada: Atemporal		
	Estatus: Prototipo	Código de tela: 5612L01		DT: Aimeé Ceballos y Georgina Uribe
	Género: Sin Género	Tejido: Plano		
	División: Tarjetas			



LA ALEGRÍA



Pantone	Interior	Exterior
<div style="background-color: #ffff00; width: 20px; height: 10px; margin: 2px;"></div> Pantone 128 C	<div style="background-color: #cccccc; width: 20px; height: 10px; margin: 2px;"></div> Poliéster 100%	<div style="background-color: #333333; width: 20px; height: 10px; margin: 2px;"></div> Poliéster 92% Elastano 8%
<div style="background-color: #ffffff; width: 20px; height: 10px; margin: 2px;"></div> Pantone 367 C		
<div style="background-color: #000000; width: 20px; height: 10px; margin: 2px;"></div> Black 6 C		

28 de Octubre 2024 TRAZO PLANO

13.8 Costos

(Se puede encontrar el desglose completo de costos en anexos)

A continuación, se mostrarán los costos tanto del prototipo como de la producción en serie del chaleco. El análisis está enfocado en tres puntos: los costos de vida de las diseñadoras, los costos fijos y los costos variables. Los costos de vida cubren los gastos personales y operativos que necesitamos para que el proyecto siga siendo viable. Los costos fijos incluyen cosas como el alquiler o la maquinaria que se utiliza para la fabricación del producto. Los costos variables, en cambio, van ajustándose según la cantidad de productos que se fabriquen, como los materiales y la mano de obra. Toda esta información se obtuvo a través de la clase de Diseño y Gestión de Proyectos con el maestro Gonzalo, donde analizamos y desglosamos los precios para poder llegar al costo final tanto del prototipo

como de su producción en serie. Esto nos da una visión más clara de la viabilidad económica del proyecto, obteniendo el punto de equilibrio.

Costo de vida Aimeé: \$186.48 (precio por hora de diseño)

Costo de vida Georgina: \$163.29 (precio por hora de diseño)

	Producto	Prototipo		En serie	
		Costo	Precio	Costo	Precio
1	Chaleco "Abrazo al corazón"	\$2,041	\$3,291	\$1,000	\$1,997
2	Sensi Cards	\$1,164	\$1,877	\$284	\$633
3	Bolsitas Texturizadas	\$896	\$1.445	\$157	\$406
4	Mochila Sensani	\$934	\$1,506	\$282	\$680
5	Peluche Sensorial	\$846	\$1,364	\$245	\$580
6	Collarín Sensani	\$1.479	\$2.385	\$563	\$1,172
7	Monstruo Cambia Cara	\$1,779	\$2,869	\$309	\$684
8	Funda Ipad	\$855	\$1,379	\$191	\$455
9	Pulsera Calmante	\$1,456	\$2,348	\$447	\$988
10	Monstruo Guía	\$1,351	\$2,178	\$453	\$1,038
11	Feel Mat	\$1,014	\$1,635	\$206	\$503

12	Abrazo gigante	\$1,535	\$2,476	\$358	\$774

13.8 Mercado

El Nivel Socioeconómico (NSE) medio en México, según la AMAI (2024), abarca a familias con ingresos mensuales entre 10,000 y 30,000 pesos. Viven en viviendas urbanas de clase media, con educación básica o media superior, y trabajos en áreas como ventas, administración o servicios. Su consumo se enfoca en satisfacer necesidades básicas y adquirir bienes duraderos, aunque con limitaciones para acceder a productos de lujo o servicios exclusivos.

El mercado al que están dirigidos estos productos es principalmente el usuario secundario, compuesto por escuelas, asociaciones y centros de psicología infantil. Estas instituciones son los principales compradores y promotores del producto, ya que valoran su uso en contextos educativos o terapéuticos para apoyar la formación emocional de los niños.

El estilo de vida de este mercado prioriza la salud mental y física, teniendo acceso a terapia psicológica y alternativas como cursos, clases y medicamentos para el bienestar de sus hijos y familiares. Este mercado pertenece a la clase media, a la cual se le ofrece un producto accesible que responde a su interés y capacidad de invertir en el cuidado de la salud mental y la educación emocional infantil.

Como usuario terciario se consideran los padres y cuidadores de los niños. Aunque no son los usuarios directos, los padres y cuidadores muestran interés en proporcionar a sus hijos

herramientas para la regulación emocional y el bienestar, por lo que también pueden adquirir el producto para uso en el hogar.

Según los estudios anteriormente mencionados en el marco teórico, los niños de entre 6 y 12 años comienzan a descubrir y experimentar sus emociones. Durante esta etapa, aprenden y se desarrollan mejor a través del juego, los dibujos y diversas actividades didácticas. Por lo tanto, esta colección está diseñada para dirigirse a cuidadores y padres, quienes tienen la responsabilidad de proporcionar a los niños las herramientas necesarias para crecer y desarrollar una educación emocional efectiva.

13.9 Punto de Distribución

De acuerdo con nuestro mercado meta, la distribución del producto se realizará mediante demostraciones en organizaciones, centros de psicología infantil y escuelas privadas, donde los usuarios podrán ver detalladamente la funcionalidad y las cualidades del producto. Además, podrán encontrarlo en línea, donde nos daremos a conocer, nos promocionaremos y podrán consultar el catálogo con las características específicas de los productos, como composición, medidas, estampados disponibles, precios e información sobre envíos, todo accesible a través de una página web fácil de navegar. Para asegurar que los usuarios encuentren nuestro sitio, promocionaremos el enlace en redes sociales como Instagram y Facebook, plataformas donde las generaciones Millennial y Z navegan con facilidad en busca de contenido práctico y visual. Estas redes facilitarán la conexión emocional con el producto, permitiendo que los usuarios exploren imágenes, videos breves y enlaces directos.

Esta marca hace envíos en toda la República Mexicana con costo de envío dependiendo la localidad del comprador.

13.9.1 Página Web

(Se puede encontrar el enlace de la página web completa en anexos)

Mediante publicaciones en Instagram sobre regulación emocional infantil y los productos disponibles se buscará atraer a los usuarios con el objetivo de captar su atención y motivarlos a visitar el enlace hacia la página web. A través de esta página, se ofrecerá un catálogo digital, videos sobre el uso de los productos y testimonios, lo que aumentará la confianza de los potenciales compradores.

Además, la página web contará con un blog que presentará artículos sobre educación y manejo emocional infantil.



14. Prototipos y Validación

Esta fase es crucial para asegurar que los productos cumplan con las expectativas y necesidades de los niños y sus cuidadores. Para ello, se realizarán sesiones de prueba con un par de niños, sus padres y psicólogos especializados en desarrollo infantil. Estas sesiones se llevarán a cabo en un entorno cómodo y familiar, como el hogar de los niños o en un consultorio psicológico, durante el próximo mes. El objetivo es observar cómo interactúan con el producto y validar su funcionalidad y diseño. A través de estas sesiones, se buscará comprender no solo la eficacia del chaleco en la regulación emocional, sino también cómo se siente el niño al usarlo y qué mejoras pueden implementarse según las recomendaciones de los padres y los expertos. La expresión de los niños sobre cómo se sienten y de qué manera les ayuda el uso de estos productos es sumamente importante para el proyecto. Este enfoque colaborativo permitirá perfeccionar el prototipo y garantizar que sea una herramienta valiosa y efectiva para el bienestar emocional de los niños.

14.1 Validación del Prototipo Sesión 1

El 30 de octubre de 2024, se realizó una sesión de validación en la casa de Elías, un niño de 8 años con diagnóstico de TDAH. En esta ocasión, participaron su madre y su padre, lo que permitió que todos compartieran sus opiniones y validaran los productos. Se les brindó una explicación clara sobre el propósito y las características de cada producto, asegurando su comprensión de la funcionalidad de estos.

Elías, algo hiperactivo, se mostró dispuesto a probar el chaleco mientras interactuábamos. Mientras él jugaba y exploraba los productos, sus padres compartían información adicional sobre su comportamiento y manejo emocional, así como el posible impacto positivo de un producto como este en su bienestar.

Observamos que, al llevar puesto el chaleco, Elías mostraba signos de relajación. Además, demostró gran interés en las tarjetas de emociones, utilizándolas para expresar cómo se

sentía en ese momento, lo que facilitó una comunicación más efectiva de su estado emocional.

14.2 Validación del Prototipo Sesión 2

El 7 de noviembre de 2024, se realizó una sesión de validación en la Universidad Ibero Puebla con el profesor Gonzalo Hernández junto con su esposa y sus dos hijas, de 6 y 12 años. Esta sesión se enfocó en evaluar productos diseñados para la regulación emocional. Durante la conversación con el profesor y sus hijas, se buscó conocer su perspectiva profesional sobre el chaleco y otros elementos orientados a ayudar en el manejo y la regulación emocional infantil. Posteriormente, se observó la interacción de las niñas con los productos de la colección Be Real.

Ambas niñas se mostraron alegres y llenas de energía mientras interactuaban con los productos. Comentaron que el peso del chaleco era ideal, ni demasiado pesado ni ligero, y que los estampados les resultaban atractivos. Los peluches fueron un éxito, y las tarjetas de emociones les parecieron llamativas y estéticamente bonitas. La madre sugirió añadir una cinta estampada a los costales texturizados para integrarlos visualmente con el chaleco, aunque comentó que la textura era muy adecuada y útil para niños que experimentan ansiedad o hábitos nerviosos, como morderse las uñas. Además, consideró la tecnología de respiración guiada como una excelente implementación, ya que los ejercicios de respiración pueden ser muy efectivos para promover la calma en los niños.

14.3 Validación del Prototipo Sesión 3

El 13 de noviembre de 2024 se realizó una sesión de validación en el Centro de Neurociencias del Hospital Ángeles con la Dra. Diana Paola, especialista en desarrollo infantil, para evaluar un chaleco de terapia de presión profunda y otros productos. La Dra.

Paola elogió la idea del chaleco, mencionando que reconoce y recomienda la terapia de presión profunda por su capacidad para ayudar a los niños a relajarse y alcanzar un estado de calma. Consideró adecuados los materiales empleados, resaltando su pertinencia para la sensibilidad de los niños, y valoró positivamente las correas ajustables y el uso de velcro, los cuales facilitan la comprensión y el uso del producto, permitiendo una adaptación sencilla y segura. En conclusión, la especialista avaló el diseño y funcionalidad del chaleco, considerando que cumple con los requisitos necesarios para su uso en contextos terapéuticos infantiles.

Conclusión General:

Las sesiones de validación del prototipo han aportado información clave sobre la efectividad y aceptación de los productos textiles sensoriales para la regulación emocional infantil.

Tanto Elías, un niño con TDAH, como las hijas del profesor Hernández respondieron de manera positiva, mostrando interés y comodidad al interactuar con el chaleco, los peluches y las tarjetas de emociones. Los comentarios de los padres y de la Dra. Diana Paola refuerzan el potencial de estos productos como herramientas de apoyo emocional, destacando su funcionalidad, atractivo y adecuación para la sensibilidad infantil. Las observaciones apuntan a que el diseño, los materiales y las características técnicas, como las correas ajustables y la tecnología de respiración guiada, son adecuadas para el uso terapéutico y bien recibidas por los usuarios.

Posibles Mejoras:

- Mejorar la integración visual de los costales texturizados: Incluir una cinta estampada para alinearlos estéticamente con el chaleco.

- Ajustar el diseño del chaleco y otros productos para asegurar que el peso y textura sean ideales para cada rango de edad.
- Ampliar la gama de tarjetas de emociones para incluir un mayor rango de sentimientos y expresiones, fomentando la autoconciencia emocional.
- Optimizar la tecnología de respiración guiada para hacerla más accesible y fácil de entender, incluso sin supervisión adulta.

Acciones a Tomar:

- Incorporar las sugerencias de diseño, como la cinta estampada en los costales texturizados, para mejorar la cohesión visual de la colección.
- Realizar más sesiones de prueba con diferentes grupos de edades y condiciones emocionales, para ajustar los productos y confirmar su efectividad en una variedad de usuarios.
- Desarrollar materiales educativos para padres y profesores sobre cómo utilizar los productos de manera óptima para apoyar la regulación emocional.
- Refinar la tecnología de respiración guiada, asegurando que sea intuitiva y atractiva para niños, ayudando en la práctica autónoma de técnicas de relajación.

15. Campaña

(Se puede encontrar el catálogo completo en anexos)

La campaña estará dirigida a padres, cuidadores de niños y profesionales en psicología infantil. La campaña "Sana con Sensani" se lanzará en enero de 2025 y estará disponible durante todo el año, aprovechando fechas clave como el Día Mundial de la Salud Mental, el Día del Niño y el regreso a clases. Esta campaña se compartirá a través de la página web y las redes sociales de la marca. En el catálogo digital, los usuarios podrán encontrar el costo de cada producto, una breve descripción, especificaciones de los materiales, estampados y colores disponibles, así como imágenes de referencia.

A través de esta colección, Sensani busca generar un impacto positivo en la vida de los niños y sus familias. Al ofrecer productos diseñados para aliviar el estrés, la ansiedad y promover la expresión emocional, la marca contribuye al bienestar emocional de los más pequeños, favoreciendo su desarrollo saludable y emocional. Además, Sensani fomenta la inclusión y la empatía, ayudando a sensibilizar a la sociedad sobre la importancia de abordar las necesidades emocionales de los niños. De esta manera, el retorno social de la colección no solo se mide en la mejora de la calidad de vida de los usuarios, sino también en la creación de conciencia sobre un tema crucial para el bienestar infantil.

CATÁLOGO
sensani

Sana con Sensani



WWW.SENSANI.COM

BE REAL, 2025
ATEMPORAL

15.1 Video

(El enlace del video se encuentra en anexos)

El video muestra cada etapa del proceso creativo y de producción de la colección, desde el diseño y la ilustración inicial, pasando por el patronaje y la confección, hasta el detrás de cámaras del shooting. Su propósito es ofrecer una experiencia completa que refleje el detalle y la calidad del trabajo, además de inspirar y facilitar la decisión de compra.

16. Conclusión a Objetivos

A lo largo de este proyecto, nos adentramos en la creación de una colección de productos textiles didácticos y recreativos que, a través de diversas texturas y elementos visuales, ofrecen a niños entre 6 y 12 años una herramienta valiosa para la expresión de sus emociones y la disminución de la ansiedad. Partimos de un objetivo claro: facilitar la identificación y expresión emocional a través de una experiencia sensorial, lo cual alcanzamos mediante la selección de textiles suaves y cómodos como Diablo, French Terry y Polar. La incorporación de personajes de colores primarios, los “monstruos de las emociones”, se reveló fundamental para ayudar a los niños a relacionarse con cada emoción de una manera visual y lúdica.

Los resultados obtenidos son un reflejo directo de las observaciones del comportamiento infantil: los productos de la colección, y en especial el chaleco integral de peso sensorial, generaron en los niños una respuesta de calma y atracción. La curiosidad y el interés de los niños en los monstruos adheribles mostraron cómo estos elementos, lejos de ser meros adornos, funcionan como facilitadores emocionales.

El camino para lograr este resultado no estuvo exento de retos, como la dificultad de localizar telas texturizadas específicas. Esto nos llevó a explorar soluciones alternativas,

como materiales de limpieza, sin perder de vista nuestro objetivo inicial. Este proceso fue enriquecedor no solo por los conocimientos aplicados, sino también por las competencias desarrolladas: el trabajo en equipo y la comunicación efectiva fueron esenciales, especialmente al trabajar en pareja, donde cada decisión debía ser consensuada para lograr una solución integral.

Este proyecto nos dejó con el aprendizaje de que, más allá del diseño, crear una propuesta única en el mercado tiene un impacto tangible en la vida de los niños, brindándoles apoyo emocional de una manera accesible y divertida. Aunque el costo de los materiales sigue siendo un reto para su accesibilidad masiva, es posible explorar alternativas para reducirlo. Confiamos en que esta colección textil, diseñada desde una óptica de psicología del color y sensaciones táctiles, es un aporte significativo para el desarrollo emocional de los niños, ya que les permite no solo identificar sus emociones a través de los colores y texturas, sino también hallar calma en momentos de ansiedad.

Para concluir, ¿Cómo una colección textil en la que se implementa la psicología del color, además de diversas texturas y tecnologías, puede contribuir en la educación emocional de niños en etapa de desarrollo de inteligencia emocional? La respuesta es positiva, ya que una colección textil que incorpora la psicología del color, texturas variadas y tecnologías sensoriales puede convertirse en una herramienta valiosa para el desarrollo emocional de los niños. Al interactuar con diferentes texturas y colores, los niños no solo experimentan una sensación de confort y calma, sino que también aprenden a identificar y relacionar sus emociones con estímulos externos de manera accesible y divertida. En conjunto, esta colección permite que los niños desarrollen habilidades de autoconocimiento y regulación emocional desde temprana edad, favoreciendo su inteligencia emocional de manera integral y práctica.

17. Conclusiones Generales

Al concluir este proyecto, sentimos que nos llevamos mucho más que conocimientos técnicos: adquirimos herramientas esenciales para abordar problemáticas desde una perspectiva integral y humanista, valores que la universidad nos ha inculcado constantemente. La carrera no solo nos enseñó el diseño textil y el uso de materiales, sino también a ver el diseño como un medio para impactar de forma positiva en la vida de las personas, especialmente de aquellos sectores que más lo necesitan, como en este caso los niños en etapa de desarrollo emocional.

Cada experiencia de trabajo colaborativo nos enseñó a valorar la diversidad de ideas y a ser flexibles al momento de tomar decisiones en conjunto, desarrollando competencias en comunicación, resolución de problemas y compromiso social.

En cuanto a aprendizajes, este proyecto nos permitió aplicar cada concepto teórico en una propuesta concreta y viable, llevándonos a un proceso de adaptación ante obstáculos reales, como la falta de acceso a ciertos materiales específicos, y a explorar alternativas. Sin embargo, reconocemos que aún quedan áreas que podrían ampliarse; por ejemplo, consideramos que sería enriquecedor contar con más tiempo para desarrollar versiones accesibles de esta colección que puedan llegar a una mayor cantidad de niños. Nos quedamos con el reto de explorar maneras de hacer estos productos económicamente accesibles para familias de distintos contextos socioeconómicos, dado que la salud emocional de los niños es una necesidad urgente.

Queremos expresar nuestro agradecimiento a nuestros profesores, quienes siempre estuvieron dispuestos a guiarnos y a ofrecernos su conocimiento. También agradecemos a nuestros compañeros y a nuestros familiares, quienes nos acompañaron y apoyaron en c

9. Bibliografía

Fuentes Primarias

- Broche, Y. et al. (2021). Consecuencias psicológicas de la cuarentena y el aislamiento social durante la pandemia de COVID-19. Recuperado de: <https://www.scielosp.org/article/rcsp/2020.v46suppl1/e2488/#:~:text=De%20ahí%20g ue%20planteen%20que,niveles%20de%20ansiedad%20y%20estrés.>
- Butron, T. et al (2022). Regulación emocional y niveles de ansiedad en niños escolarizados de 9 a 11 años. Recuperado de: https://drive.google.com/file/d/1Lan_LkMbOui2Mgov_W5z4Y3JheIH16g_/view?usp=sharing
- Disseny, (s.f.). Psicología del color. <https://perio.unlp.edu.ar/catedras/iddi/wp-content/uploads/sites/125/2020/04/Psicologia-del-color.pdf>
- Fashion Snoops. (2024). Macro Trends. Recuperado de: <https://www.fashionsnoops.com/Default.aspx>
- Kinrex. (2024). Oso de peluche marrón. Recuperado de: [Oso de Peluche Marrón - Peluches de Peluche - KINREX – KINREX LLC](#)
- Loftus, Y. (2021) Beneficios de la terapia de presión profunda para niños con autismo. Recuperado de: <https://www.autismovivo.org/post/beneficios-de-la-terapia-de-presión-profunda-para-niños-con-autismo>
- Lopez, (2005). La educación emocional en la educación infantil. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf>
- MayoClinic (2024). COVID-19 y tu salud mental. Recuperado de: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/coronavirus/in-depth/mental-health-covid-19/art-20482731#:~:text=Encuestas%20mundiales%20realizadas%20en%202020,altos%20que%20antes%20de%202020.>
- Rodríguez, T. (2022). Entrevista. -<https://youtu.be/brs4tg6FWfU>

- Sprout. (s.f.). CVS Breathing Coach. Recuperado de: [CVS Breathing Coach - Sprout Studios - Sprout Studios](#)
- Tara, D. (s.f.). Mantas con peso y TDAH: Lo que necesita saber. [Mantas con peso y TDAH: Lo que necesita saber \(understood.org\)](#)
- UNAM. (s.f.). Taller Emociones. <https://www.universum.unam.mx/assets/temp/ninas-y-ninos-jugando-con-ciencia-2020/emociones.pdf>
- UNICEF. (s.f.) Crianza basada en el buen trato: Guía para madres, padres y cuidadores de niños, niñas y adolescentes. Recuperado de: [Crianza basada en el buentrato | UNICEF](#)

Fuentes Secundarias

- ADN Opinión (2024). Ansiedad y depresión después de la pandemia. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=vFUH5gtioGQ>
- Anónimo. (2022). Filamento PLA: Los pros y los contras de este material básico. Recuperado de: <https://www.bcn3d.com/es/filamento-pla-los-pros-y-los-contras-de-este-material-basico/>
- Anónimo. (2022). French Terry. Recuperado de: <https://teefactory.es/glosario/que-es-french-terry>
- Anónimo. (2024). Tela de Felpa Francesa de Algodón. Recuperado de: <https://fabricla.com/es/blogs/fla/cotton-french-terry-fabric-vs-terry-cloth-fabric-a-comparative-guide>
- AMAI.(2024). Descriptivo de cada uno de los nse amai estimación 2024 (enigh 2022). Recuperado de: <https://www.amai.org/NSE/index.php?queVeo=niveles>
- Amigo Energy. (2024). La Lotería Mexicana: Una breve historia de un juego famoso. Recuperado de: <https://amigoenergy.com/blog/es/la-loteria-mexicana-una-breve-historia-de-un-juego-famoso/>

- Barrell, A. (2021). Estrés vs. ansiedad: Cómo identificar la diferencia. Recuperado de: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/estres-y-ansiedad>
- Baby Fresh (s.f.) ¿Cuáles son las ventajas de la ropa de algodón para bebés?. Recuperado de: <https://www.babyfresh.co/blogs/news/ventajas-ropa-de-algodon-bebes?srsltid=AfmBOooeObCVhh1khntmsbJstuqkKSc9vyQiCracSLGzPlwZlurkFju9>
- Bedoya, C. et al (2021). El estudio de las emociones desde el Giro Afectivo a las prácticas y atmósferas afectivas. Recuperado de: [\(PDF\) El estudio de las emociones desde el Giro Afectivo a las prácticas y atmósferas afectivas \(researchgate.net\)](#)
- Bisquerra, R (2020). Regulación emocional: Recuperado de: <https://www.rafaelbisquerra.com/regulacion-emocional/#:~:text=La%20regulación%20emocional%20es%20la,para%20autogenerarse%20emociones%20positivas%2C%20etc.>
- Catalán, S. (2024). La Importancia de la Expresión Emocional. Recuperado de: <https://ponspsicologia.com/blog/la-importancia-de-la-expresion-emocional/#:~:text=La%20expresión%20emocional%20se%20refiere,facial%20y%20la%20creatividad%20artística.>
- Chóliz, M. (2005): Psicología de la emoción: el proceso emocional, Recuperado de: <https://www.uv.es/=cholz/Proceso%20emocional.pdf>
- Chan, J. (2022). Las ventajas y desventajas de las telas de algodón. Recuperado de: <https://lovenaturaltouch.com/es/las-ventajas-y-desventajas-de-las-telas-de-algod%C3%B3n/>
- Devon. S. (2021). The face and the faceness: Iconicity in the early faciasemiotics of Paul Ekman, 1957–1978. [The face and the faceness: Iconicity in the early faciasemiotics of Paul Ek...: EBSCOhost \(museknowledge.com\)](#)
- DigiKey. (2019). Motor de vibración tipo moneda LRA. Recuperado de: <https://www.digikey.es/es/product-highlight/j/jinlong/z-axis-lra-coin-vibration-motor#:~:text=Bajo%20consumo%20de%20energ%C3%ADa%20Fuerza%20de%20>

[vibraci%C3%B3n%20en,Corriente%20nominal%3A%20de%2060%20mA%20a%20170%20mA](#)

- Equipo del Museo de la Infancia (2020). 6 actividades de juego sensorial fáciles para los niños en casa. Recuperado de: [6 actividades de juego sensorial fáciles para los niños en casa \(cmosc.org\)](#)
- Gill, S. (s.f.). El monstruo de colores. Recuperado de: <https://mindup-psicologos.es/monstruo-colores-una-gran-herramienta-trabajar-las-emociones-los-ninos/>
- Gómez, D. (2021) Presentan SEP e ISSSTE herramientas socioemocionales para el regreso seguro a las escuelas de educación básica. Recuperado de: [Presentan SEP e ISSSTE herramientas socioemocionales para el regreso seguro a las escuelas de educación básica | Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado | Gobierno | gob.mx \(www.gob.mx\)](#)
- Gutiérrez, F. (2016). Clasificación de niveles socioeconómicos en México según la AMAI. Recuperado de: <https://www.fergut.com/clasificacion-de-niveles-socioeconomicos-en-mexico-segun-la-amai/>
- GuideTelas. (2019). ¿Qué ventajas y desventajas tiene el poliéster?. Recuperado de: <https://guiadetelas.info/ventajas-desventajas-poliester/>
- GuideTelas. (2023). ¿Qué es la Tela de Microfibra?. Recuperado de: <https://telas.net.ar/que-es-la-tela-de-microfibra-tipos-y-usos-comunes/>
- InBloom. (s.f.). French Terry: El poder de sentirte cómoda y con estilo. Recuperado de: <https://inbloom.com.pe/blogs/journal/french-terry-el-poder-de-sentirte-comoda-y-con-estilo#:~:text=El%20French%20Terry%20tiene%20la,Terry%20será%20tu%20mejor%20aliada.>
- Jin, J. (s.f.) Imanes de costura: la solución oculta para ropa de moda y funcional. Recuperado de: [Imanes de costura: la solución oculta para ropa de moda y funcional](#)

- Llenas, A. (2015). Ilustración y diseño gráfico. Recuperado de:
<http://www.annallenas.com/index.html#10>
- Leader. (2019). Que es un motor de vibración. Recuperado de: [Noticias - ¿Qué es un motor de vibración?LÍDER \(leader-w.com\)](https://www.leader-w.com/noticias-%C3%A9-Qu%C3%A9-es-un-motor-de-vibraci%C3%B3n-L%C3%ADDER-leader-w.com)
- Lemos, R (2023) Las emociones que no se gestionan, te controlan. Recuperado de:
<https://mejorconsalud.as.com/las-emociones-no-gestionas-te-controlan/>
- López, S. (2023). Regulación emocional en la infancia. Recuperado de:
<https://habiaunavezpsicologiayeducacion.com/wp-content/uploads/2023/11/GUIA-PARA-PADRES-REGULACION-EMOCIONAL-INFANCIA.pdf>
- Maragall, P. (2022). Los beneficios de la técnica mindfulness para nuestro cerebro y bienestar. Recuperado de: <https://blog.fpmaragall.org/terapia-mindfulness#:~:text=El%20mindfulness%20es%20una%20t%C3%A9cnica,o%20incrementar%20su%20bienestar%20emocional.>
- Martínez, C. (2023). ¡La chalupa y buenas!... ¿Cómo surgió la lotería mexicana y sus 54 versos para cantarla?. Recuperado de: <https://vanguardia.com.mx/noticias/la-chalupa-y-buenas-como-surgio-la-loteria-mexicana-y-sus-54-versos-para-cantarla-YG9190054>
- Mecyplastec. (2023). Nylon o poliamida: ¿Cuál es el material ideal para tus proyectos?. Recuperado de: <https://mecyplastec.es/nylon-o-poliamida-cual-es-el-material-ideal-para-tus-proyectos/#:~:text=Sus%20principales%20ventajas%20incluyen%20una%20alta%20resistencia%20a,a%20la%20luz%20solar%20y%20los%20rayos%20UV.>
- Meriggi. (2023). Fibras de relleno: ¿Qué es y para qué sirve la fibra de poliéster siliconada (Hollowfill siliconized conjugated)?. Recuperado de:
<https://www.meriggi.cl/blog/fibras-de-relleno/fibras-de-relleno-que-es-y-para-que-sirve-la-fibra-de-poliester-siliconada-hollowfill-siliconized-conjugated>

- Morón M, C. (2010). La inteligencia emocional en la infancia. Recuperado de: [La inteligencia emocional en la infancia - LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA INFANCIA Mª Carmen Morón - Studocu](#)
- Morales, M (s.f.). El trabajo de las habilidades sociales y emocionales en familiares de estudiantes y su impacto en la convivencia escolar. Recuperado de: [MANUSCRITO RECEPCIONAL.pdf \(www.gob.mx\)](#)
- National Geographic (2023). Qué es la respiración consciente y cómo puede ayudar a manejar el estrés. Recuperado de: <https://www.nationalgeographicla.com/ciencia/2023/06/que-es-la-respiracion-consciente-y-como-puede-ayudar-a-manejar-el-estres>
- Olé (s.f.) Diablo. Recuperado de: <https://oletextil.mx/>
- Oliva, C. (s.f.) ¿Qué son los chalecos sensoriales y para qué se utilizan?. Recuperado de: <https://www.ortopediamimas.com/blog-de-ortopedia/que-son-los-chalecos-sensoriales/>
- Procuraduría Federal del Consumidor (2021). Juguetes educativos o didácticos. Recuperado de: Juguetes educativos o didácticos | Procuraduría Federal del Consumidor | Gobierno | gob.mx (www.gob.mx)
- Raeburn, A. (2024). Análisis FODA: qué es y cómo usarlo (con ejemplos) Recuperado de: [Análisis FODA: qué es y cómo usarlo \(con ejemplos\) \[2024\] • Asana](#)
- RED CENIT. (2019). El chaleco de peso como herramienta de regulación sensorial. Recuperado de: <https://www.redcenit.com/el-chaleco-de-peso-como-herramienta-de-regulacion-sensorial/>
- Russo, M. A. et al. (2017). "The physiological effects of slow breathing in the healthy human." Recuperado de: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5709795/pdf/EDU-0098-2017.pdf>
- Sara (2015) El velcro. Recuperado de: <https://prezi.com/e4rthlsdccff/el-velcro/>
- Servei (s.f.) ¿Qué es el velcro y para qué sirve?. Recuperado de: <https://serveiestacio.com/blog/que-es-el-velcro-usos-y-aplicaciones/>

- Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes (2023). “Nadie me enseñó a ser padre”: El maltrato infantil no se justifica. Recuperado de: “Nadie me enseñó a ser padre”: El maltrato infantil no se justifica | Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes | Gobierno | gob.mx (www.gob.mx)
- Tarrés, S. (s.f.). Estrategias efectivas para abordar el estrés y la ansiedad en niños. Recuperado de: <https://www.mamapsicologainfantil.com/estrategias-efectivas-para-abordar-el-estres-y-la-ansiedad-en-ninos/>
- Tarrés, S. (s.f.). 4 beneficios clave de la terapia psicológica infantil. Recuperado de: <https://www.mamapsicologainfantil.com/beneficios-de-la-terapia-psicologica-infantil/>
- Tarrés, S (2022). Juguetes sensoriales ¿Qué son, para qué sirven y qué beneficios tienen? Recuperado de: [Juguetes sensoriales ¿Qué son, para qué sirven y qué beneficios tienen? - Mamá Psicóloga Infantil \(mamapsicologainfantil.com\)](https://www.mamapsicologainfantil.com/juguetes-sensoriales-que-son-para-que-sirven-y-que-beneficios-tienen/)
- Uniforma (s.f.) Ventajas e inconvenientes del forro polar. Recuperado de: <https://www.uniforma.net/blog/forro-polar/>
- Vargas S. (2021). La lotería mexicana: conoce la historia de este icónico juego de azar. Recuperado de: [La lotería mexicana: conoce la historia de este icónico juego de azar \(mymodernmet.com\)](https://mymodernmet.com/la-loteria-mexicana-conoce-la-historia-de-este-icónico-juego-de-azar/)
- Waixo. (2021). ¿Qué es la tela de microfibra?. Recuperado de: <https://waixo.com/blog/que-es-la-tela-de-microfibra-todos-los-tipos-y-usos>
- Waixo. (2021). Tela de poliéster ¿Qué es? ¿Para qué utilizarla? Ventajas y Desventajas. Recuperado de: <https://waixo.com/blog/category/wiki-telas/tipos-tela>

Lista de figuras

- Fig. 1 [Fotografía] Recuperado de: <https://www.editorialflamboyant.com/libro/el-monstruo-de-colores-un-libro-pop-up/>
- Fig. 2 [Fotografía] Recuperado de: <https://www.tumundomimundo.com/us/productos/chaleco-de-peso-y-compresion-sensorial/>
- Fig. 3 [Fotografía] Recuperado de: <https://sognare.com.mx/manta-de-peso>
- Fig. 4 [Fotografía] Recuperado de <https://www.trademartmexico.com/MLM-1631764465-peluche-con-peso-para-ninos-y-adultos-alivio-de-la-ansiedad- JM>
- Fig. 5 [Fotografía] Recuperado de: <https://www.moonbird.life/pages/science>
- [Fig. 6](https://www.fashionsnoops.com/Default.aspx) [Fotografía] Recuperado de <https://www.fashionsnoops.com/Default.aspx>
- [Fig. 7](https://www.fashionsnoops.com/Default.aspx) [Fotografía] Recuperado de: <https://www.fashionsnoops.com/Default.aspx>
- [Fig. 8](https://www.fashionsnoops.com/Default.aspx) [Fotografía] Recuperado de: <https://www.fashionsnoops.com/Default.aspx>
- [Fig. 9](https://www.fashionsnoops.com/Default.aspx) [Fotografía] Recuperado de: <https://www.fashionsnoops.com/Default.aspx>

10. Anexos

- Excel- Encuesta Jóvenes
https://docs.google.com/spreadsheets/d/1ZxZQCjATO9h0_ZQlyX-Bs9AUg5Wu_c6bEKZLs_tKNCc/edit?usp=sharing
- Excel- Encuesta Adultos

- <https://docs.google.com/spreadsheets/d/1J6oayUquaO-UHA46umRHQdXaREIRt4THS4ny1osEvTk/edit?usp=sharing>
- Excel- Encuesta Adultos Mayores
<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1mBki-amvZuen8uuohjKt0496JjMd9Dw5nU2fcrl34OQ/edit?usp=sharing>
 - Entrevista a experto en el tema (Psicóloga Tania Rodríguez)
https://docs.google.com/document/d/1f_y6Xyw85L_kV8z4hFFX4vfa_GJyppEZKsbZG0vhNXk/edit?usp=sharing
 - Entrevista a experto textil (Profesor Carlos Antonio Cabrera Ramírez)
<https://docs.google.com/document/d/1vDGjNFVOS0AOpsSHJDx93pecc-rlT5-Wn2xzaapOdvY/edit?usp=sharing>
 - Entrevista a experto textil (Profesora Nancy Velázquez Pérez)
https://docs.google.com/document/d/19cD_UOehWuhYffBf0rSkVy9E4hje43mYGtJ66NZoHVI/edit?usp=sharing
 - Observación al usuario (Elías Bretón)
https://docs.google.com/document/d/1GdRiiRQKZMTh_-zwEN2VUQ6sHUUHg5zIWpuLQOxKyvY/edit?usp=sharing
 - Fichas Técnicas Chaleco Integral
https://drive.google.com/file/d/1i19C0k2jGoE3oqCiWLLW1tLjMkSjKA1r/view?usp=drive_link
 - Fichas Técnicas Tarjetas
[FichasTécnicasTarjetas.pdf](#)
 - Video
<https://drive.google.com/file/d/1-BnOrcnTPp2EfB8yRYAuh-cecRrsiQWc/view?usp=sharing>
 - Costos
[CostosASEIII](#)

- Catálogo

https://drive.google.com/file/d/1k8qb4NBddSNDcCZIWn8BcX7WMFFMrLjf/view?usp=drive_link

- Página web

<https://aimeeceballos18.wixsite.com/my-site-5>

- Tecnología de respiración guiada

<https://drive.google.com/file/d/1jwFGW9PqtDTb65XcwYYt3EM9iM726U1t/view?usp=sharing>

11. Glosario

(Real Academia Española)

Estrés: Tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicósomáticas o trastornos psicológicos a veces graves.

Ansiedad: Estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo.

Emoción: Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática.

Cognitivo: Pertenece o relativo al conocimiento.

Sensorial: Pertenece o relativo a la sensibilidad o a los órganos de los sentidos.

Didáctico: Que tiene como finalidad fundamental enseñar o instruir.

Adversidades: Situación desgraciada en que se encuentra alguien.

Socialización: Acción y efecto de socializar.

Percepción: Acción y efecto de percibir.

Cromático: Pertenece o relativo a los colores.

Cultura: Conjunto de conocimientos que permite a alguien desarrollar su juicio crítico.

Contexto: Entorno lingüístico del que depende el sentido de una palabra, frase o fragmentos determinados.

Influencia: Acción y efecto de influir.

Psicología: Ciencia o estudio de la mente y de la conducta en personas o animales

Inteligencia emocional: Capacidad de entender o comprender las emociones.

Autoconsciencia: Consciencia de sí mismo.

Autoconfianza: Confianza en sí mismo.

Entrada Propioceptiva: Reúne y clasifica o procesa toda la información que recibe procedente de la piel, los músculos y las articulaciones