



**FACULTAD DE CIENCIAS
DE LA COMUNICACIÓN**

Diseño de material informativo impreso para dar a conocer acerca de la detección y tratamiento de cáncer de mama en mujeres comprendidas entre los 17 y 60 años de edad.

Fundación Amigos Contra el Cáncer –FUNDECAN- Guatemala, Guatemala, 2015.

PROYECTO DE GRADUACIÓN

Presentado a la Facultad de Ciencias de la Comunicación

Guatemala, C.A.

ELABORADO POR:

Zonia Ivonne Quintana Ardón

No. de Carné 11005859

Para optar al título de:

LICENCIATURA EN COMUNICACIÓN Y DISEÑO

Nueva Guatemala de la Asunción

Guatemala 05 de junio de 2014

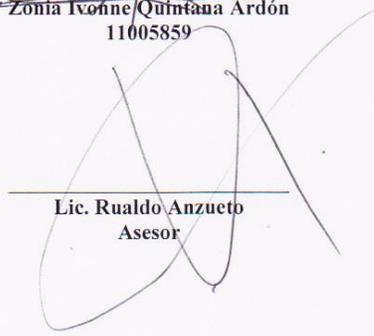
Licenciado
Leizer Kachler
Decano-Facultad de Ciencias de la Comunicación
Universidad Galileo

Estimado Licenciado Kachler:

Solicito la aprobación del tema de proyecto de Graduación titulado:
DISEÑO DE MATERIAL INFORMATIVO IMPRESO PARA DAR A CONOCER ACERCA DE LA DETECCIÓN Y TRATAMIENTO DE CÁNCER DE MAMA EN MUJERES COMPRENDIDAS ENTRE LOS 17 Y 60 AÑOS DE EDAD. FUNDACIÓN AMIGOS CONTRA EL CÁNCER -FUNDECAN-GUATEMALA, GUATEMALA 2015. Así mismo solicito que el Lic. Rualdo Anzueto, sea quién me asesore en la elaboración del mismo.

Atentamente,


~~Zonia Ivonne Quintana Ardón~~
11005859


Lic. Rualdo Anzueto
Asesor



Galileo
UNIVERSIDAD
La Revolución en la Educación

FACOM Facultad de Ciencias
de la Comunicación

Guatemala 09 de julio de 2014

**Señorita
Zonia Ivonne Quintana Ardón
Presente**

Estimada señorita Quintana:

De acuerdo al proceso de titulación profesional de esta Facultad, se aprueba el proyecto titulado: **DISEÑO DE MATERIAL INFORMATIVO IMPRESO PARA DAR A CONOCER ACERCA DE LA DETECCIÓN Y TRATAMIENTO DE CÁNCER DE MAMA EN MUJERES COMPRENDIDAS ENTRE LOS 17 Y 60 AÑOS DE EDAD. FUNDACIÓN AMIGOS CONTRA EL CÁNCER –FUNDECAN-GUATEMALA, GUATEMALA 2015.** Así mismo, se aprueba al Lic. Rualdo Anzueto, como asesor de su proyecto.

Sin otro particular, me suscribo de usted.

Atentamente,

Lic. Leizer Kachler
Decano
Facultad de Ciencias de la Comunicación



Galileo
UNIVERSIDAD
La Revolución en la Educación



Facultad de Ciencias
de la Comunicación

Guatemala, 11 de enero de 2015

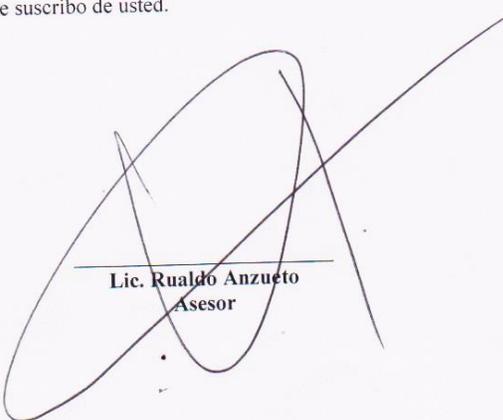
Lic. Leizer Kachler
Decano
Facultad de Ciencias de la Comunicación
Universidad Galileo

Estimado Licenciado Kachler:

Por medio de la presente, informo a usted que el proyecto de graduación titulado: **DISEÑO DE MATERIAL INFORMATIVO IMPRESO PARA DAR A CONOCER ACERCA DE LA DETECCIÓN Y TRATAMIENTO DE CÁNCER DE MAMA EN MUJERES COMPRENDIDAS ENTRE LOS 17 Y 60 AÑOS DE EDAD. FUNDACIÓN AMIGOS CONTRA EL CÁNCER -FUNDECAN-GUATEMALA, GUATEMALA 2015.** Presentado por la estudiante: Zonia Ivonne Quintana Ardón, con número de carné: 11005859, está concluido a mi entera satisfacción, por lo que se extiende la presente aprobación para continuar así el proceso de titulación profesional.

Sin otro particular, me suscribo de usted.

Atentamente,


Lic. Rualdo Anzueto
Asesor



FACOM Facultad de Ciencias
de la Comunicación

Guatemala, 19 de marzo de 2015

Señorita
Zonia Ivonne Quintana Ardón
Presente

Estimada Señorita Quintana:

Después de haber realizado su examen privado para optar al título de Licenciatura en Comunicación y Diseño de la **FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN** de la Universidad Galileo, me complace informarle que ha **APROBADO** dicho examen, motivo por el cual me permito felicitarle.

Sin otro particular, me suscribo de usted.

Atentamente,

Lic. Leizer Kächler
Decano
Facultad de Ciencias de la Comunicación

Ciudad de Guatemala, 16 de junio de 2015.

Licenciado

Leizer Kachler

Decano FACOM

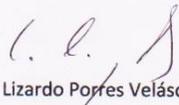
Universidad Galileo

Presente

Señor Decano:

Le informo que la tesis: ***DISEÑO DE MATERIAL INFORMATIVO IMPRESO PARA DAR A CONOCER ACERCA DE LA DETECCIÓN Y TRATAMIENTO DE CÁNCER DE MAMA EN MUJERES COMPRENDIDAS ENTRE LOS 17 Y 60 AÑOS DE EDAD. FUNDACIÓN AMIGOS CONTRA EL CÁNCER- FUNDECAN-GUATEMALA, GUATEMALA, 2015***, de la estudiante Zonia Ivonne Quintana Ardón, ha sido objeto de revisión gramatical y estilística, por lo que puede continuar con el trámite de graduación.

Atentamente.



Lic. Edgar Lizardo Porres Velásquez

Asesor Lingüístico

Universidad Galileo



Galileo
UNIVERSIDAD
La Revolución en la Educación

FACOM Facultad de Ciencias
de la Comunicación

Guatemala, 23 de junio de 2015

**Señorita
Zonia Ivonne Quintana Ardón
Presente**

Estimada Señorita Quintana:

De acuerdo al dictamen rendido por la terna examinadora del proyecto de graduación titulado: **DISEÑO DE MATERIAL INFORMATIVO IMPRESO PARA DAR A CONOCER ACERCA DE LA DETECCIÓN Y TRATAMIENTO DE CÁNCER DE MAMA EN MUJERES COMPRENDIDAS ENTRE LOS 17 Y 60 AÑOS DE EDAD. FUNDACIÓN AMIGOS CONTRA EL CÁNCER -FUNDECAN-GUATEMALA, GUATEMALA 2015.** Presentado por la estudiante: Zonia Ivonne Quintana Ardón, el Decano de la Facultad de Ciencias de la Comunicación autoriza la publicación del Proyecto de Graduación previo a optar al título de Licenciada en Comunicación y Diseño.

Sin otro particular, me suscribo de usted.

Atentamente,

**Lic. Leizer Kachler
Decano
Facultad de Ciencias de la Comunicación**

Rector

Dr. Eduardo Suger Cofiño

Vicerrectora

Dra. Mayra de Ramírez

Vicerrector Administrativo

Lic. Jean Paul Suger Castillo

Secretario General

Lic. Jorge Retolaza

Decano de la Facultad de Ciencias de la Comunicación

Lic. Leizer Kachler

Vicedecano de la Facultad de Ciencias de la Comunicación

Lic. Rualdo Anzueto

Dedicatoria

A Dios, por ser el guía de mi vida, darme la fortaleza y perseverancia necesaria para formarme como persona y profesional.

A mis padres, por su apoyo y amor incondicional en cada etapa de mi vida, por hacerme una mujer de bien, por ser mi mejor ejemplo.

A mi familia, porque siempre está para apoyarme, por su gran amor y comprensión.

A mis amigos y compañeros de estudio, por hacer que este recorrido sea más divertido a su lado, por apoyarnos mutuamente y porque juntos hemos cumplido metas importantes para nuestra vida.

A mis catedráticos, por cada enseñanza y conocimientos compartidos.

Resumen

Fundecán Guatemala no contaba con un diseño de un material informativo impreso para dar a conocer acerca de la detección y tratamiento de cáncer de mama.

Por lo que se planteó el siguiente objetivo: Diseñar un material informativo impreso para dar a conocer acerca de la detección y tratamiento de cáncer de mama.

Se realizó una herramienta de validación para conocer la percepción del grupo objetivo conformado por mujeres comprendidas entre los 17 y 60 años de edad con un nivel socio-económico nivel E y D, quienes poseen un nivel de educación primaria incompleta o completa y expertos en las áreas de comunicación y diseño.

Como resultado obtenido se analizó que muchas mujeres no están informadas sobre el cáncer de mama, por lo que fue necesario hacer una serie de material impresos para informar y prevenir a toda mujer. Se recomienda hacer conciencia a las mujeres en cuidarse e informar a sus seres queridos sobre la importancia de esta enfermedad para que se prevengan y se puedan salvar más vidas.

Para efectos legales únicamente la autora es responsable del contenido de este proyecto

ÍNDICE

<i>Capítulo I:</i>	<u>1</u>
Introducción:	<u>2</u>
<i>Capítulo II</i>	<u>4</u>
2.1 Contexto	<u>5</u>
2.2 Requerimiento de Comunicación y Diseño	<u>5</u>
2.3 Justificación	<u>6</u>
<i>Capítulo III Objetivos del diseño</i>	<u>9</u>
3.1 Objetivo general	<u>10</u>
3.2 Objetivos específicos	<u>10</u>
<i>Capítulo IV: Marco de referencia</i>	<u>11</u>
4.1 Información general del cliente:	<u>12</u>
<i>Capítulo V: Definición del grupo Objetivo</i>	<u>17</u>
5.1 Perfil geográfico:	<u>18</u>
5.2 Perfil demográfico:	<u>18</u>
5.3 Perfil psicográfico	<u>19</u>
5.4 Perfil conductual	<u>19</u>
<i>Capítulo VI: Marco teórico</i>	<u>20</u>
Conceptos fundamentales relacionados con el producto o servicio:	<u>21</u>
6.2 Conceptos fundamentales relacionados con la comunicación y el diseño:	<u>33</u>
Ciencias auxiliares, artes, teorías y tendencias	<u>46</u>
<i>Capítulo VII: Proceso de diseño y propuesta preliminar</i>	<u>55</u>
7.1 Aplicación de la información obtenida en el marco teórico:	<u>56</u>
7.2 Conceptualización:	<u>59</u>
7.3 Bocetaje	<u>63</u>
7.4 Propuesta preliminar	<u>94</u>
<i>Capítulo VIII: Validación técnica</i>	<u>108</u>
8.1 Población y muestreo	<u>109</u>
8.2 Método e instrumentos:	<u>110</u>

8.3 Resultados e interpretación de resultados:	115
8.4 Cambios en base a los resultados:	124
<i>Capítulo IX: Propuesta gráfica final</i>	140
<i>Capítulo X: Producción, reproducción y distribución</i>	163
10.1 Plan de costos de elaboración:	164
10.2 Plan de costos de producción:	165
10.3 Plan de costos de reproducción:	165
10.4 Plan de Costos de Distribución:	166
10.5 Cuadro con resumen general de costos:	167
<i>Capítulo XI: Conclusiones y recomendaciones</i>	168
Conclusiones:	169
11.2 Recomendaciones	170
<i>Capítulo XII: Conocimiento general</i>	171
<i>Capítulo XIII: Referencias</i>	173
<i>Capítulo XIV: Anexos</i>	177

CAPÍTULO

I

Capítulo I:

Introducción:

Fundecán es una fundación que se dedica a proporcionar los recursos necesarios para detectar y curar el cáncer. Tiene como función apoyar a las entidades que actualmente se ocupan de combatir la enfermedad del cáncer de distintas formas como: conseguir medicamentos, conseguir equipo médico y conseguir fondos para llevar a cabo tratamientos contra el cáncer de mama para mujeres de escasos recursos.

Al analizar por qué existen tantos casos donde la mujer lleva avanzado el cáncer de mama, dio como resultado que las mujeres no están lo suficientemente informadas sobre el tema, por consiguiente no le prestan atención a cambios existentes en su cuerpo.

Por esta razón se realizó el diseño de un material informativo impreso para dar a conocer acerca de la detección y tratamiento de cáncer de mama, en mujeres comprendidas entre los 17 y 60 años de edad.

Dentro de este material se incluye un afiche y un trifoliar que pretende concientizar a todas las mujeres sobre los cuidados que deben tener para detectar el cáncer de mama en una etapa temprana. De la misma forma, con ayuda de un folleto impreso se pretende ayudar, tanto informativo como emocionalmente a toda mujer detectada con cáncer de mama que ayuda FUNDECÁN, pretende que la mujer aborde la enfermedad de manera adecuada tanto personal como con su alrededor.

Todo el material realizado en este proyecto es validado mediante una encuesta presencial por profesionales, expertos en los temas, y por 25 personas del grupo objetivo. Obtenido los resultados, se hicieron cambios significativos para el proyecto y de mejoras para el presente material.

Con este proyecto, muchas mujeres estarán mejor informadas sobre el cáncer de mama, hacerse el autoexamen con ayuda de la infografía realizada y asimismo cuidar a sus seres queridos de esta enfermedad.

CAPÍTULO

II

Capítulo II

Problemática:

La Fundación Amigos Contra el Cáncer FUNDECAN, carece de material informativo para dar a conocer acerca de la detección y tratamientos de cáncer de mama.

2.1 Contexto

Los casos de cáncer registran un incremento en Guatemala, sobre todo dentro de la población femenina, según estadísticas de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Fundecán es un grupo de mujeres y hombres, que voluntariamente con amor y esfuerzo, se dedican a proporcionar los recursos necesarios para detectar y curar el cáncer, hacer énfasis en programas preventivos para que las personas entiendan la problemática del cáncer.

En el último año se reportaron cerca de 800 nuevos pacientes. El 47 % abandona la terapia por falta de recursos.

FUNDECAN “Fundación Amigos Contra el Cáncer”. Carece de material informativo para dar a conocer sobre el cáncer de mama.

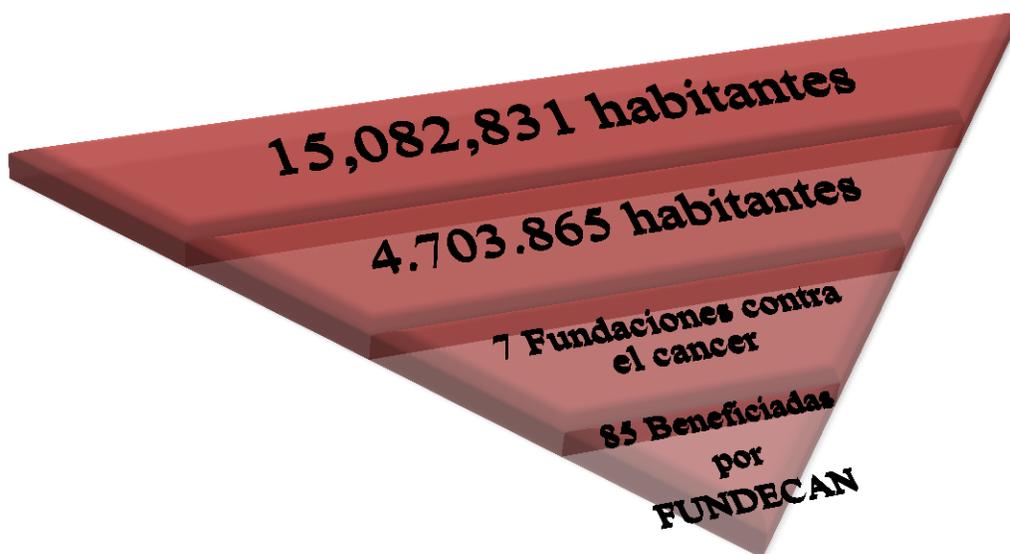
2.2 Requerimiento de Comunicación y Diseño

Fundecán no cuenta con material informativo impreso para dar a conocer acerca de la detección y tratamiento de cáncer de mama en mujeres comprendidas entre los 17 y 60 años de edad. Por lo que se realizará el diseño de un afiche, un tríptico, un folleto y tarjetas de presentación para la junta directiva de la misma.

2.3 Justificación

Para sustentar de manera consistente las razones por las que se consideró importante el problema y la intervención del diseñador-comunicador, se justifica la propuesta a partir de cuatro variables: a) magnitud; b) trascendencia; c) vulnerabilidad; y d) factibilidad (se despejan todas y cada una de las variables).

2.3.1 Magnitud



Una voz contra el cáncer, Fundación Azteca Guatemala, AYUVI, Fundación Red de Sobrevivientes de Cáncer, FARES, Liga nacional contra el cáncer, Unidos contra el cáncer, FUNDECAN

2.3.2 Vulnerabilidad

Actualmente la mayoría de mujeres no están informadas sobre el tema del cáncer de mama, y Fundecán no cuenta con material informativo que prevenga y oriente a las mujeres sobre los exámenes que se deben realizar para detectar la enfermedad así como orientar a las mujeres que ya se encuentran en tratamiento.

2.3.3 Trascendencia

Al contar con material informativo que prevenga y oriente a las mujeres, ellas podrán informarse y orientarse de los pasos que deben seguir para detectar a tiempo la enfermedad, así como crear conciencia sobre la importancia de cuidar su salud y realizarse los chequeos a tiempo. Y para las que se encuentran ya bajo tratamiento, orientarse de los procesos.

2.3.4 Factibilidad

2.3.4.1 Recursos Humanos: La fundación cuenta con el factor humano adecuado como son las señoras que pertenecen a la junta directiva de fundecan: Clara de Neutze, Patricia de García y Regina de Sinibaldi, que tienen la capacidad, conocimiento, experiencia y habilidades para el manejo, funcionamiento de los demás recursos, lo que da la posibilidad de desarrollar las funciones que desempeñan dentro de la fundación.

2.3.4.2 Recursos Organizacionales: La junta directiva de la fundación están en la disposición de brindar toda la información necesaria de la fundación, para llevar a cabo este proyecto.

2.3.4.3 Recursos Económicos: La fundación cuenta con los recursos y donaciones necesarias, que posibilita la realización de este proyecto.

2.3.4.4 Recursos Tecnológicos: La fundación cuenta con el equipo y las herramientas indispensables para elaborar, producir y distribuir el resultado del proyecto de graduación.

CAPÍTULO

III

Capítulo III Objetivos del diseño

3.1 Objetivo general

Diseñar material informativo impreso para dar a conocer acerca de la detección y tratamiento de cáncer de mama, en mujeres comprendidas entre los 17 y 60 años de edad.

Fundación Amigos Contra el Cáncer –FUNDECAN–.

3.2 Objetivos específicos

- Investigar acerca del cáncer de mama; su prevención, detección y tratamientos a los que se enfrentan las mujeres a través de referencias bibliográficas, en libros, sitios web e información proporcionada por la fundación para complementar el material.
- Recopilar información acerca de la Fundación y el trabajo que realizan que ayuden a complementar el material a realizarse.
- Fotografiar modelos femeninas para ilustrar el contenido de los materiales informativos impresos.
- Elaborar piezas gráficas impresas adicionales que faciliten a la junta directiva de FUNDECAN para identificación y contacto.

CAPÍTULO

IV

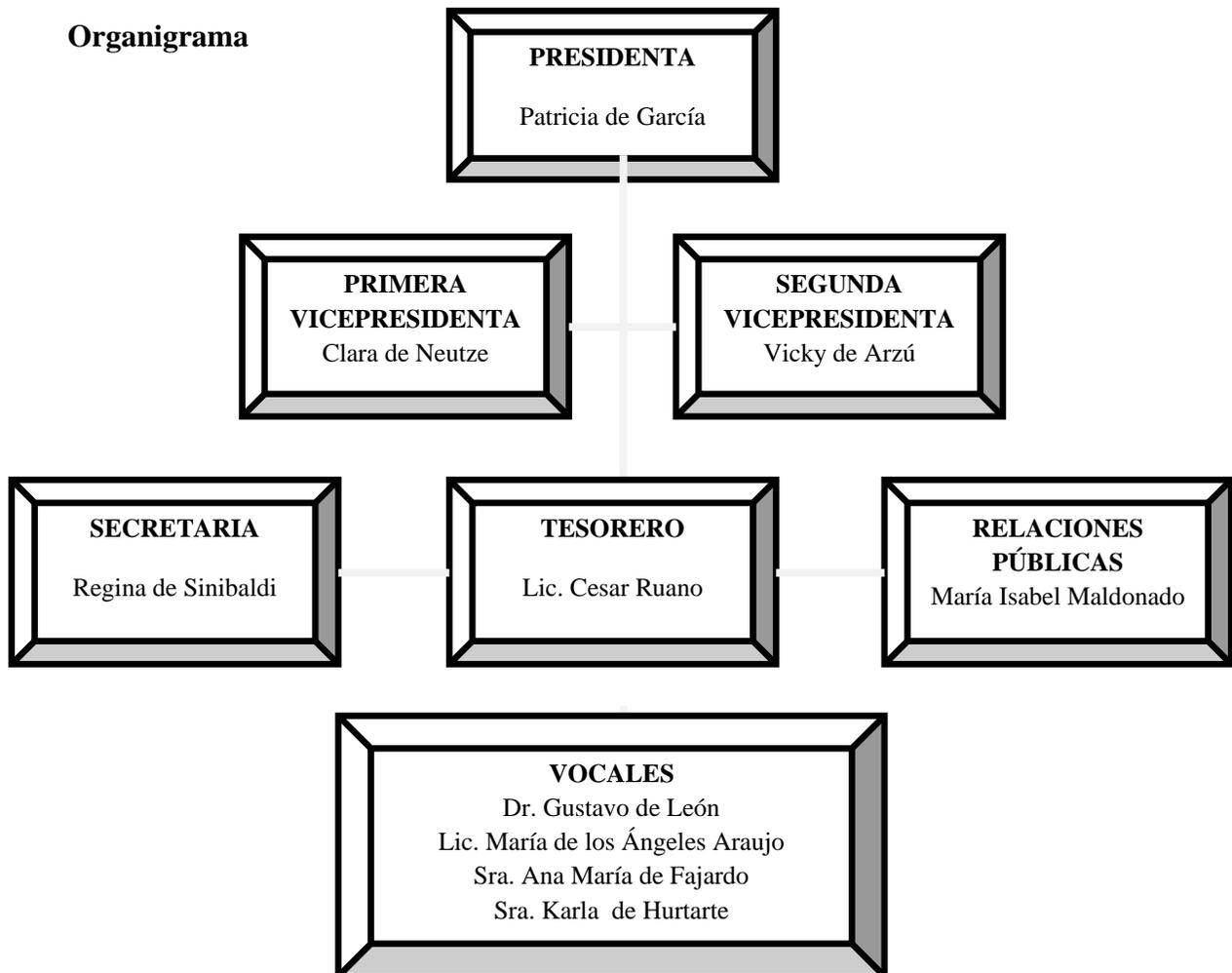
Capítulo IV: Marco de referencia

4.1 Información general del cliente:

FUNDECAN se dedica a proporcionar los recursos necesarios para detectar y curar el cáncer. Tiene como función apoyar a las entidades que actualmente se ocupan de combatir la enfermedad del cáncer de distintas formas, como:

- Conseguir medicamentos
- Conseguir equipo médico
- Conseguir fondos para llevar a cabo tratamientos contra el cáncer de mama para mujeres de escasos recursos.

Organigrama



BRIEF

Proyecto: Diseño de un material informativo impreso para dar a conocer acerca de la detección y tratamiento de cáncer de mama en mujeres comprendidas entre los 17 y 60 años de edad. Fundación Amigos Contra el Cáncer –FUNDECAN-.

Datos de la empresa

Nombre del cliente (empresa): Fundación Amigos Contra el Cáncer –FUNDECAN-

Dirección: 12 calle 1-25 zona 10 Edificio Géminis 10 torre norte Oficina 1109

Email: info@fundecan.org_

Tel: 2335-3502 y 2335-3504

Antecedentes:

Logros obtenidos por FUNDECAN

- Apoyo pacientes INCAN

2012 - Atendidos 31 pacientes con un costo de Q. 133,375

2013 - Atendidos 28 pacientes con un costo. Q. 172,401

- Apoyo pacientes Hospital General San Juan de Dios

2012 - Atendidos 13 pacientes con un costo de Q. 164,616

2013 - Atendidos 13 pacientes con un costo de Q. 164,700

- Otros apoyos de medicamentos

2012 Y 2013 – Q 86,817.16

Oportunidad identificada: Muchas de las mujeres detectadas con cáncer de mama no conocen sobre la enfermedad por falta de conocimiento e interés. Dada esta necesidad se realizará material informativo impreso para dar a conocer acerca de la detección y tratamiento de cáncer de mama.

Misión: Llenar el vacío existente en nuestro país para ayudar a las mujeres de escasos recursos en la prevención y cura del mal silencioso del cáncer de mama a través de información, educación, donaciones y eventos.

Visión: Fundación benéfica e independiente, con el fin de contribuir en Guatemala para la detección y curación de cáncer. Recaudar fondos con el fin de: Apoyar instituciones, patronatos, hospitales y demás entidades que ofrezcan tratamiento a pacientes de escasos recursos en programas de prevención, detección, curación y cuidados paliativos tanto en el perímetro de la ciudad capital como en los departamentos, municipios, aldeas y caseríos de nuestra Guatemala. Divulgar formas de detectarlo como también ofrecer cirugías, radioterapias, quimioterapias preventivas y curativas. Crear albergues que brinden ayuda emocional, espiritual y psicológica, tanto a los pacientes como a sus familiares.

Grupo objetivo: Mujeres comprendidas entre los 17 y 60 años de edad de la República de Guatemala, con un nivel socioeconómico E y D.

Principal beneficio al grupo objetivo: Educar y ofrecer tratamientos preventivos a la mayor parte de población.

Factores de diferenciación: Ayuda a la mujer de escasos recursos a recuperarse del cáncer de mama.

Objetivo de comunicación: Dar a conocer acerca de la detección y tratamiento de cáncer de mama.

Mensajes claves a comunicar: Hacer conciencia de la realización de exámenes preventivos para la detección del cáncer de mama y preparar a las mujeres detectadas con cáncer de mama para sus tratamientos a realizar.

Materiales a realizar: Material informativo (folleto y trifoldar)

Datos del logotipo

Colores: El logotipo tiene dos listones; El rosado simboliza universalmente el cáncer de mama. El celeste representa el cáncer de próstata. El fondo azul representa el cáncer de colon, que afecta sin distinción de género. Las letras blancas reflejan el brillo de esperanza de vida.

Forma: Tiene como objetivo mostrar la solidaridad y la amistad de todos aquellos que combaten unidos esta agresiva y terrible enfermedad. Los dos listones se fusionan para formar un corazón, símbolo del amor de la familia, célula de la sociedad.

Logotipo



Diseños realizados:

Los diseños realizados para fundecán han sido por colaboración de practicantes de Diseño Gráfico de distintas universidades.



CAPÍTULO

V

Capítulo V: Definición del grupo Objetivo

Se presenta la referencia del grupo objetivo planteado de la estrategia de la Fundación Amigos Contra el Cáncer.

5.1 Perfil geográfico:

Las pacientes a las que se les brinda la ayuda son mujeres de cualquier ubicación de la República de Guatemala, referidas por Unidades de Trabajo Social del Hospital San Juan de Dios o por el INCAN.

- Superficie de 108,889 km²
- Censo de 15,082,831 habitantes
- Densidad de 142.6 hab./km².

5.2 Perfil demográfico:

- Mujeres comprendidas de 17 y 60 años de edad.
- Género Femenino
- Ciclo de vida familiar: mujeres solteras o casadas
- Nivel socioeconómico: nivel E y D
- Ingreso: Aproximadamente de Q.1,400.00 a Q.4,000.00
- Ocupación: Ama de casa o trabajadora.
- Sin preferencia de religión
- Nivel educativo: Primaria incompleta o completa

Fuente www.ine.gob.gt

5.3 Perfil psicográfico

- Actividades: Trabajo y manutención del hogar
- Diversión: Parques, C.C, estadios.
- Bienes de comodidad: Radio, televisión, celular.

5.4 Perfil conductual

Estudiantes, trabajadoras o amas de casa que les gusta vivir y divertirse, pero que no están lo suficientemente informadas sobre los cuidados necesarios y sobre las prevenciones que deben tener al estar todas las mujeres en riesgo de padecer cáncer de mama.

Estudiantes, trabajadoras o amas de casa que desean recuperarse y salir delante de dicha enfermedad. Son mujeres que necesitan un aliento para saber llevar esta enfermedad junto con su familia, que saben que es una enfermedad difícil y con tratamientos no tan agradables, pero que el vivir lo vale.

CAPÍTULO

VI

Capítulo VI: Marco teórico

Conceptos fundamentales relacionados con el producto o servicio:

6.1.1 Fundación

Es una organización sin fines de lucro, con el fin de beneficiar a personas por causas humanitarias y/o sociales. (Universidad de Valencia, 2009. <http://www.uv.es/uvweb/universidad/es/accesibilidad/unidad-integracion-personasdiscapacidad/convenios/fundacion-universia-1285925306771.html>).

6.1.2 Fundador (es)

Es una persona o personas que crean y establecen una organización generando ayuda a los individuos. (Universidad de Valencia, 2009. <http://www.uv.es/uvweb/universidad/es/accesibilidad/unidad-integracion-personasdiscapacidad/convenios/fundacion-universia-1285925306771.html>).

6.1.3 Donación

Libertad de un individuo u organización de entregar algo voluntariamente para beneficio de otras personas.

6.1.4 Patrocinio

El patrocinio puede ser un acuerdo para intercambiar publicidad a cambio de asumir la responsabilidad de apoyar un evento popular o entidad.

6.1.5 Patrocinadores

Persona que patrocina y/o protege las actividades de otras personas, fundaciones u organizaciones (<http://www.wordreference.com/definicion/patrocinio>).

6.1.6 Beneficiarios

Personas que adquieren beneficios o utilidades que se originan de un suceso.

6.1.7 Enfermedad

Es una alteración perjudicial que atenta contra la salud de un ser vivo provocado por diversos factores, ya sea a escala molecular, corporal, mental, emocional o espiritual.

6.1.8 Cáncer

Enfermedad neoplásica con transformación de las células. Esto quiere decir que es un proceso de crecimiento y diseminación incontrolados de células y pueden aparecer en cualquier lugar del cuerpo (La Real Academia Española. <http://lema.rae.es/drae/?val=c%C3%A1ncer>).

Importante destacar que un porcentaje importante de cánceres pueden curarse mediante cirugía, radioterapia o quimioterapia, especialmente si se detectan en una fase temprana.

6.1.9 Cáncer de mama

Organización Mundial de la Salud considera que es el cáncer más frecuente en las mujeres tanto en los países desarrollados como en los países en desarrollo.

Aunque se informe sobre programas de detección, estos reducen de cierta manera el riesgo, pero el principal problema sigue siendo que se detecta en fases muy avanzadas (<http://www.who.int/topics/cancer/breastcancer/es/>).

6.1.10 Diagnóstico

Se refiere a la detección del origen de un fenómeno, para así llegar a una posible solución o tratamiento de la enfermedad. El diagnóstico precoz y preciso resulta esencial para la atención eficaz y la vigilancia de la enfermedad.

“La primera fase fundamental en el tratamiento del cáncer es establecer un diagnóstico basado en un examen patológico. Para determinar la extensión del tumor hay que realizar una serie de pruebas. La estadificación suele requerir recursos cuantiosos que pueden resultar prohibitivos en entornos de escasos recursos, donde, debido a un diagnóstico tardío, que a su vez es consecuencia del acceso deficiente a la atención, en la mayor parte de los pacientes la enfermedad se encuentra ya en fase avanzada (Organización Mundial de la Salud (s.f), <http://www.who.int/topics/cancer/breastcancer/es/index3.html>)

6.1.11 Prevención

Según La Real Academia Española (RAE), es preparar con antelación lo necesario para un fin, anticiparse a una dificultad, prever un daño, avisar a alguien de algo. Esto hace que se minimice el riesgo de algún fenómeno dañino en la salud, evitando enfermedades.

Según la Organización Mundial de la Salud, al menos un tercio de todos los casos de cáncer pueden prevenirse. La prevención constituye la estrategia a largo plazo más costo eficaz para el control del cáncer.

6.1.12 Detección

Es localizar algo que es difícil de observar a simple vista ya que no es evidente, la detección precoz de las enfermedades permite encarar rápidamente su tratamiento, con altas probabilidades de salvar vidas.

6.1.13 Formas de detección

Según El Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades, La detección del cáncer de mama (seno) consiste en examinar las mamas de una mujer para detectar la posible presencia de células cancerosas antes de que aparezcan los primeros síntomas o signos de la enfermedad. Hay tres tipos principales de pruebas para detectar el cáncer de mama (Centro para el control y la prevención de enfermedades,2013.http://www.cdc.gov/spanish/cancer/breast/basic_info/diagnosis.htm)

6.1.13.1 Mamografía: Una mamografía es una radiografía de las mama, son el mejor método de detección temprana del cáncer de mama, cuando todavía el tumor no ha crecido demasiado, no se han manifestado los síntomas y aún es fácil de tratar.

6.1.13.2 Examen clínico de mama: Un examen clínico de mama es un examen mediante el cual un médico o una enfermera palpan la mama para detectar la posible presencia de bultos u otras alteraciones.

6.1.13.3 Autoexamen de mama: El autoexamen de mama o de mama es cuando la misma persona se palpa las mamas para detectar posibles bultos, cambios en el tamaño o la forma de la mama o cualquier otra alteración en las mamas o debajo de los brazos (axilas).

6.1.14 Tratamiento

Se emplea para referirse al modo de actuar frente a algo o alguien. Entre los tratamientos médicos para combatir enfermedades, pueden prescribirse medicamentos, dietas, cambios de hábitos, incumbencia de los médicos clínicos, o recurrir a terapias más cruentas como las quirúrgicas, que corresponden a la intervención de médicos cirujanos.

Los principales objetivos de un programa de diagnóstico y tratamiento del cáncer son curar o prolongar considerablemente la vida de los pacientes, y garantizar la mejor calidad de vida posible a quienes sobreviven a la enfermedad. (Organización Mundial de la Salud, 2013. <http://www.who.int/topics/cancer/breastcancer/es/index3.html>).

6.1.15 Tratamientos para el cáncer de mama

Según American Cancer Society (2014), los tipos principales de tratamiento para el cáncer de seno son:

- Cirugía
- Radioterapia
- Quimioterapia
- Terapia hormonal

- Terapia dirigida
- Terapia dirigida a los huesos.

6.1.16 Cirugía

American Cancer Society (2014). A menudo se necesita cirugía para extirpar un tumor de seno. Las opciones quirúrgicas son la cirugía conservadora del seno y la mastectomía, el seno se puede reconstruir al mismo tiempo que la cirugía o en una fecha posterior. La cirugía también se hace para verificar si el cáncer se propagó a los ganglios linfáticos que están debajo del brazo (<http://www.cancer.org/espanol/cancer/cancerdeseno/resumen/resumen-sobre-el-cancer-de-seno-treating-surgery>).

6.1.17 Quimioterapias

University of Maryland Medical Center sostiene que el término se usa para referirse a los medicamentos para combatir el cáncer. La quimioterapia se administra con mayor frecuencia en ciclos, los cuales pueden durar desde un día hasta semanas o más.

Su objetivo es destruir las células que componen el tumor, con el fin de lograr la reducción de la enfermedad (University of Maryland Medical Center, 2014. <http://umm.edu/health/medical/spanishency/articles/quimioterapia>).

Actúa en la fase de división de la célula tumoral impidiendo su multiplicación, y destruyéndolas. Con el tiempo, esto se traduce en una disminución o desaparición del tumor maligno (Asociación Española Contra el Cáncer).

6.1.18 Tipos de Quimioterapia

Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM),(2013). Los tipos de quimioterapia se pueden dividir en:

6.1.18.1 Según la finalidad de la administración: La quimioterapia para el tratamiento del cáncer se suele combinar con cirugía y radioterapia, de manera que el mejor abordaje del tratamiento es el multidisciplinar. El objetivo de la quimioterapia consiste en la destrucción de células tumorales. Según cuándo y con qué finalidad se administre la quimioterapia respecto a las otras modalidades terapéuticas del cáncer, ésta se clasifica en:

- Quimioterapia adyuvante: Es la quimioterapia que se administra generalmente después de un tratamiento principal como es la cirugía, para disminuir la incidencia de diseminación a distancia del cáncer.
- Quimioterapia neoadyuvante o de inducción: Es la quimioterapia que se inicia antes de cualquier tratamiento quirúrgico o de radioterapia con la finalidad de evaluar la efectividad in vivo del tratamiento. La quimioterapia neoadyuvante disminuye el estadio tumoral pudiendo mejorar los resultados de la cirugía y de la radioterapia y en algunas ocasiones la respuesta obtenida al llegar a la cirugía, es factor pronóstico.
- Radioquimioterapia concomitante: También llamada quimioradioterapia, que se administra de forma concurrente o a la

vez con la radioterapia con el fin de potenciar el efecto de la radiación o de actuar espacialmente con ella, es decir potenciar el efecto local de la radiación y actuar de forma sistémica con la quimioterapia.

- Quimioterapia paliativa: en tumores que no se vayan a intervenir quirúrgicamente por existir metástasis a distancia y cuando la finalidad del tratamiento no sea curativa.

6.1.18.2 Según el modo de administración:

- Monoterapia: administración de un único fármaco antineoplásico.
- Poliquimioterapia: Es la asociación de varios agentes antineoplásicos que actúan con diferentes mecanismos de acción, sinérgicamente, con el fin de disminuir la dosis de cada fármaco individual y aumentar la potencia terapéutica de todas las sustancias juntas. Esta asociación de quimioterápicos suele estar definida según el tipo de fármacos que forman la asociación, dosis y tiempo en el que se administra, formando un esquema de quimioterapia.
- Poliquimioterapia combinada: administración de varios fármacos conjuntamente.
- Poliquimioterapia secuencial: administración de fármacos secuencialmente.

6.1.18.3 Según la vía de administración:

La vía más habitual es la intravenosa, frecuentemente se utiliza un catéter para la infusión, que en ocasiones se adhiere a un dispositivo pequeño, de plástico o de metal, que se coloca bajo la piel y evita pinchazos.

En los últimos años, con la intención de facilitar la administración de quimioterapia, se han desarrollado y comercializado agentes de quimioterapia por vía oral; éste es el caso de capecitabina y temozolamida, entre otros. El tipo de administración por vía oral, no significa la ausencia de toxicidad, por lo que siempre se deben manejar y administrar por oncólogos médicos expertos en su prescripción, mecanismo de acción y manejo de la toxicidad.

Por otro lado, la administración de quimioterapia regional se utiliza para incrementar la perfusión de quimioterapia en determinadas localizaciones. Los principales tipos de quimioterapia regional son: La quimioterapia intracavitaria, bien sea intravesical, intraperitoneal, intrapleural, intradural, y la quimioterapia intraarterial. Habitualmente, estas vías sólo se utilizan en situaciones especiales, por ejemplo: quimioterapia intraperitoneal en el caso de carcinomatosis peritoneal por tumores de ovario o de origen digestivo; quimioterapia intratecal en el caso de linfomas de alto grado o carcinomatosis meníngea; quimioterapia intravesical en los tumores superficiales de vejiga.

6.1.18.4 Según el mecanismo de acción: Los fármacos quimioterápicos se dividen en dos categorías principales, citotóxicos y citostáticos. Aunque desde una perspectiva clínica, el principio fundamental es que los fármacos a emplear en el tratamiento del cáncer deben presentar un índice terapéutico adecuado, es decir, contar con evidencias de eficacia clínica que justifiquen su uso, tener un perfil de toxicidad aceptable (previsible, reversible y manejable), e idealmente contar con una explicación coherente sobre su mecanismo acción, desde el punto de vista del desarrollo clínico de nuevos fármacos.

Los modelos para los citostáticos frente a los citotóxicos son claramente diferenciados en sus fases iniciales. En el caso de los fármacos citotóxicos, los objetivos en estudios iniciales deben ser la toxicidad limitante de dosis y conocer la dosis recomendada, además de la tasa de respuestas. Por el contrario, los estudios iniciales de fármacos citostáticos principalmente se valorará la farmacodinámica o el efecto biológico de la saturación de la diana sobre la que actúa, además del tiempo a la progresión y la capacidad de estabilización de la enfermedad.

(Sociedad Española de Oncología Médica, 2013.
<http://www.seom.org/es/informacion-sobre-el-cancer/info-tipos-cancer/cancer-de-mama-raiz/cancer-de-mama>).

6.1.19 Radioterapias

Según la Asociación Española Contra el Cáncer, es una de las terapias oncológicas más empleadas en el tratamiento de los tumores malignos, con el fin de realizar el tratamiento local y sistémico al mismo tiempo, mejorando así los resultados de cada terapia por separado (Asociación española contra el cáncer, 2012. <https://www.aecc.es/SobreElCancer/Tratamientos/Radioterapia/Paginas/Radioterapia.aspx>).

6.1.20 Terapia hormonal

La terapia hormonal es otra forma de terapia sistémica. Se usa con más frecuencia como terapia adyuvante para ayudar a reducir el riesgo de que el cáncer regrese después de la cirugía, aunque también puede ser usada como tratamiento neoadyuvante. También se usa para tratar el cáncer que se ha propagado o ha regresado después del tratamiento (American Cancer Society, 2014. <http://www.cancer.org/espanol/cancer/cancerdeseno/resumen/resumen-sobre-el-cancer-de-seno-treating-hormone-therapy>)

6.1.21 Terapia dirigida

Estos medicamentos dirigidos funcionan de distinta manera que los que se usan comúnmente en la quimioterapia. Generalmente originan diferentes efectos secundarios y suelen ser menos severos (American Cancer Society, 2014. <http://www.cancer.org/espanol/cancer/cancerdeseno/resumen/resumen-sobre-el-cancer-de-seno-treating-targeted-therapy>).

6.1.22 Terapia dirigida a los huesos

Cuando el cáncer se propaga a los huesos, puede causar dolor y provocar fracturas de huesos, así como otros problemas. Los medicamentos, como los bifosfonatos y el denosumab pueden reducir el riesgo de estos problemas (American Cancer Society, 2014. <http://www.cancer.org/espanol/cancer/cancerdeseno/re-sumen/resumen-sobre-el-cancer-de-seno-treating-bone-therapy>).

6.1.23 Causas del cáncer de mama

Existen muchos factores que pueden ser influyentes de llegar a tener cáncer de mama; las hormonas desempeñan un papel en muchos casos del cáncer de seno, aunque no se conoce totalmente cómo esto ocurre, ciertas mutaciones hereditarias en el ADN pueden aumentar dramáticamente el riesgo de padecer ciertos cánceres. Las pruebas genéticas pueden identificar a algunas mujeres que han heredado las mutaciones en los genes supresores de tumores BRCA1 o BRCA2, estas mujeres pueden tomar medidas para reducir su riesgo de cáncer de seno, y supervisar cuidadosamente los cambios de los senos a fin de detectar la enfermedad en una etapa más temprana, más tratable (American Cancer Society, 2013. <http://www.cancer.org/espanol/cancer/cancerdeseno/resumen/resumen-sobre-el-cancer-de-seno-causes-what-causes>).

6.2 Conceptos fundamentales relacionados con la comunicación y el diseño:

6.2.1 Conceptos fundamentales relacionados con la comunicación

6.2.1.1 Comunicación

La comunicación es un proceso por medio del cual un emisor transmite mensajes a un receptor mediante un código común a ambos, con la finalidad de hacerle llegar una determinada información y así persuadirlo según convenga sus propósitos. (Carlos González Alonso (s.f), “Principios básicos de la comunicación”).

La comunicación es un proceso en donde interviene emisor, receptor, mensaje, canal, ruido y código. La comunicación es vital para tener un intercambio de mensajes (información) ya sea verbal o no verbal y así poder transmitir un sentimiento o una idea. Por ello es importante tomar conciencia y asumir el control de lo que comunicamos para ser eficientes y obtener el máximo de las personas y las situaciones.

Fernando González Rey “Personalidad y Educación”. La comunicación es un proceso de interacción social a través de signos y sistemas de signos que surgen como producto de la actividad humana. Los hombres en el proceso de comunicación expresan sus necesidades, aspiraciones, criterios, emociones’.

6.2.1.2 Tipos de comunicación

6.2.1.2.1 Comunicación Verbal: Puede sostenerse como la principal forma de comunicación que se utiliza, siendo oral o escrita, esta se lleva a cabo por medio de palabras y para que sea efectiva se requiere que esta sea precisa, clara y bidireccional.

6.2.1.2.2 Comunicación no verbal: Esta comunicación es igual de importante y efectiva que la verbal o la gráfica, puede ser por medio del

movimiento corporal (postura, gestos, ademanes), movimientos, diferencias culturales, etc. En la comunicación no verbal se incluyen tanto las acciones que se realizan como las que dejan de realizarse.

6.2.1.2.3 Comunicación gráfica: La comunicación gráfica se ha convertido en un apoyo indispensable para la comunicación verbal para transmitir una idea completa (Tipos de comunicación (s.f). http://www.cca.org.mx/lideres/cursos/redaccion/comunicacion/contenido_tiposcom.htm)

6.2.1.3 Medios de comunicación impresos

Los principales medios de comunicación en la actualidad son: el periódico, los libros, el telégrafo, el teléfono, la radio, la televisión e internet. Sin embargo muchas compañías prefieren utilizar los medios impresos ya que muchos de ellos se reparten directamente a las personas que les va dirigida la información, aunque esto no asegura que todos lo lean.

Existen diversos medios de comunicación impresos; periódicos, revistas, folletos, volantes, trifoliales, afiches, muppi y vallas.

6.2.2 Conceptos fundamentales relacionados con el diseño

6.2.2.1 Boceto

Los bocetos cumplen funciones de estudios preparatorios, dibujos previos o bocetos de la futura obra. (Dibujo técnico, F.J. Rodríguez de abajo (s.f))

El boceto es un dibujo ejecutado de forma esquemática que sirve para representar una idea. Es un dibujo preparatorio que se hace previo a realizar el diseño o ilustración definitiva, sirve también como apoyo a una explicación sobre un concepto o situación.

6.2.2.2 Creatividad

Es la capacidad del ser humano de producir cosas nuevas con cierto valor. La creatividad hace al ser humano capaz de producir ideas o comportamientos que son originales, sorprendentes o inusuales y que además supongan una contribución positiva a la vida de esa persona en particular o de las personas en general y que sea adaptativa.

6.2.2.3 Fases del proceso creativo

El proceso creativo consta de cuatro fases fundamentales. Investigación y recopilación de información: El inicio de cualquier proyecto en el que es preciso ser creativo exige analizar e investigar el tema para conseguir toda la información posible sobre él. Es conveniente leer, hacerse preguntas, averiguar cosas y recopilar todo lo que sea posible hasta lograr alcanzar una visión global de todo el asunto (Dibujo técnico, F.J. Rodríguez de abajo (s.f)).

- Conversión de la información en ideas: Toda la información que se ha recopilado debe convertirse o transformarse en nuevas ideas, estas nos proporcionan la inspiración y consecución de las respuestas necesarias.
- Evaluación de las ideas: El momento más adecuado para comenzar a evaluar cuáles son las mejores ideas es el que corresponde a la consecución de un número elevado de ellas, puesto que de la cantidad surge la calidad. La mejor casi nunca coincidirá con la primera que se nos venga a la cabeza.
- Ejecución: Es necesario tener presente que la idea final debe poderse llevar a cabo, ejecutarse. De lo contrario, el nivel de frustración será elevado.

6.2.2.4 Diseño

Lo que cuenta no son las cosas, sino la gente. El objeto de todo diseño es facilitar o permitir desarrollar una actividad dada. Los objetos son medios que la gente usa para alcanzar fines. Frascara (2006). Actas de Diseño. La Escuela de Diseño en el Hábitat (EDH) considera al diseño como una actividad de servicio a la comunidad que responsabiliza al diseñador desde el análisis de las necesidades, demandas y deseos del ser humano.

Un diseño es una pieza con un cierto atractivo visual, con personalidad propia y un gran equilibrio estético. El diseño debe ser un método para diseñar, un objetivo que comunicar y un campo visual.

Aspectos básicos del diseño

- 6.2.2.4.1 Lenguaje Visual: Saber comunicar el mensaje adecuado, con los recursos oportunos, dependiendo del grupo de personas o público al que vaya dirigido el mensaje.
- 6.2.2.4.2 Comunicación: Conocer los procesos de comunicación, para poder captar los mensajes que el diseño ha de comunicar.
- 6.2.2.4.3 Percepción Visual: Estar informados, la manera en que las personas vemos y percibimos lo que vemos. Aspectos tan importantes, como nuestro campo visual, el recorrido de la vista, el contraste, la percepción de las figuras, fondos, trayectoria de la luz.
- 6.2.2.4.4 Administración de recursos: Conocer todos los recursos de los que se dispone, y aplicarlos lo mejor posible. (Fotonostra, 2011. <http://www.fotonostra.com/grafico/arteydiseno.htm>)

6.2.2.5 Diseño grafico

El diseño gráfico es un proceso destinado a crear, proyectar y satisfacer por medio de elementos visuales las necesidades de comunicación; con el objetivo de comunicar específicamente a un grupo determinado.

Según Fotonostra, se aplica en todos los ámbitos y se encuentra por todas partes. Dentro del mundo digital, en toda la red, internet. Diseños de todo el mundo publicitario, revistas, periódicos, libros, manuales (Diseño y maquetación, (s.f) <http://www.fotonostra.com/grafico/definiciondiseno.htm>).

Divide el diseño en tres grupos principales:

- La edición, diseño de todo tipo de libros, periódicos, y revistas.
- La publicidad, diseño de carteles publicitarios, anuncios, folletos.
- La identidad, diseño de una imagen corporativa de una empresa.

Para facilitar y generar ideas en el diseño gráfico es necesario determinar objetivos y desarrollar una estrategia, determinar el criterio de diseño, hacer investigación, creación del concepto y diseñar (M.C.D. Cynthia Oviedo, 2014). El diseño gráfico busca transmitir las ideas esenciales del mensaje de forma clara y directa, usando para ello diferentes elementos gráficos que den forma al mensaje y lo hagan fácilmente entendible.

6.2.2.6 Diseño digital

El diseño digital es claramente una rama del Diseño Gráfico, con la cual podemos crear cualquier clase de objeto animado, o producir un trabajo de manera profesional. Es todas nuestras creaciones entorno a un Pc, ordenador personal, convirtiéndola en nuestra principal herramienta de trabajo, además de nuestra creatividad y percepción artística.

El entorno de la comunicación y el diseño gráfico ha experimentado una revolución tecnológica que se ha transformado de forma radical para poder emitir efectivamente ideas y conceptos a través de un lenguaje visual, por lo que el papel del diseñador gráfico es cada vez más global e imprescindible en la industria de la creatividad, tanto que se ha vuelto indispensable generar soportes gráficos como los

audiovisuales (The World of a Graphic Designer, 2012. <https://theworldofagraphicdesigner.wordpress.com/2012/06/20/introduccion-al-diseno-digital/>).

6.2.2.7 Diseño editorial

El diseño editorial es la estructura y composición que forma a libros, revistas, periódicos, catálogos, caratulas, volantes, afiches, entre otros. Es la rama del diseño gráfico que se especializa en la estética y diseño de tanto el interior como el exterior de textos. Se podría decir metafóricamente que el diseño editorial es la arquitectura de éstos.

Cada tipo de publicación tiene necesidades de comunicación particulares, el objetivo es alcanzar un equilibrio simétrico entre el texto y la parte gráfica. (Ascenso Creativos - Agencia de publicidad, 2013).

6.2.2.8 Trifoliar

Un trifolio o tríptico es un folleto informativo doblado en tres partes, que invita a conocer de manera atractiva alguna información, una actividad o un lugar determinado, difundiendo información breve y significativa sobre su contenido.

Debido a que es un documento que proporciona información relevante, este debe contener únicamente las ideas más importantes de determinada temática a tratar, sin dar lugar a ideas “vagas” que no aporten ningún dato relevante.

Dicha información debe ser presentada de manera amena e ilustrativa por lo que es muy recomendable que cuente con imágenes que llamen la atención de quien lo lee, y al mismo tiempo proporcione la idea general del contenido que se pretende

abordar. (Wikipedia, 2013. [http://es.wikipedia.org/wiki/Tr%C3%ADptico_\(publicidad\)](http://es.wikipedia.org/wiki/Tr%C3%ADptico_(publicidad)))

6.2.2.9 Afiche

En un afiche se debe tomar en cuenta que la imagen tiene preponderancia sobre el texto, el mensaje es expresado gráficamente en forma clara y sólo se apoya en un corto texto, que dé énfasis a la idea sugerida. Debe ser global, en el que cada elemento se integra armónicamente y crea una unidad.

Un afiche debe llamar la atención espontáneamente, los elementos físicos que provocan este tipo de atención son: imagen, texto, color, composición, tamaño, formato y una estética de gran impacto (Gráfico y multimedia, 2013. http://graficoymultimediaarq.blogspot.com/2013_11_06_archive.html)

6.2.2.10 Tarjetas de presentación

La tarjeta de presentación es la identificación de un profesional, una empresa o negocio, así que es importante disponer de tarjetas que refuercen la imagen y los objetivos empresariales. En esta misma se pretende lograr llamar la atención de la persona a la que va dirigida es una forma económica y que las personas pueden conservar con facilidad si la tarjeta tiene la información necesaria de una manera breve y con colores que llamen la atención.

Los elementos básicos para una empresa pueden ser: Nombre de la persona, nombre de la empresa u organización a la que pertenece, dirección de la oficina en que se labora, número de teléfono de oficina y celular, dirección de correo

electrónico, página Web de la empresa y/o persona, título o cargo de la persona, logotipo, imágenes y elementos decorativos para poder llamar la atención de manera visual y slogan (Groppeimpresa (s.f) <http://www.groppeimpresa.com/noticias/24-tarjetas-de-presentacion/32-tarjetas-de-presentacion.html>)

6.2.2.11 Folleto

Son los objetos impresos que tienen por objetivo dar a conocer información de diferente tipo a diversos tipos de público. Puede variar en su diagramación, en su diseño, todo varia de la cantidad de información con la que cuentan y son principalmente utilizados para hacer publicidad de diversos servicios y productos (Definiciónabd (s.f). <http://www.definicionabc.com/comunicacion/folleto.php>)

6.2.2.11.1 Tipografía

Es el arte y la técnica de crear y componer tipos para comunicar un mensaje. También se ocupa del estudio y clasificación de las distintas fuentes tipográficas. Las fuentes tipográficas son el estilo o apariencia de un grupo completo de caracteres, números y signos, regidos por unas características comunes. (Fotonostra (s.f). <http://www.fotonostra.com/grafico/partescaracter.htm>)

6.2.2.11.2 Diagramación

Diagramar es distribuir, organizar los elementos del mensaje bimedia (texto e imagen) en el espacio bidimensional (el papel) mediante criterios de jerarquización (importancia) buscando funcionalidad del mensaje (fácil lectura) bajo una apariencia estética agradable (aplicación adecuada de tipografías y

colores). La tipografía, el color, y la composición constituyen las bases de la diagramación, un entendimiento claro del significado de cada uno de estos conceptos permitirá al diagramador trabajar con seguridad un proyecto gráfico de cualquier envergadura (Luis Cumpa (2002), "Fundamentos de diagramación").

6.2.2.11.3 Retícula

Es una herramienta muy útil que nos puede asegurar mayor equilibrio en la composición al momento de diseñar. Es una estructura en dos dimensiones hecha de líneas verticales y horizontales utilizada para estructurar el contenido, sirve como una herramienta para organizar textos, imágenes o videos de una forma racional y fácil de visualizar (La reticula en el diseño grafico, 2009. <http://www.uxabilidad.com/disenio/la-reticula-en-el-diseno-grafico.html>)

6.2.2.11.4 Proporción

Es la relación de tamaño o cantidad que existe entre las partes de algo dentro de un todo o entre los elementos de un conjunto (Sara Lasso (s.f). <http://arte.about.com/od/Diccionario-De-Arte/fl/Proporcion.htm>). El propósito de todas las teorías de proporción es crear un sentido de orden entre los elementos de una construcción visual.

La proporción se utiliza para armonizar, equilibrar, crear una dirección o para crear un punto focal. En nuestro proceso creativo pensar en proporciones es importante, ya que el punto focal de un diseño puede variar según el lugar en que se coloquen los objetos y las proporciones de las relaciones espaciales que contengan.

6.2.2.11.5 Imágenes

Una imagen es la figura y representación visual o mental de alguna cosa o situación, siendo el elemento fundamental del lenguaje visual y como objetivo tiene comunicar. La imagen representa la realidad, con mayor o menor fidelidad o parecido.

6.2.2.11.6 Teoría del color

Todo color posee una serie de propiedades que le hacen variar de aspecto y que definen su apariencia final.

Nociones básicas de diseño, Teoría del color. Aprender a ver el color y obtener una interpretación de sus propiedades es el punto de partida si deseamos realizar un tratamiento eficaz de éste en las distintas aplicaciones gráficas que hagamos. Podemos establecer diversas clasificaciones de color.

Por ejemplo esta clasificación de "Grafismo Funcional" (Abraham Moles/Luc Janiszewski (1992):

- Los policromos, o gama cromática. Compuesto por colores diversos que encuentran su unidad en la común saturación de los colores.
- Los camafeos, o matizaciones alrededor de una coloración principal. Pueden haber tantos camafeos como colores. No obstante, cabe distinguir en primer lugar el camafeo cálido (compuesto de tonos que giran alrededor del rojo y del naranja) del camafeo frío (compuesto por tonos alrededor del azul cyan y del verde).

- Los agrisados, que comportan colores variados muy cercanos al blanco (tonos pastel) o al negro (tonos os curos) o al gris (tonos quebrados).
- Los neutros, que componen un conjunto únicamente blanco y negro o que pueden comprender grises escalonados.

6.2.2.11.7 Color CMYK

El modelo CMYK se basa en la cualidad de absorber y rechazar luz de los objetos, se utiliza el modo CMYK en la preparación de imágenes que se van a imprimir en cualquier sistema de impresión de tintas. Aunque CMYK es un modelo de color estándar, puede variar el rango exacto de los colores representados, dependiendo de la imprenta y las condiciones de impresión.

Los colores más claros (iluminados) tienen un porcentaje pequeño de tinta, mientras que los más oscuros (sombras) tienen porcentajes mayores (Fotonostra (2014). <http://www.fotonostra.com/grafico/rgb.htm>)

6.2.2.11.8 Artes finales

Un arte final es el material ya completamente preparado para su paso a fotolitos mediante las técnicas de reproducción adecuadas a cada proceso. En la actualidad se podría decir que un arte final es el material digital ya preparado para su envío a la imprenta sin que haga falta ningún retoque o intervención más (la imposición de las formas se entiende ya fuera del arte final) (Glosario Gráfico (s.f). http://www.glosariografico.com/categoria_diseno_grafico).

6.2.2.11.9 Guías de corte

Es el tamaño final de la página impresa. Debido a las tolerancias requeridas durante el corte la página final estará entre la guía de corte y la de sangrado. Por eso es importante dejar los textos e imágenes dentro del margen de seguridad.

Hay que tener en cuenta mantener un espacio entre la composición y los límites de la hoja, ya que en pantalla no siempre se puede apreciar el delicado equilibrio de la maquetación (Luis Alberto (2002), "Fundamentos de diagramación").

6.2.2.11.10 Impresión litográfica

Las litografías pueden ser impresiones finas, lo que significa que fueron creadas por el artista en una edición limitada y suele ser inferior a 1000 impresiones o también pueden ser el tipo de producción masiva (afiches, volantes, carpetas, calendarios a full color). Las litografías vienen de varios tipos; impresiones monocromáticas son las más típicas, ya que requieren de un solo prensado, las litografías de color que requieren del uso de combinaciones de cuatro colores básicos de tinta y presionar el tono de tinta nueva en el papel, otras impresiones litográficas incluyen pruebas de ensayo o pruebas de artista, que es lo que el artista crea para determinar si la imagen está lista para imprimir (eHow (s.f). http://www.ehowenespanol.com/litografia-sobre_169368/).

Ciencias auxiliares, artes, teorías y tendencias

6.3.1 Ciencias

6.3.1.1 Medicina

Según General Guidelines for Methodologies on Research and Evaluation of Traditional Medicine, la medicina tradicional es todo el conjunto de conocimientos, aptitudes y prácticas basados en teorías, creencias y experiencias indígenas de las diferentes culturas, sean o no explicables, usados para el mantenimiento de la salud, así como para la prevención, el diagnóstico, la mejora o el tratamiento de enfermedades físicas o mentales

La medicina ha sido definida corrientemente como la ciencia que tiene por objeto la conservación y el restablecimiento de la salud.

6.3.1.2 Psicología clínica

La Psicología Clínica es una ciencia que cubre el estudio de la conducta humana para lograr promover su desarrollo, así como la intervención en los problemas emocionales de la vida cotidiana de las personas. Se apunta a una formación humanística e integral que considera al ser humano desde las distintas dimensiones de su desarrollo: biológica, social, psicológica y cognoscitiva. (Universidad Rafael Landívar, 2015. http://www.url.edu.gt/PortalURL/Contenido_impresion.aspx?o=3273).

Su propósito es investigar todos los factores en el campo de la salud mental en aquellas condiciones donde la persona pueda manifestar malestar y sufrimiento para entonces promover el bienestar y desarrollo personal (Universidad Galileo (s.f), <https://www.galileo.edu/icf/carrera/lpc/>).

6.3.1.3 Semiología

La semiología es la ciencia que estudia la vida de los signos en el seno de la vida social, definió Ferdinand de Saussure teórico suizo de principios del siglo 20, la semiología es “la ciencia que estudia la vida de los signos en el seno de la vida social”. Estudio los signos tanto lingüísticos (vinculados a la semántica y la escritura) como semióticos (signos humanos y de la naturaleza) la manera como ellos se relacionan con la sociedad, el lenguaje y los códigos utilizados en la comunicación.

6.3.1.4 Semiología clínica

Es el estudio de los síntomas (manifestado por lo que el paciente siente) y signos (lo que puede ser observado o palpado por el médico) como manifestación de la enfermedad (Catedrática, Dra. Gabriela Garrido (s.f).
<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:nnTVZVcbnaMJ:www.semiologiaclinica.com/index.php/biblioteca-virtual/presentaciones-ydiapositivas%3Fdownload%3D106:semiologia-e-historia-clinica+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=gt>).

Presenta un método de ordenamiento de los conocimientos y el diagnóstico de los problemas de salud. Según el profesor de clínica semiológica, José Vicente Huertas, el objeto inmediato de la clínica semiológica es el de analizar los síntomas y los signos, tanto objetivos como subjetivos de un paciente, para hacer el diagnóstico anatómico.

6.3.1.5 Semiología de la imagen

Se centra en los elementos básicos que configuran a las organizaciones visuales de nuestro entorno real, los cuales están dotados de significado, y permiten que el hombre pueda expresarse a través de su conocimiento. Existen distintos sistemas y métodos de signos que tratan de explicar los elementos significativos de la realidad visual que sirven a los artistas para interpretar la realidad o construir otras realidades, según lo explica el teórico Jacques Bertin (1967), “Semiología Gráfica”.

6.3.1.6 Sociología

Es un estudio de la sociedad a un nivel elevado, es decir, las relaciones del hombre a su alrededor y su relación con otros. Montesquieu, presentó en 1748 una doctrina de separación de tres poderes —ejecutiva, legislativa y judicial—, diciendo que la sociología inicia desde las instituciones políticas, que éstas dependen del tipo de la sociedad por esto no hay un tipo de régimen político universal aceptable.

Diversos filósofos han estudiado la sociología de distintas maneras, el objetivo principal de ésta ciencia es el estudio de la sociedad humana, su forma de relacionarse, las causas de sus necesidades y su forma de cambiar.

6.3.1.7 Tecnología

La Tecnología se define como el conjunto de conocimientos y técnicas que, aplicados de forma lógica y ordenada, permiten al ser humano modificar su entorno material o virtual para satisfacer sus necesidades (PEAPT, 2013. <http://peapt.blogspot.com/p/que-es-la-tecnologia.html>).

La tecnología no sólo ha contribuido al desarrollo intelectual del hombre, los avances que han tenido la ciencia de la tecnología han mejorado la calidad de vida del ser humano, combinado de pensamiento y acción con la finalidad de crear

soluciones útiles. Gracias a ella disponemos de múltiples sistemas que nos permiten comunicarnos, desplazarnos, alimentarnos o fabricar nuevos objetos.

6.3.1.8 Antropología

La Antropología es el estudio de la humanidad, de los pueblos antiguos y modernos y de sus estilos de vida. Las diferentes ramas de la antropología se centran en distintos aspectos de la experiencia humana; cómo nuestra especie evolucionó a partir de especies más antiguas; cómo llegamos a poseer la aptitud para el lenguaje, de qué manera lo desarrollamos y diversificamos y los modos en que las lenguas modernas satisfacen la necesidad de comunicación humana; y por último se ocupan de las tradiciones aprendidas del pensamiento y la conducta humana, de la forma que evolucionaron y se diversificaron las culturas antiguas y de cómo y por qué cambian o permanecen inmutables las culturas modernas. La antropología se encarga de estudiar la realidad del ser humano, los cambios de este y su conducta con forme pasa el tiempo (Antropología Online, 2013. [http://antropologia-online.blogspot.com/search/label/Historia%20de%20la %20Antropologia](http://antropologia-online.blogspot.com/search/label/Historia%20de%20la%20Antropologia)).

6.3.1.9 Psicología

Según Aristóteles la psicología es la investigación de los contenidos de conciencia, definida de mejor manera, es la ciencia que estudia la conducta y los procesos mentales basándose en el método científico para encontrar respuestas. Describe y explica todos los aspectos del pensamiento, de los sentimientos, de las percepciones y de las acciones humanas para adaptarse al medio que les rodea.

6.3.1.10 Psicología de la comunicación

Analiza el proceso de comunicación a partir de los componentes bío-psico-sociales conscientes e inconscientes que lo conforman, permitiendo la incorporación de conceptos y técnicas que ayudan a generar un cambio en la conducta del ser humano. Trata en sí, de conocer y analizar los factores de índole psicológico que intervienen en los diferentes procesos de la actividad de la comunicación. Así lo da a conocer el profesor Jorge Álvarez, *Psicología de la Comunicación y Relaciones Interpersonales* (2005).

Entre los principales objetivos esta; tomar conciencia de los posibles efectos psicológicos que los mensajes puedan causar tanto a corto como a largo plazo, reconocer la importancia de las habilidades de comunicación para mejorar la efectividad del mensaje e identificar las habilidades sociales de asertividad, escucha y empatía que favorecen la atención activa y eficaz para una buena comunicación.

6.3.1.11 Psicología del color

Es un campo de estudio que está dirigido a analizar el efecto del color en la percepción y la conducta humana, la percepción del color es la parte más emotiva del proceso visual y tiene una gran fuerza para expresar y reforzar la información y en esta parte es donde entra la psicología del color mostrando que cada color transmite un sentimiento o tiene su propia interpretación.

Según Johann Goethe, el color en realidad depende también de nuestra percepción, en la que se haya involucrado el cerebro y los mecanismos del sentido de la vista. El color produce efectos psicológicos en los seres vivos, por ello, el color es un método muy potente para transmitir emociones (<http://www.psicologiadelcolor.es/johann-wolfgang-von-goethe-y-la-teoria-del-color/>).

Los efectos producidos se pueden agrupar a dos polos; Colores cálidos (rojos, anaranjados, amarillos y algunos verdes y violetas) son excitantes, activan la respiración, suben la tensión, y en general dinamizan y animan psicológicamente y colores fríos (azules, verdes, grises y algunos amarillos y violetas) ofrecen los efectos contrarios, relajan, sosiegan y tranquilizan.

6.3.2 Artes

6.3.2.1 Fotografía

La fotografía es un acto a través del cual se produce la grabación de una situación luminosa, en un lugar y momento determinado, el objetivo de la fotografía es ser capaz de transmitir sentimientos o recuerdos sobre una situación al ser humano o simplemente para poder expresar una emoción.

"El arte del fotógrafo, es saber mostrar la naturaleza en su mejor aspecto, descubrir, intencional y voluntariamente, sus elementos potencialmente fotogénicos: expresar la realidad" (Aumont, 1992).

6.3.2.2 Dibujo

Es la representación gráfica, mediante un solo color en dos dimensiones, que el ojo ve en tres dimensiones, es decir, los aspectos que presenta toda imagen: la forma y el volumen.

El dibujo es la técnica básica de todas las artes plásticas, siendo un instrumento de análisis e interpretación y como medio autónomo de creación y expresión artística. (Dibujo artistico (s.f), <https://kitoch2d3dsee.wordpress.com/dibujo-artistico-2/>).

6.3.2.3 Ilustración

Una ilustración puede ser imágenes asociadas con palabras ya que conllevan un mensaje, siendo una estampa, grabado o dibujo realizados por algún medio artístico o digital. En la ilustración se utilizan formas exageradas, rozando la fantasía, se fuerza el cromatismo, la luminosidad y el mensaje icónico según la intención del creador.

Un ilustrador tiene libertad para ejercer el arte a su manera; desde su concepto clásico como interpretación visual a la libre creación de un universo propio (Jose Carlos, 2013. <http://duracreatividad.blogspot.com/2013/08/la-ilustracion.html>)

6.3.2.4 Diagramación

Diagramar es distribuir, organizar los elementos del mensaje bimedia en el espacio bidimensional, involucrando el problema de la composición. No solo estableciendo las pautas de la diagramación: formato, cajas de diagramación, tipografías, tamaño, estilo, formateo de párrafos, sangrías; propone color corporativo para textos, tratamiento de la imagen (sangrados, recuadros o aplicaciones especiales), criterios compositivos, entre otras, respetando las normas establecidas, sino involucrando el equilibrio compositivo, la pregnancia de la imagen respecto del fondo, una adecuada proporción entre imágenes y el texto, una correcta elección de soportes y herramientas acorde con el destino del arte (Lic. Carlos Madrid, 2011 "CAD II Indesing").

El objetivo de diagramar en el diseño gráfico, es la organización de un conjunto de elementos jerarquizados, basado en un sistema estético de carácter funcional.

6.3.3 Teorías

6.3.3.1 Teoría de la comunicación

Esta trata de explicar cómo se realizan los intercambios comunicativos y cómo estos intercambios afectan a sociedad y comunicación. Se especializa en aquellas prácticas de los seres vivos (interactivas) que suponen un esfuerzo de los actores orientado a controlar, mediante la información, el intercambio energético en el sistema. (Manuel Serrano, José Piñuel, Jesús Gracia, Maria Arias (1982) "Teoría de la comunicación")

6.3.3.2 Teoría del color

Un estudio cuidadoso de los procesos de combinación de colores y proporciones se desarrolló a finales del siglo 17, que se conoce comúnmente como la teoría del color en la actualidad. Esta teoría se trata sobre la estandarización de las diferentes técnicas de mezcla de color dentro de los dominios de la estética visual y la armonía, las frecuencias de colores, las identidades y la constitución del color (Saifuddin Abdullah, 2013. http://www.ehowenespanol.com/definicion-teoria-del-color-sobre_151644/)

La combinación de color, se ha estandarizado muchas combinaciones de colores que se utilizan en los diferentes campos de las ciencias y los estudios visuales a fin de traer los elementos de la armonía y la estética, también la armonía del color y el contexto que es el arreglo estéticamente equilibrado o la combinación de colores para que el ojo humano tenga una sensación de satisfacción o de la belleza de estos.

6.3.4. Tendencias

6.3.4.1 Minimalismo

Es una tendencia surgida en Estados Unidos, en la década de los sesenta del siglo pasado. El minimalismo es la sencillez en su máximo esplendor.

Este movimiento marcó profundamente a las bases de creatividad de arquitectos, escultores, pintores, fotógrafos, artistas y diseñadores, incluso a los músicos, a lo largo del siglo XX. Esta tendencia se utiliza muy a menudo en el diseño, ya que reduce el ruido, los elementos innecesarios, dejando lo importante y fundamental del diseño que se quiere representar (Fotonostra (s.f). <http://www.fotonostra.com/grafico/estilosytendencias.htm>).

6.3.4.2 Grafico retro

Los diseños gráficos retro llevan un sentido profundo. Un espectador puede ver un anuncio en un estilo retro y recordar tiempos más simples, un sentimiento invaluable, pues el observador asociará estos cálidos sentimientos con el producto del mensaje siendo vendido. Incorpora fuente, color, disposición y estilos de décadas pasadas combinándose en formas nuevas, pero el tema y el estilo totales de la imagen se reducen a un tipo específico de arte retro (Andrew Dewitt (s.f). http://www.ehowenespanol.com/disenografico-retro-sobre_542173/)

CAPÍTULO

VII

Capítulo VII: Proceso de diseño y propuesta preliminar

7.1 Aplicación de la información obtenida en el marco teórico:

7.1.1 Aplicación de la comunicación

Para comunicar un mensaje correctamente al receptor es fundamental la comunicación, para el proyecto fue necesario aplicarlo gráficamente (escrito e imágenes) mediante folletos, afiches y trifoliales. El objetivo de utilizar este material para comunicar es hacer que el receptor se quede con una guía educacional, de esta forma hacer práctica de lo que se desea.

7.1.2 Aplicación del bocetaje

Para establecer una idea clara, concisa y que sea ideal transmitir un mensaje que diera valor y animo, fue necesario realizar varias ideas para llegar a la indicada, esto se hizo mediante varios bocetos para extraer la mejor idea gráfica para el material impreso.

7.1.3 Aplicación del Diseño Grafico

El correcto diseño del material impreso ayuda a que tenga equilibrio estético y visual de forma, color, tipografía, espacio, fotografía, etc., de esta forma ser atractivo para el público y que solucione un problema visual y comunicativo.

7.1.4 Aplicación del Diseño Editorial

Para la realización del material impreso es necesario tener una estructura adecuada, y para que sea funcional debe tener un equilibrio entre colores, espacio, texto y gráficos, de esta forma se podrá comunicar de manera lógica e ideal para el lector.

7.1.5 Aplicación de la tipografía

El buen manejo de la tipografía ayudará a que el material sea legible y agradable a la vista, pero también que siga la línea del diseño establecido y para esto no se utilizó más de dos o tres fuentes en el material.

7.1.6 Aplicación de las imágenes

Las imágenes son un factor importante para complementar la información y transmitir correctamente el mensaje deseado. En este caso, ayuda a que las mujeres se sientan identificadas y percibir lo positivo que se les quiere transmitir con este material.

7.1.7 Aplicación de la Medicina

Todos los conocimientos, aptitudes y prácticas que el médico ha estudiado sobre las mujeres con cáncer y sobre cuáles son las principales causas del porqué no se detecta a tiempo, ha sido vital para la realización del material impreso, y para elegir los temas que son sumamente importantes de tratar en los materiales.

7.1.8 Aplicación de la Psicología

Para abarcar temas que ayudan a la mujer emocionalmente en el folleto impreso, fue necesario la ayuda de una psicóloga para ayudar a la mujer con temas que son apropiados específicamente para mujeres que tienen cáncer y de los que la mayoría de mujeres se sienten identificada.

7.1.8 Aplicación de la Sociología

Permite estudiar el entorno en que las mujeres con cáncer de mama se enfrentan, tanto emocionales como médicos, de esta forma abarcar temas primordiales para ellas. Al igual que para toda mujer.

7.1.9 Aplicación de la Antropología

Al estudiar el comportamiento de las mujeres, la razón por qué no se hacen sus exámenes a tiempo, se pudo llegar a la conclusión que era por la falta de información y de atención que le ponían a cambios en ellas. De igual forma fue necesario estudiar el comportamiento y estilo de vida de las mujeres detectadas con cáncer de mama, para tomar temas de interés e importancia para ellas.

7.1.10 Aplicación de la Psicología del Color

Ante la percepción y conducta humana, el color llega a ser muy objetivo en un documento impreso, para el grupo al que se dirige y así se sienta identificado y llegar a transmitir el sentimiento deseado.

7.1.11 Aplicación de la tecnología

En la creación del material impreso, fue necesaria la utilización de recursos tecnológicos, para la diagramación, ilustración, complementación del material e impresión de éste.

7.1.12 Aplicación de la fotografía

Transmitir un sentimiento en su mejor aspecto es mediante fotografías que muestren la realidad de una persona y cómo puede ser mejor su rehabilitación. Es la mejor manera de complementar una información.

7.1.13 Aplicación de la ilustración

La ilustración es la mejor manera para mandar un mensaje detallado de lo que deben hacer las personas en algún proceso, haciendo el mensaje más dinámico y menos aburrido para el lector.

7.1.14 Aplicación de la Teoría de la Comunicación

Para una comunicación efectiva, fue necesario investigar sobre los intercambios comunicativos para saber cómo afectan a la sociedad y encontrar la mejor manera para entender al grupo objetivo.

7.1.15 Aplicación de la tendencia Minimalismo

Para mantener un equilibrio visual entre el contenido y el diseño, tener solo los elementos necesarios para que la lectura de los documentos sea amena al lector; mantener un diseño limpio y no saturado por la cantidad de contenido que se debía colocar.

7.2 Conceptualización:

7.2.1 Método:

Mapa mental: Es una técnica creada por Tony Buzan, investigador en el campo de la inteligencia y presidente de la Brain Foundation.

Es un diagrama usado para representar las palabras, ideas, tareas u otros conceptos ligados y dispuestos radialmente alrededor de una palabra clave o de una idea central. Los elementos se arreglan intuitivamente según la importancia de los conceptos y se organizan en agrupaciones mediante ramas. El mapa mental se realiza mediante ideas que pueden ser expresadas por palabras, imágenes o colores.

El mapa mental refleja los pensamientos con ayuda de un proceso gráfico de gran fuerza, lo que proporciona la clave universal para desbloquear el potencial dinámico del cerebro.

El catálogo: Tiene como objetivo ayudar a tomar al azar las palabras o imágenes que están al lado de los productos y que utilizamos como semillas para la generación de ideas.

Esta técnica da estímulo para generar nuevas conexiones neuronales y con ello dar nuevas ideas para resolver un objetivo creativo.

Procedimiento:

- Se define y se escribe el objetivo creativo.
- Se consulta un catálogo: un libro, revista, diccionario o lo que se desee y se seleccionan al azar dos palabras.
- Se escriben palabras asociadas con cada una de las dos palabras elegidas.
- Se combinan al azar las palabras originales, o las asociadas y se relacionan con el objetivo creativo.
- Se escriben las ideas.
- Se continúa con más pares de palabras si se desea.

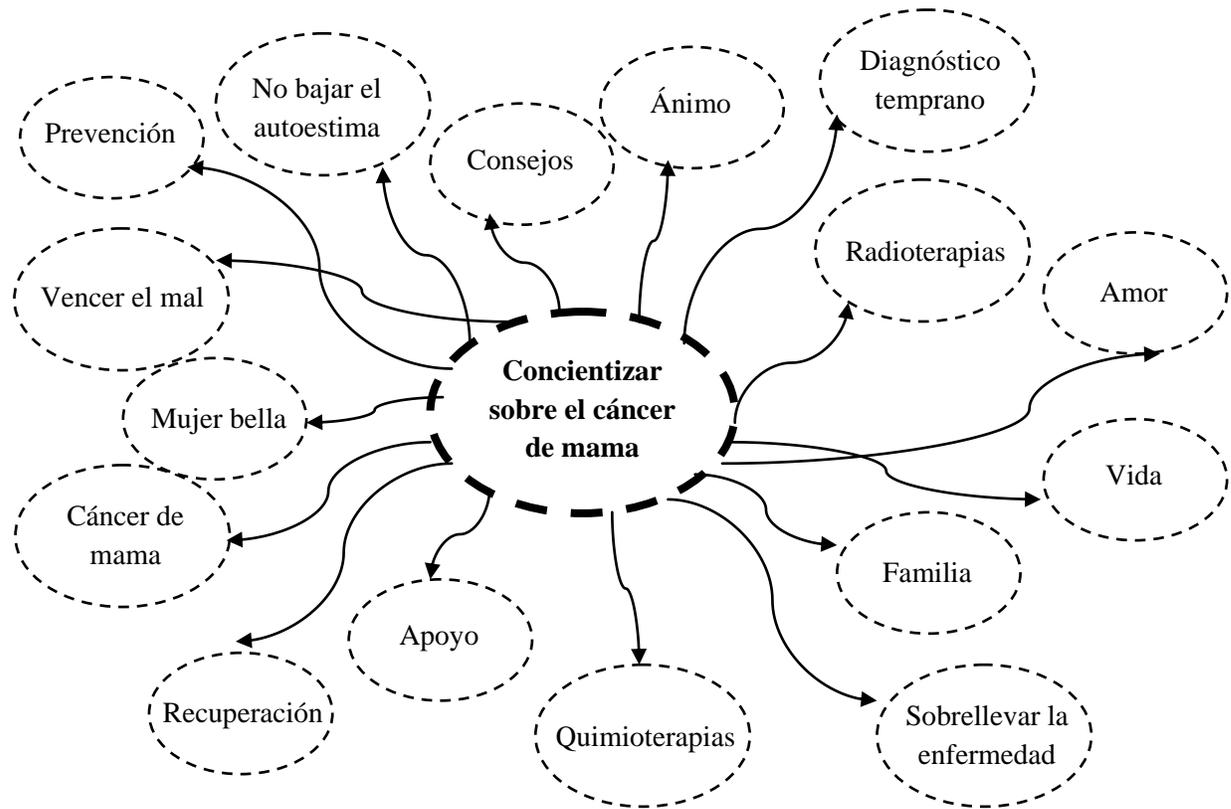
Revista: “Guide to Chemotherapy”, HealthMonitor.

Volante: Cuando el diagnóstico es cáncer ¿Qué se debe hacer? ¿Qué se puede hacer?,

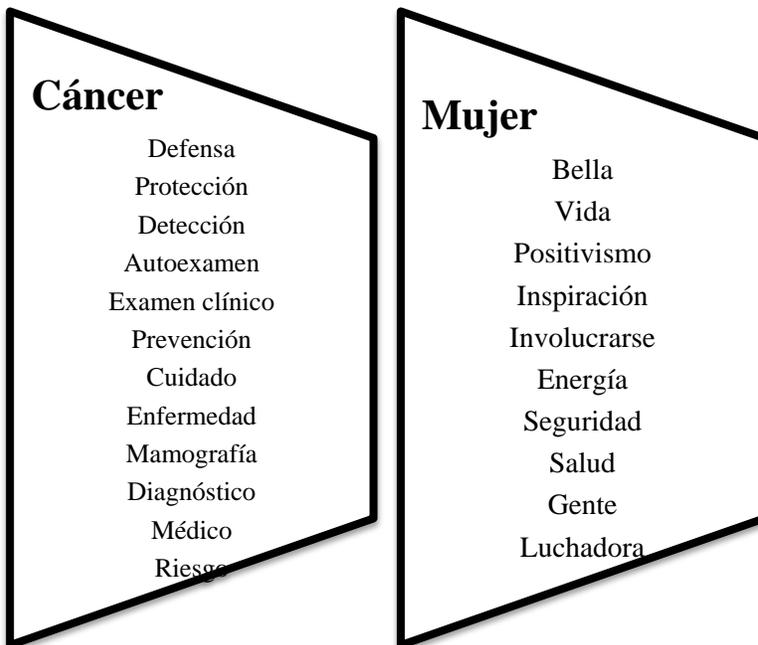
Agencia de seguros Rottmann y Breast self-awareness messages, Komen for the cure.

Trifoliar: Breast Health, Komen for the cure. Información sobre el cáncer para mujeres.

Mapa mental



Catálogo:



Combinación de palabras:

Diagnóstico y prevención hacen la diferencia

Prevención da vida

Proporcionando esperanza, salvando vidas

Regresando a la vida que amas

Seamos una cadena de amor y vida

Una cadena de amor, salvando vidas

Detección temprana la mejor defensa

Detección temprana, salvando vidas

Prevención tu mejor defensa

Vida, tu mejor inspiración/fuerza

Diagnóstico... tu seguridad, tu salud

Mujer luchadora, eres bella

7.2.2 Definición del concepto:

Seamos una cadena de amor y vida

Vida, tu mejor fuerza

Una cadena de amor, salvando vidas

Prevención es tu mejor defensa

Las frases colocadas del lado izquierdo se utilizarán para la parte de donación en el trifoliar, y las frases colocadas del lado derecho son frases que se podrán utilizar para el folleto, trifoliar o titulares que se deseen en el futuro.

7.3 Bocetaje

- Tabla de requisitos

Elemento gráfico	Propósito	Técnica	Emoción
Color	Para establecer un equilibrio entre la temática y el grupo objetivo al que se dirige, se plasmará una paleta de color rosa para identificar a la mujer, llevando un orden entre títulos, subtítulos y contenido en general	Ilustrador: recuadros en porcentajes de color.	Estabilidad
Tipografía	Llevar a cabo una jerarquía visual entre títulos, subtítulos y contenido en general.	Ilustrador: Se utilizará de 2 a 3 tipos de letra, algunas en negrillas.	Tranquilidad e Impacto.
Fotografía	Se utilizará una serie de imágenes que ayudarán a complementar el contenido.	Photoshop: Se dará la resolución y medida adecuada para colocar en el documento impreso.	Tranquilidad.

Ilustración	Se llevará a cabo una ilustración para transmitir de mejor manera el mensaje hacia las mujeres y tener mejor comprensión.	Ilustrador	Tranquilidad.
-------------	---	------------	---------------

7.3.1 Bocetos a base de dibujo natural

7.3.1.1 Bocetos a base de dibujo natural; Tarjetas de presentación (3.5 x 2 pulgadas, solo tiro).

Logotipo de la fundación, en la parte de abajo se coloca el nombre y ocupación.

El fondo se divide en dos en forma de diagonal, una parte color celeste y otra color rosa.

Datos de la persona y fundación

logotipo

Circulo color rosado opacidad 50% con una pleca en medio color celeste.

Se hará un cuadro rosado con opacidad 50% sobre el fondo blanco para resaltar los datos.

Tarjetas de presentación color blanco. Medida 3.5 x 2 pulgadas Letra Sans Serif y Script

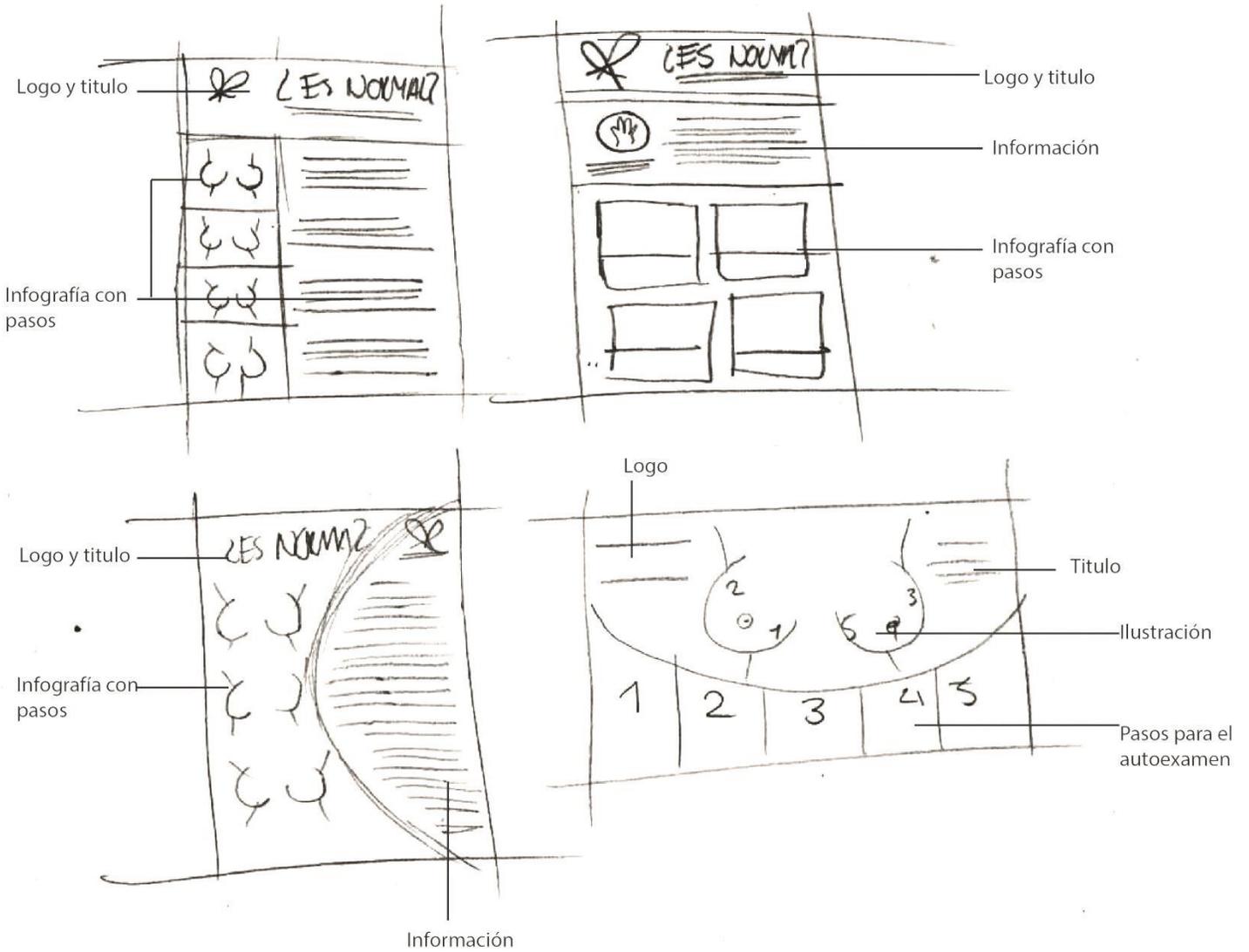
pleca rosada

texto

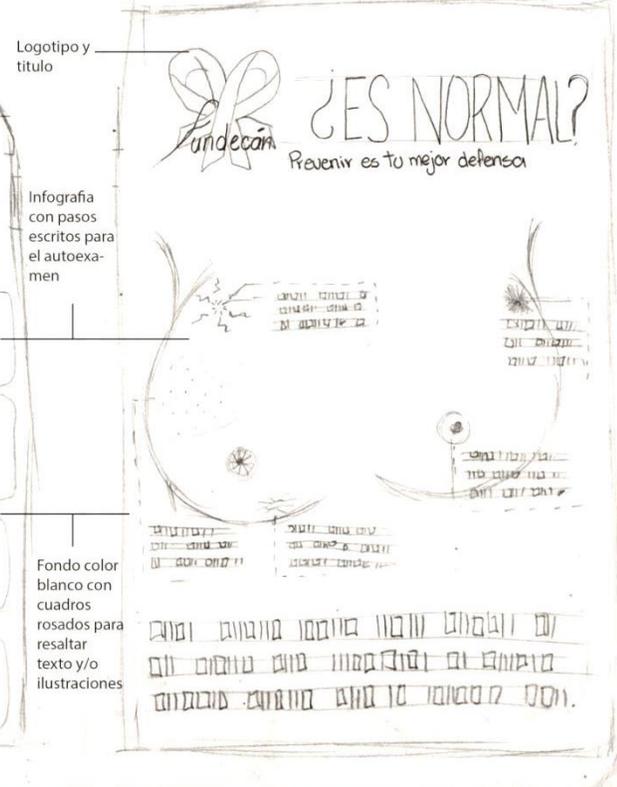
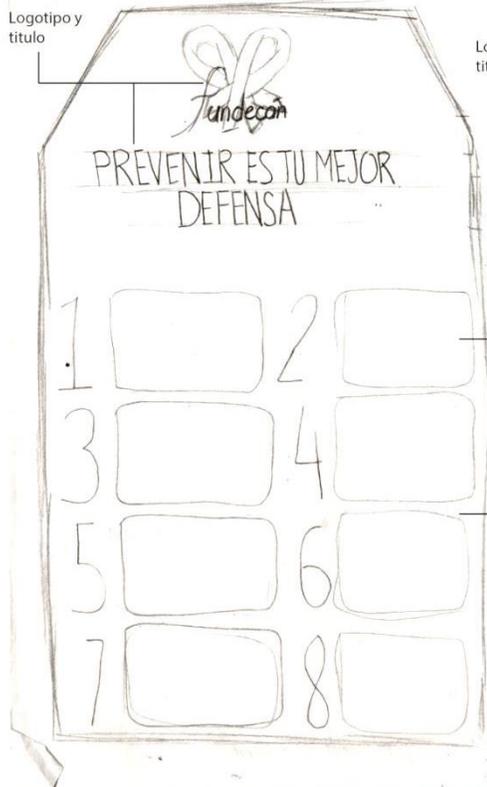
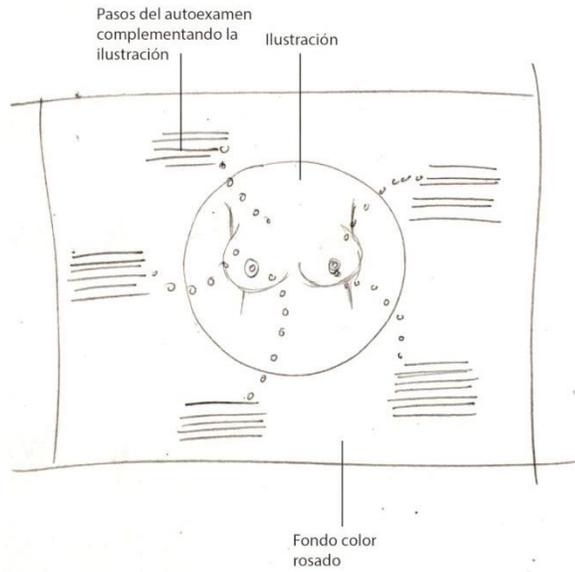
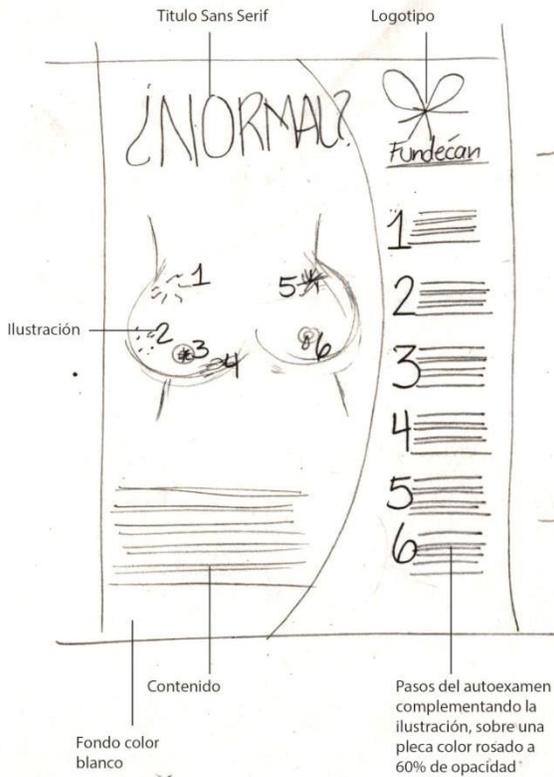
Degrade entre los puntos color rosado de arriba hacia abajo (lado izquierdo) y de abajo hacia arriba (lado derecho)

Lineas color rosado y celeste

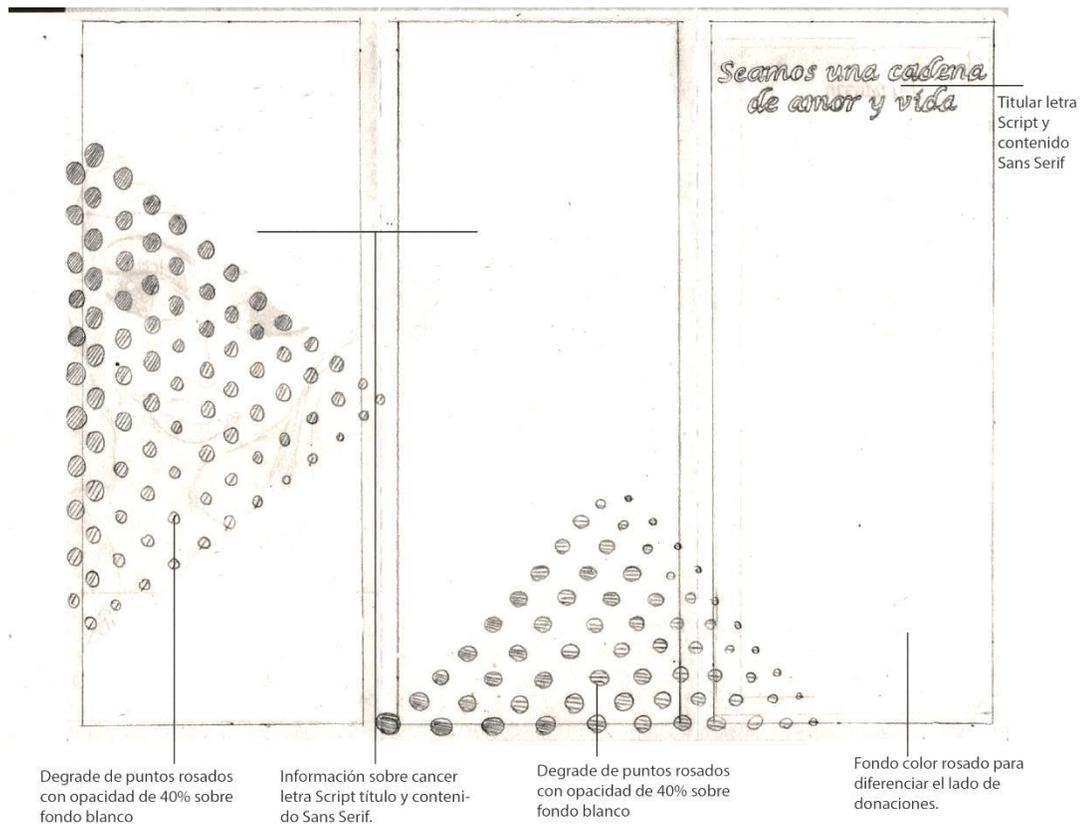
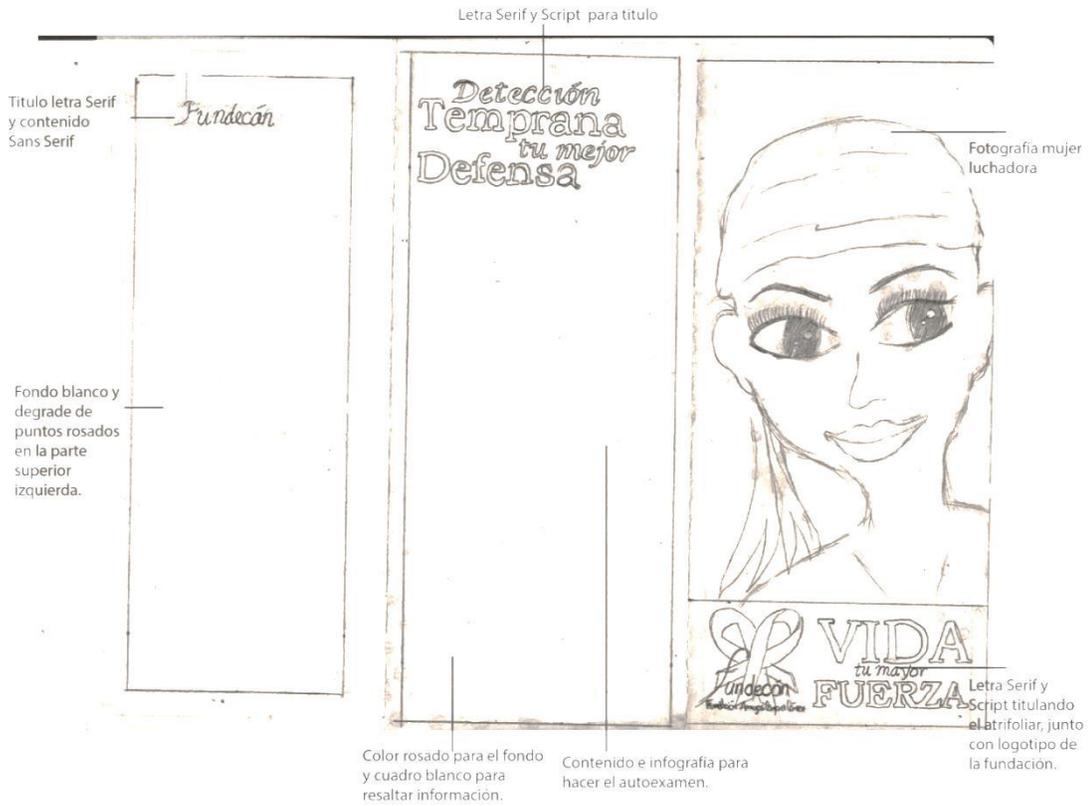
7.3.1.2 Bocetos a base de dibujo natural; Afiche (11 x 17 pulgadas).



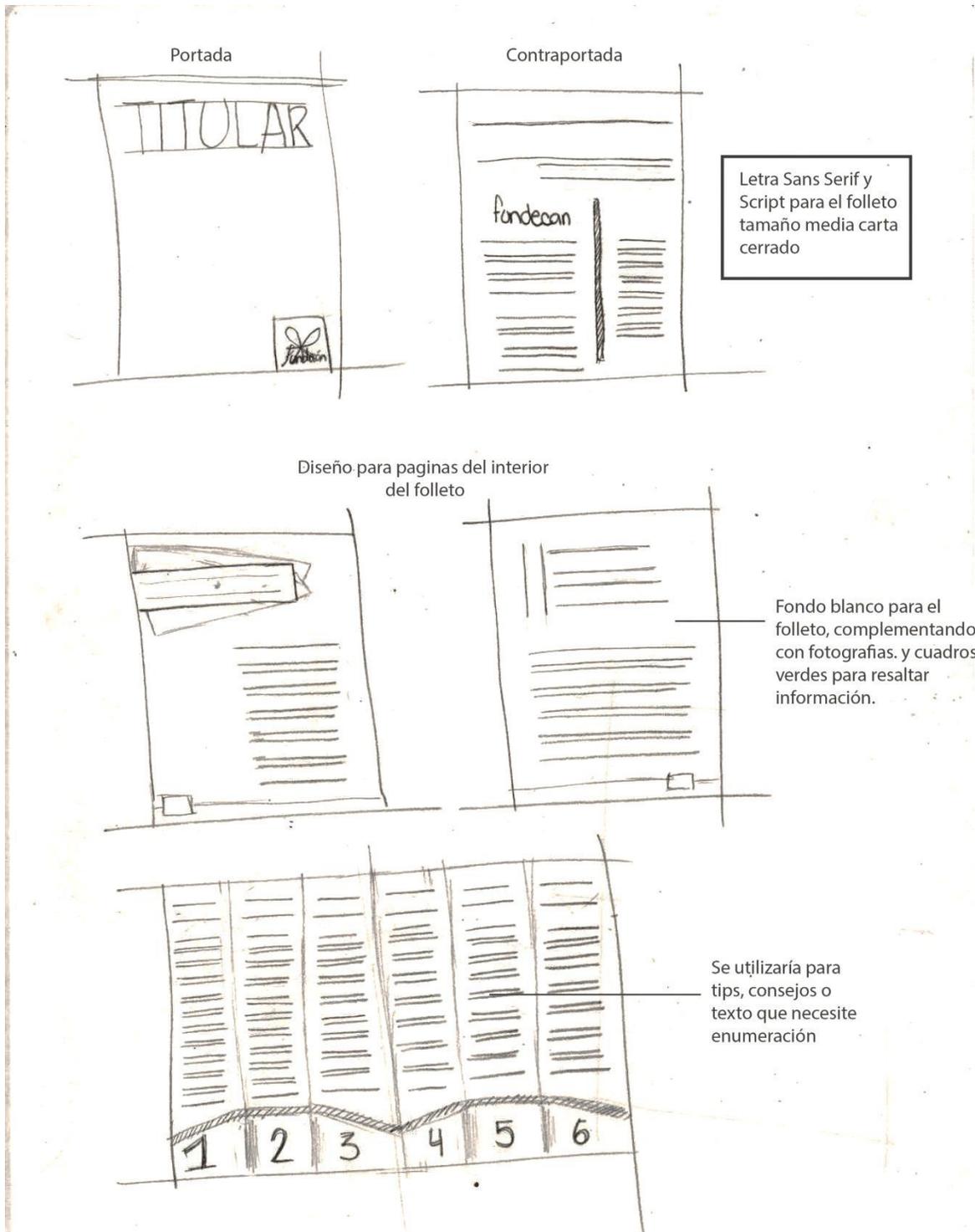
Continuación bocetos a base de dibujo natural; Afiche (11 x 17 pulgadas).



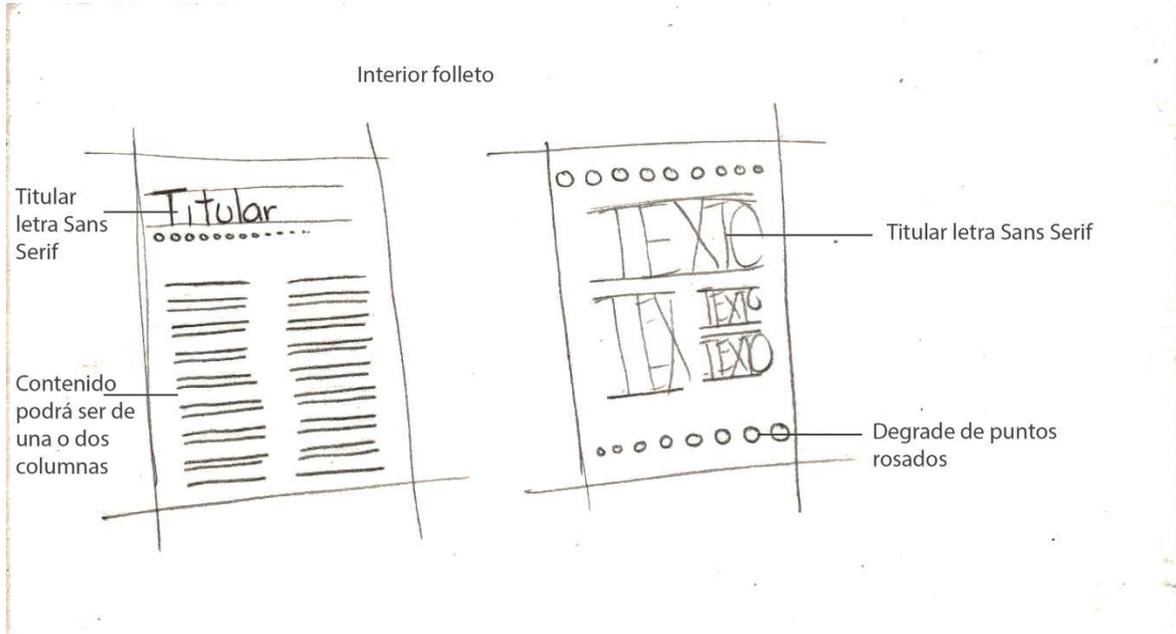
7.3.1.3 Bocetos a base de dibujo natural; Trifoliar (8.5 x 11 pulgadas, tiro y retiro).



7.3.1.4 Bocetos a base de dibujo natural; Folleto, carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro.

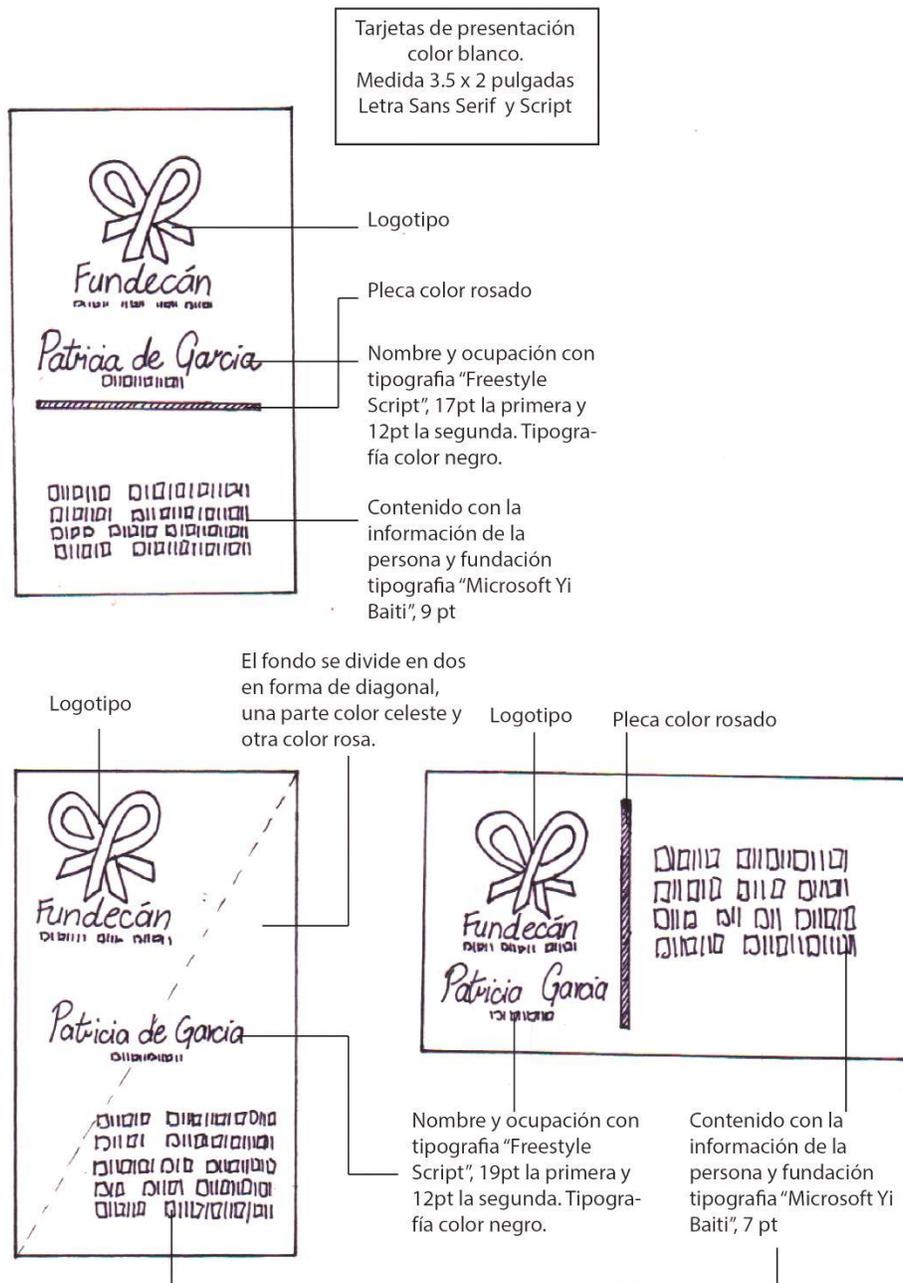


Continuación bocetos a base de dibujo natural; Folleto, carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro.



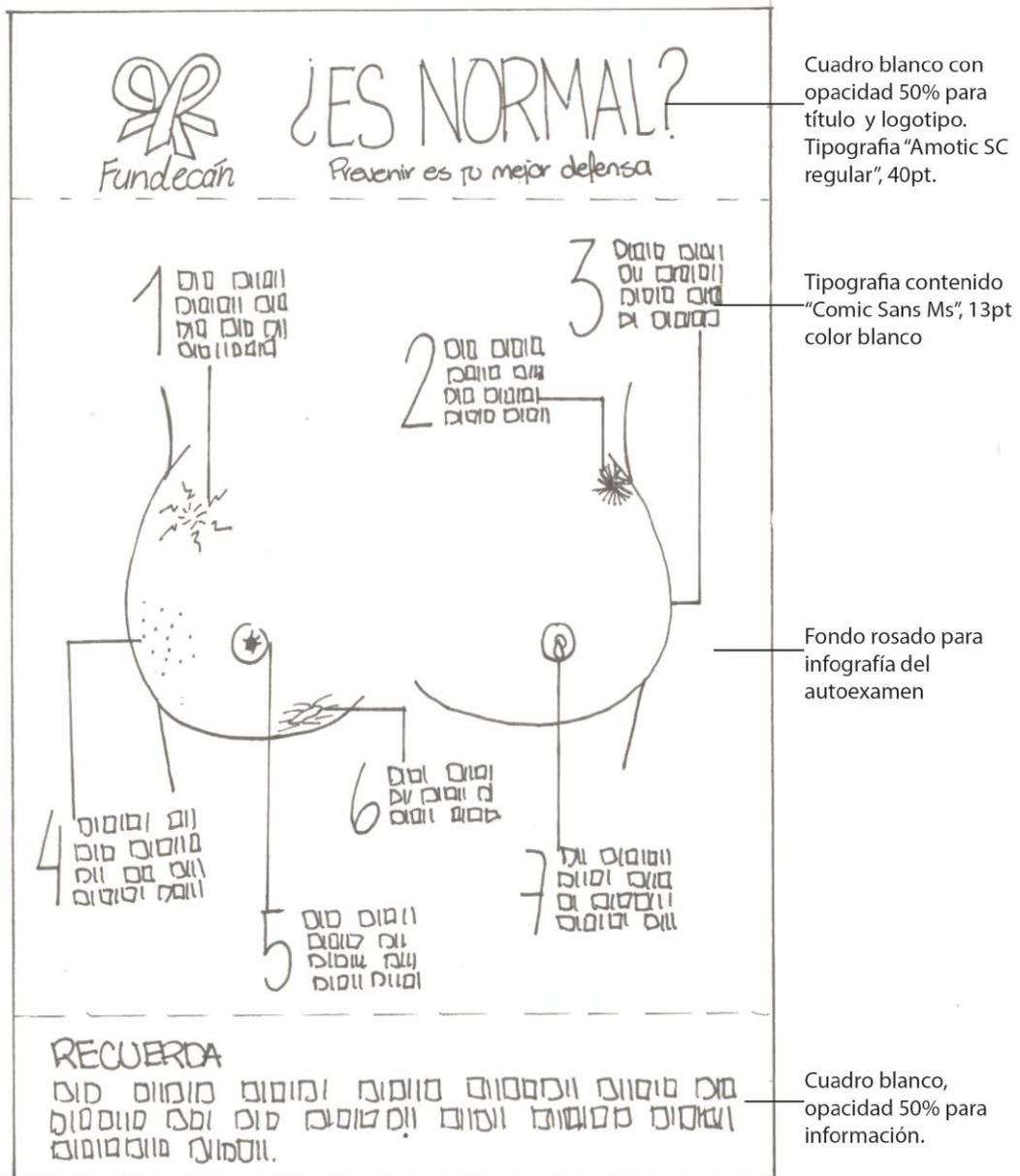
7.3.2 Proceso de bocetaje formal en base a la diagramación de dibujo técnico.

7.3.2.1 Bocetaje formal en base a la diagramación de dibujo técnico; Tarjetas de presentación (3.5 x 2 pulgadas, solo tiro).



7.3.2.2 Bocetaje formal en base a la diagramación de dibujo técnico; Afiche (11 x 17 pulgadas).

Afiche tamaño tabloide



Continuación bocetaje formal en base a la diagramación de dibujo técnico;
Afiche (11 x 17 pulgadas).

Afiche tamaño tabloide

Tipografía "Amotic SC
 regular", 55pt.

¡ES NORMAL?
 מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם

Lotgotipo

Fundecán

Fondo rosado

1 מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם

2 מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם

3 מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם

4 מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם

5 מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם

6 מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם

Tipografía contenido
 "Comic Sans Ms", 13pt
 color blanco

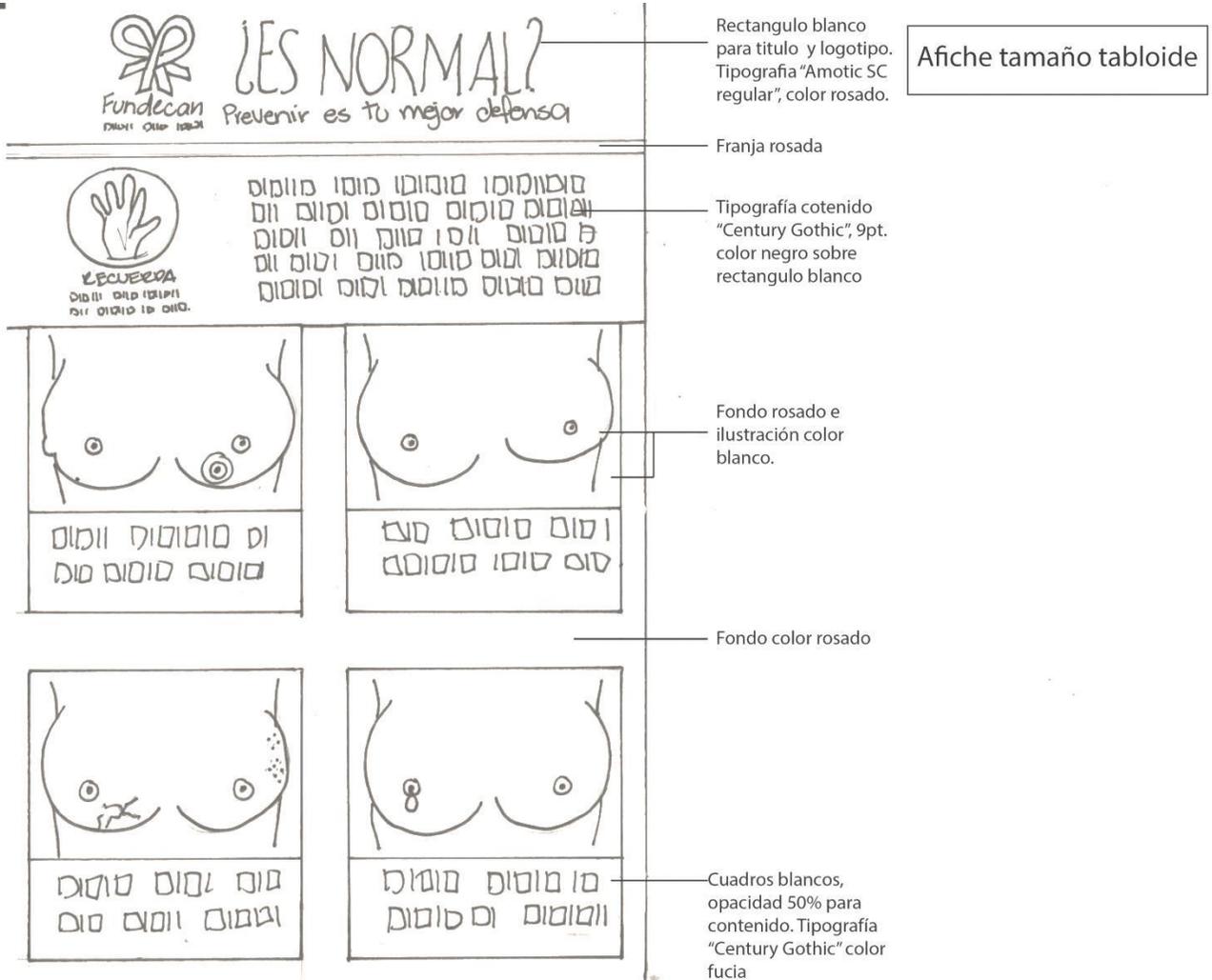
Infografía color blanco

RECUERDA

מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם
 מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם
 מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם
 מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם מוֹסוֹם

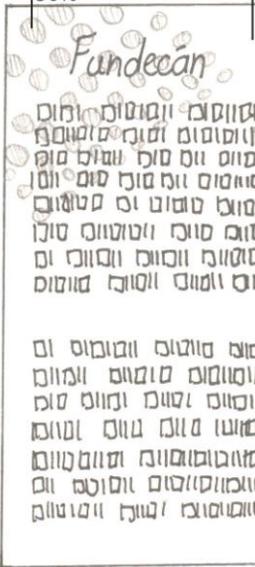
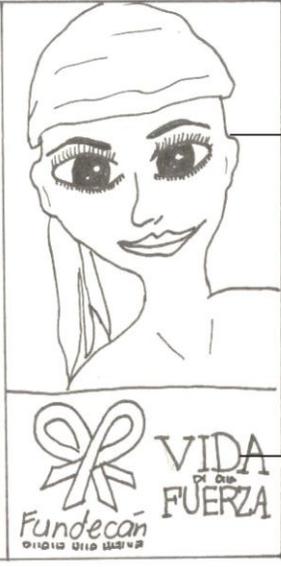
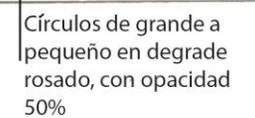
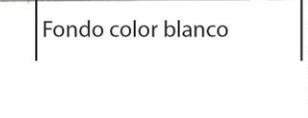
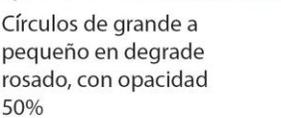
Pleca color blanco,
 opacidad 50%

**Continuación bocetaje formal en base a la diagramación de dibujo técnico;
Afiche (11 x 17 pulgadas).**

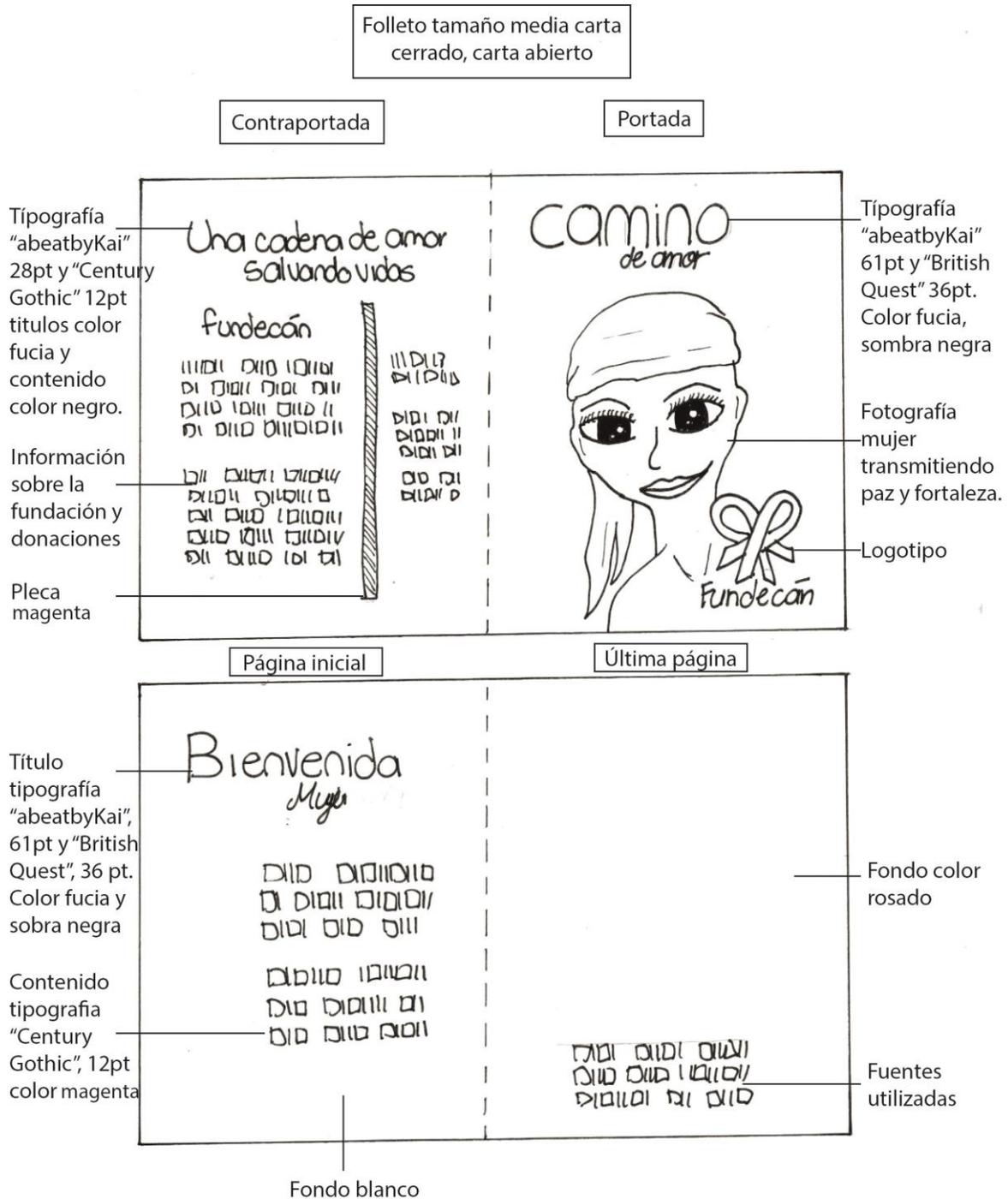


7.3.2.3 Bocetaje formal en base a la diagramación de dibujo técnico; Trifoliar, carta abierto (8.5 x 11 pulgadas), tiro y retiro.

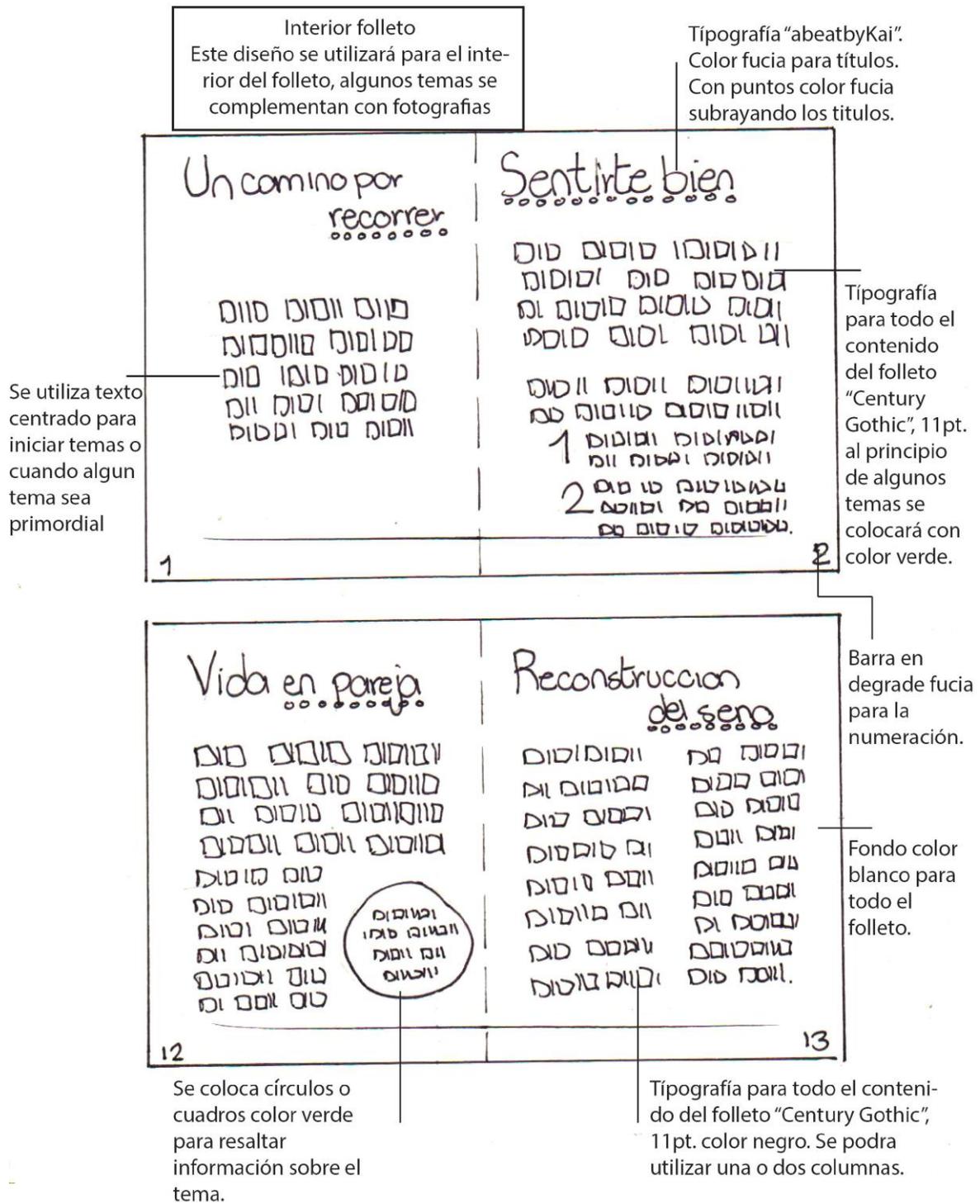
Trifoliar tamaño carta
abierto

<p>Círculos de grande a pequeño en degrade rosado, con opacidad 50%</p>	<p>Fondo color blanco</p>	<p>Fondo color rosado, opacidad 50%</p>	
	<p>Detección Temprana tu mejor Defensa</p> <p>1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/></p> <p>3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/></p> <p>5 <input type="checkbox"/> 6 <input type="checkbox"/></p>		<p>Fotografía mujer mostrando fortaleza</p> <p>Tipografía para títulos "Backman Old Style", y "Lucyda Calligraphy Italic", color fucia. Tipografía para contenido "Biko", color negro</p>
<p>Círculos de grande a pequeño en degrade rosado, con opacidad 50%</p>	<p>Fondo color blanco</p>	<p>Círculos de grande a pequeño en degrade rosado, con opacidad 50%</p>	
		<p>Seamos una cadena de amor y vida</p> 	<p>Fondo color rosado, opacidad 50%</p>

7.3.2.4 Bocetaje formal en base a la diagramación de dibujo técnico; Folleto, carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro.



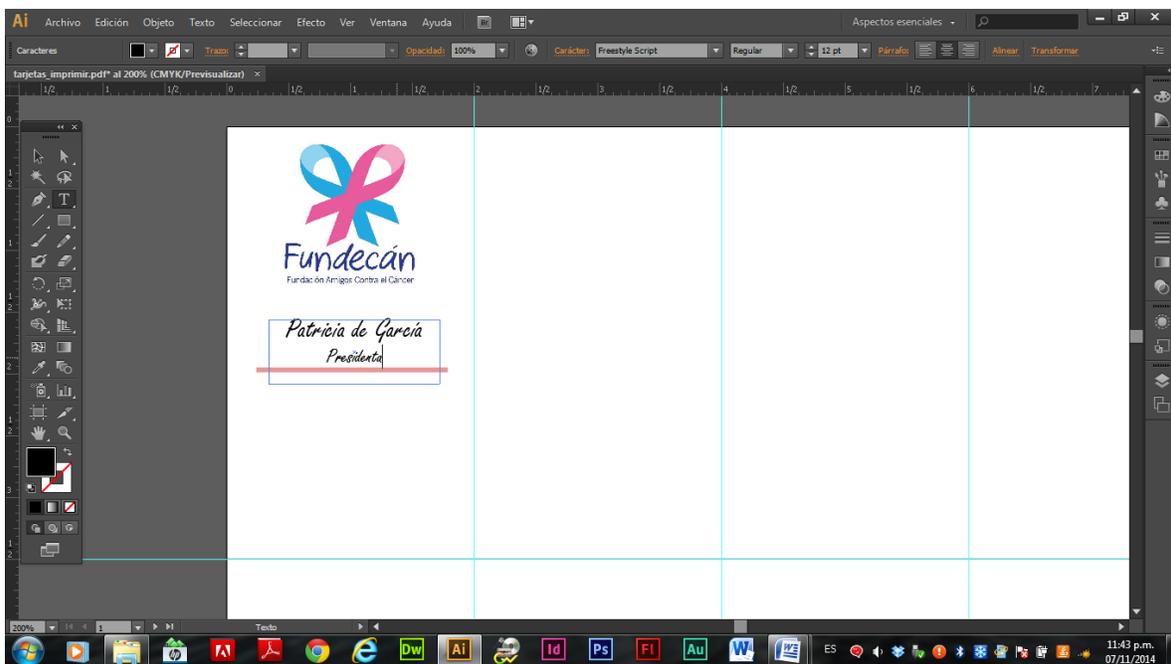
Bocetaje formal en base a la diagramación de dibujo técnico; Folleto, carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro.



7.3.3 Proceso de digitalización de los bocetos

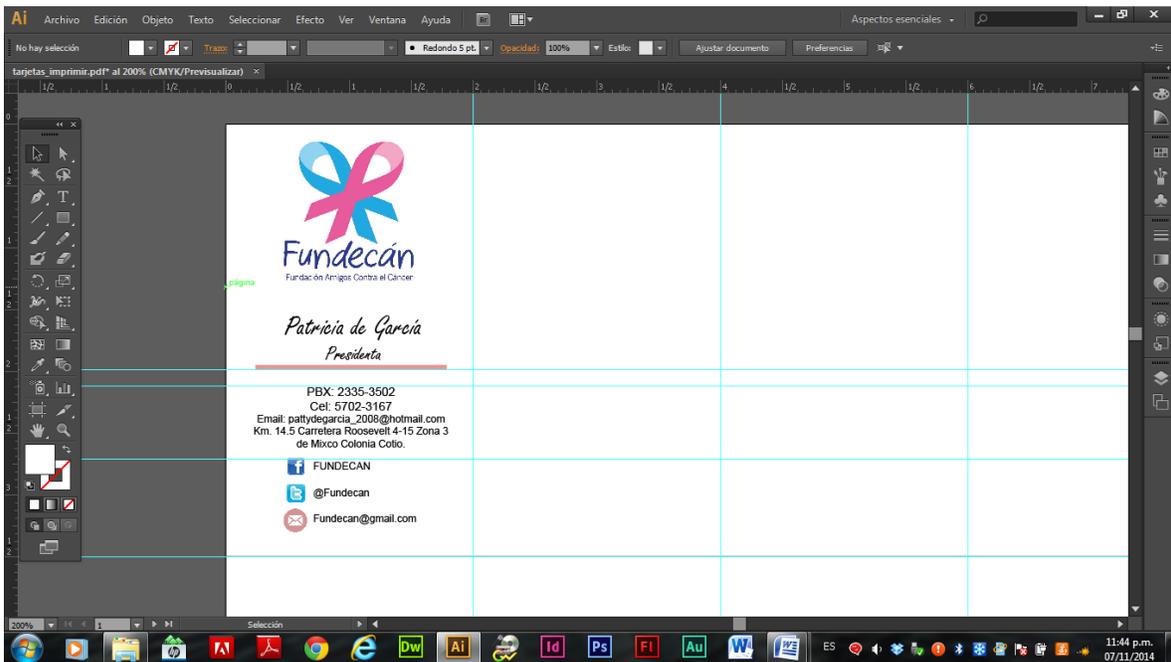
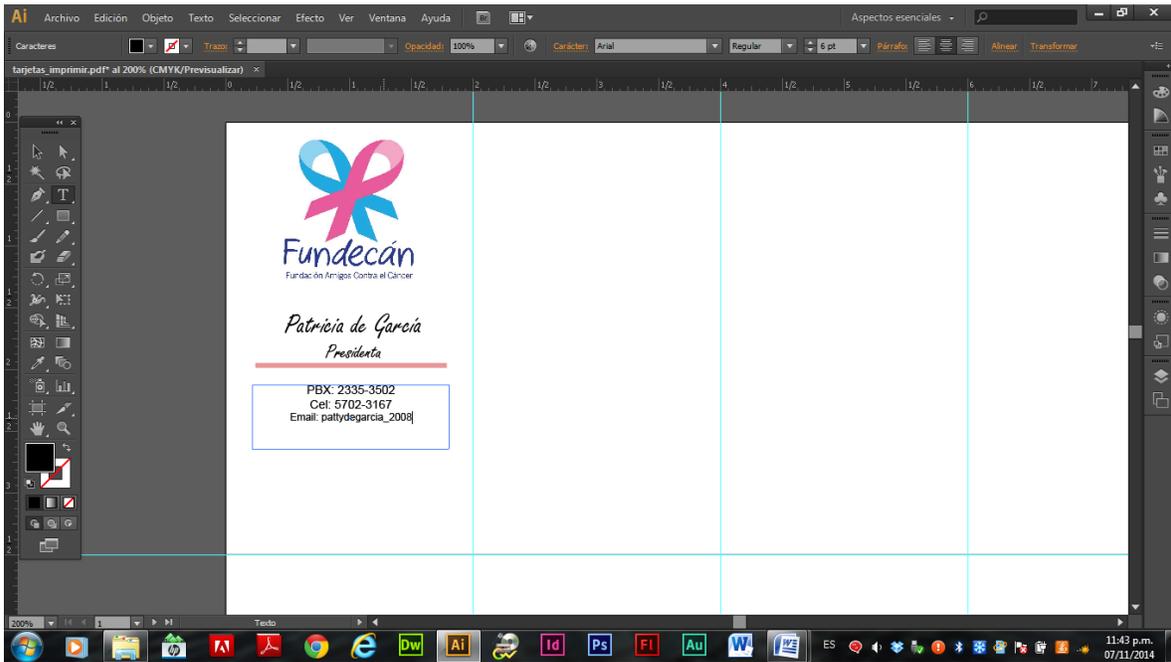
7.3.3.1 Proceso de digitalización de los bocetos; Tarjetas de presentación

- Las tarjetas de presentación son de medida estándar 3.5 x 2 pulgadas (orientación vertical), fondo blanco.
- Se utilizó la fuente “Freestyle Script” (siendo gratuita y/o de dominio público) para colocar el nombre y puesto de la persona, debajo se colocó una pleca fucsia, esto hará una división entre el nombre y la información.



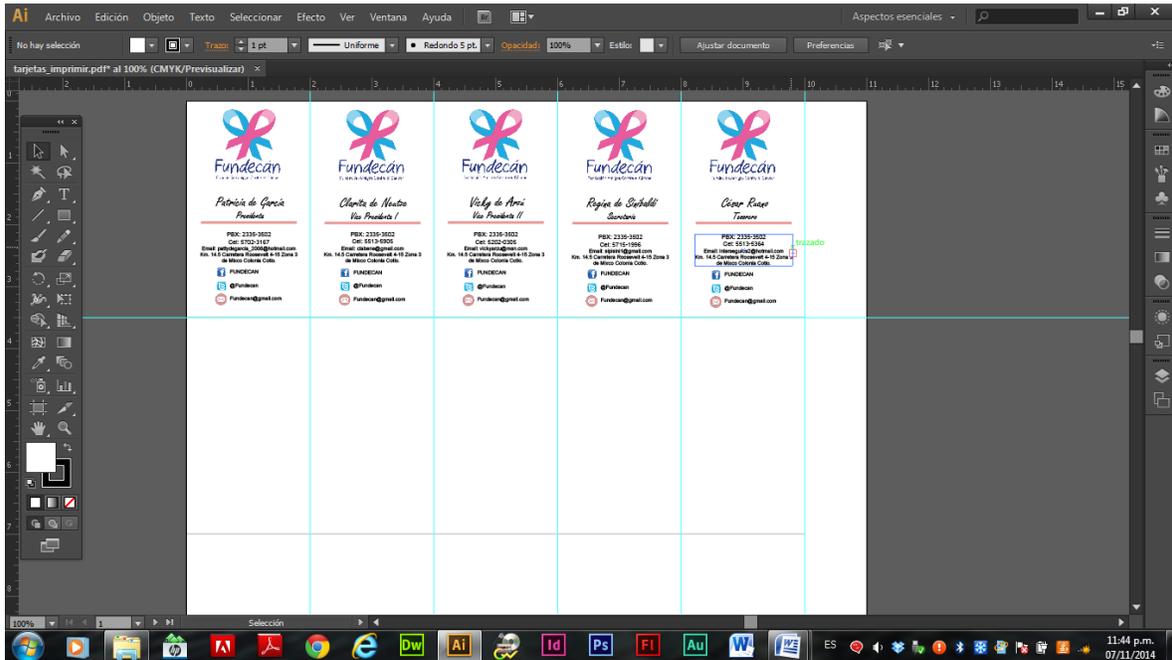
- Los datos informativos serán con la fuente “Arial”, se colocarán los logotipos de las redes sociales para una mayor visibilidad de ellos.

Continuación proceso de digitalización de los bocetos; Tarjetas de presentación

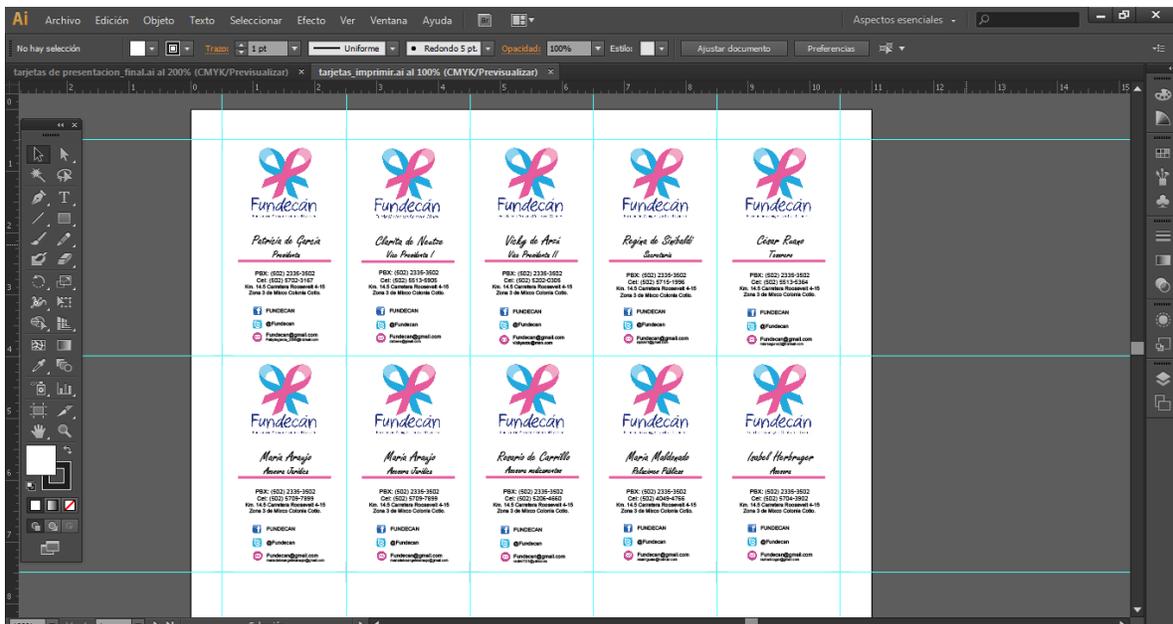


Continuación proceso de digitalización de los bocetos; Tarjetas de presentación

- El cliente pidió tarjetas de presentación para toda la junta directiva, por lo que se realizó el mismo diseño para cada uno de ellos.

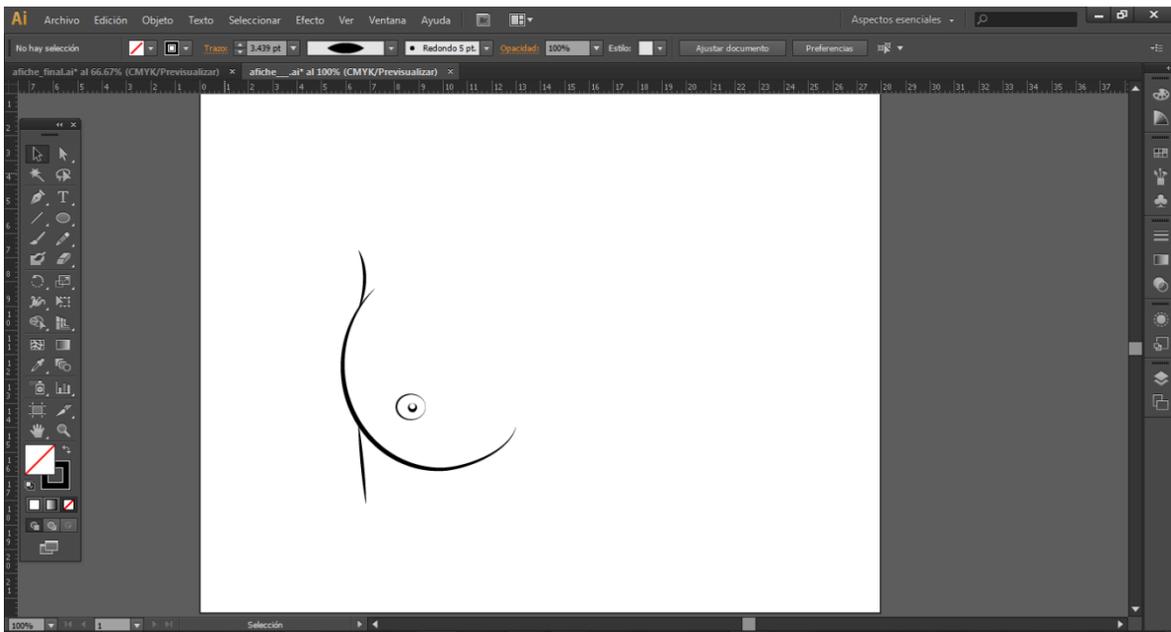
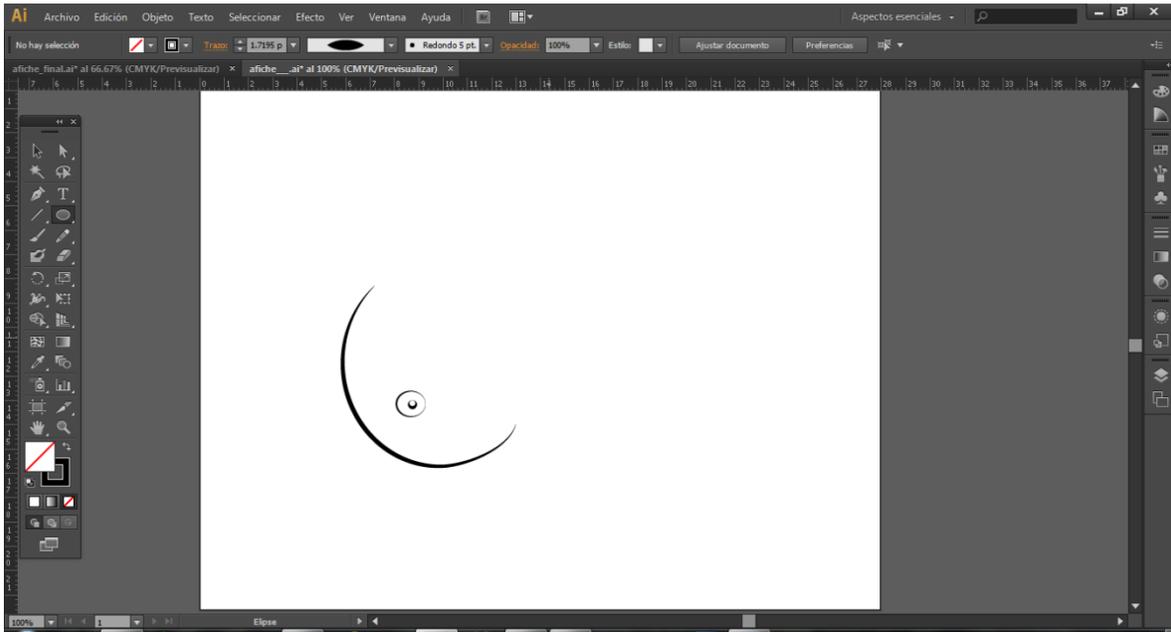


- Listo para la impresión, a full color en papel Lino Beige.

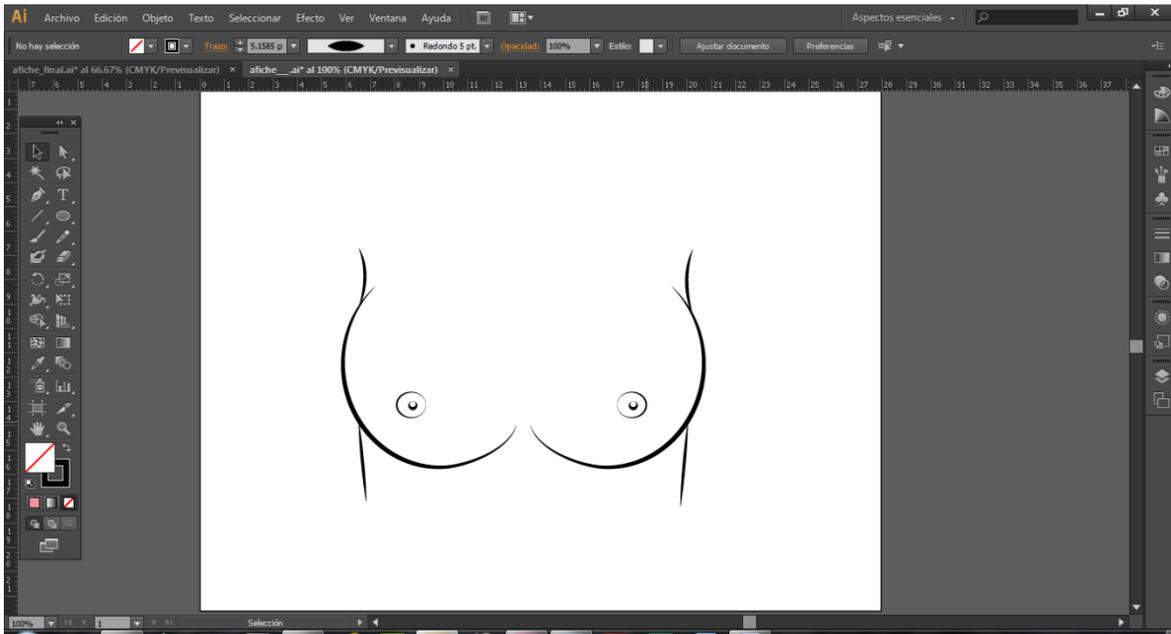


7.3.3.2 Proceso de digitalización de los bocetos; Afiche

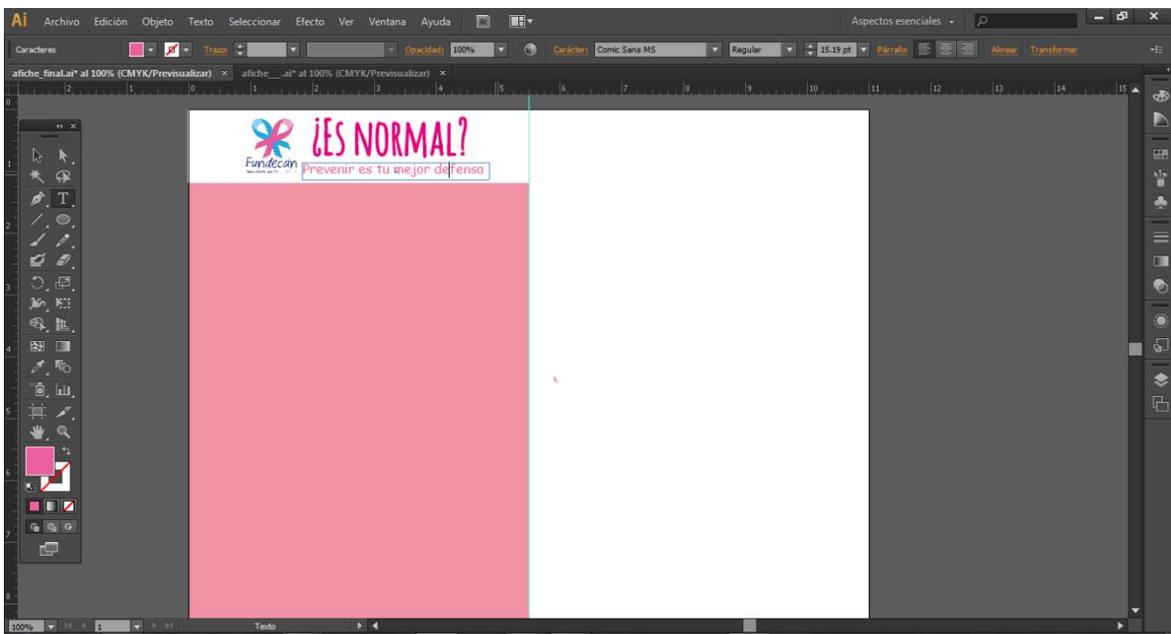
- Se empezó por un vector de los senos de la mujer para poder hacer la infografía para realizarse el autoexamen mamario.



Continuación proceso de digitalización de los bocetos; Afiche

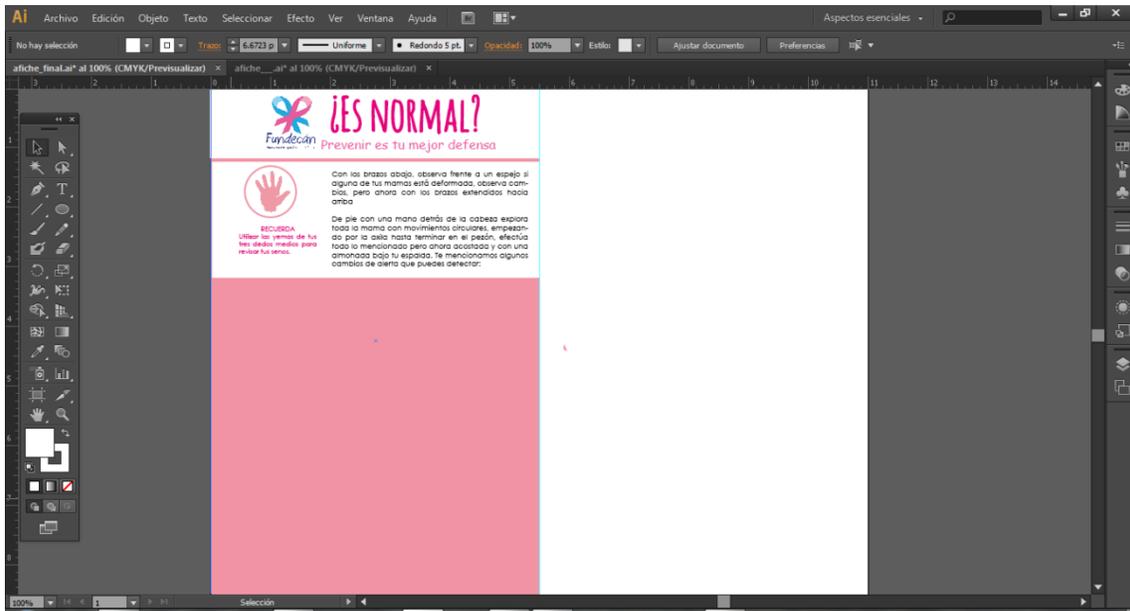


- Al finalizar se escribió el título “Es normal” con la fuente “Amatic SC Regular” y el subtítulo con fuente “Comic Sans MS”, del lado izquierdo se situó el logotipo de la fundación. Todo esto en un rectángulo con fondo blanco.

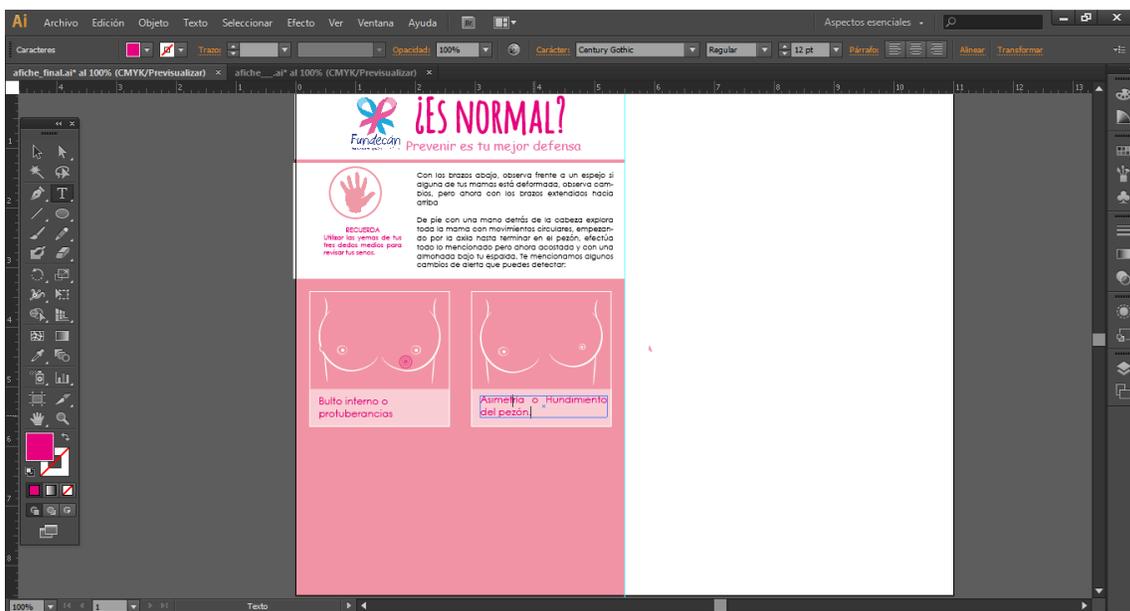


Continuación proceso de digitalización de los bocetos; Afiche

- En fondo color rosado, se colocó otro rectángulo blanco dividiéndolo del título con una línea rosada, este cuadro llevará información de cómo se debe realizar el autoexamen mamario.

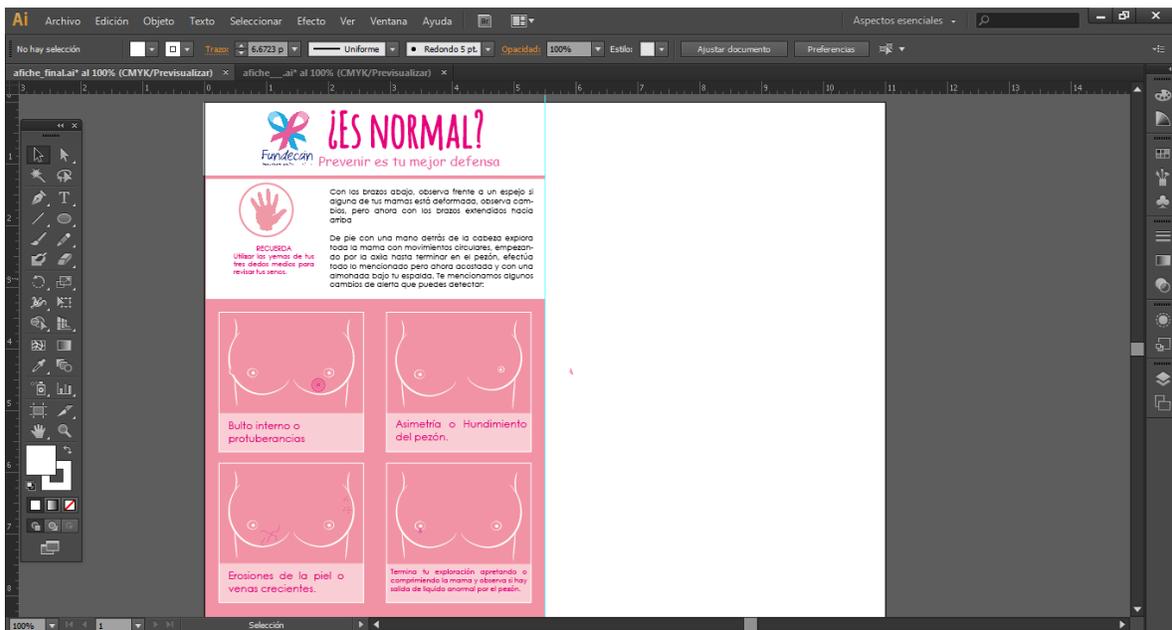


- Con fondo rosado, la infografía color blanco con sus especificaciones.



Continuación proceso de digitalización de los bocetos; Afiche

- En la infografía, las especificaciones se colocaron con fuente “Century Gothic” en color fucsia.

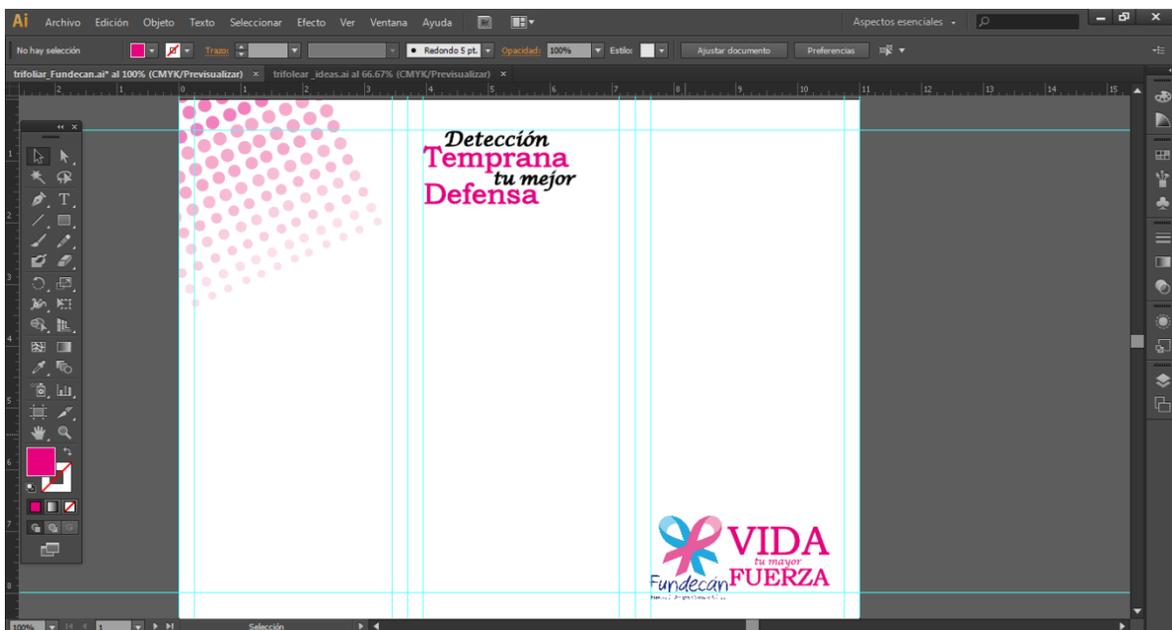


Continuación proceso de digitalización de los bocetos; Afiche



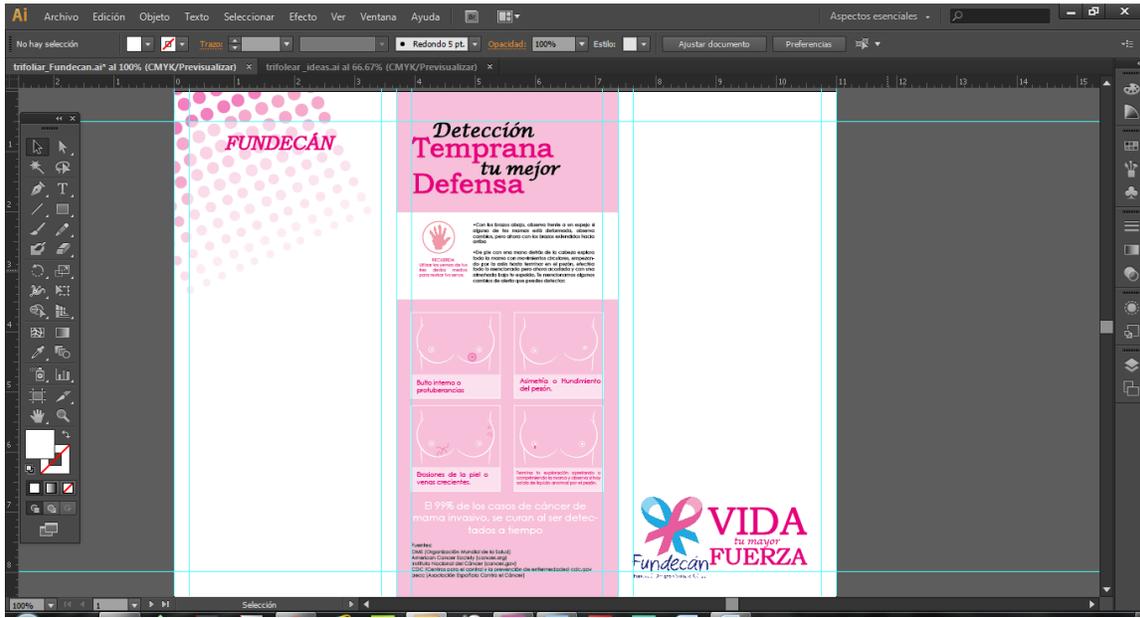
7.3.3.3 Proceso de digitalización de los bocetos; Trifoliar

- Para el trifoliar, se utilizó una hoja carta.
- Se inició dividiendo el tiro y retiro, colocando los titulares “Vida, tu mayor fuerza” y “Detección temprana, tu mejor defensa” con tipografías “Bookman Old Style” y “Lucida Calligraphy Italic” ambas fuentes son gratuitas y/o de dominio público.
- Se colocó un degrade en puntos en disminución de tamaño para que el texto tuviera mejor visibilidad y no se observara cargado.

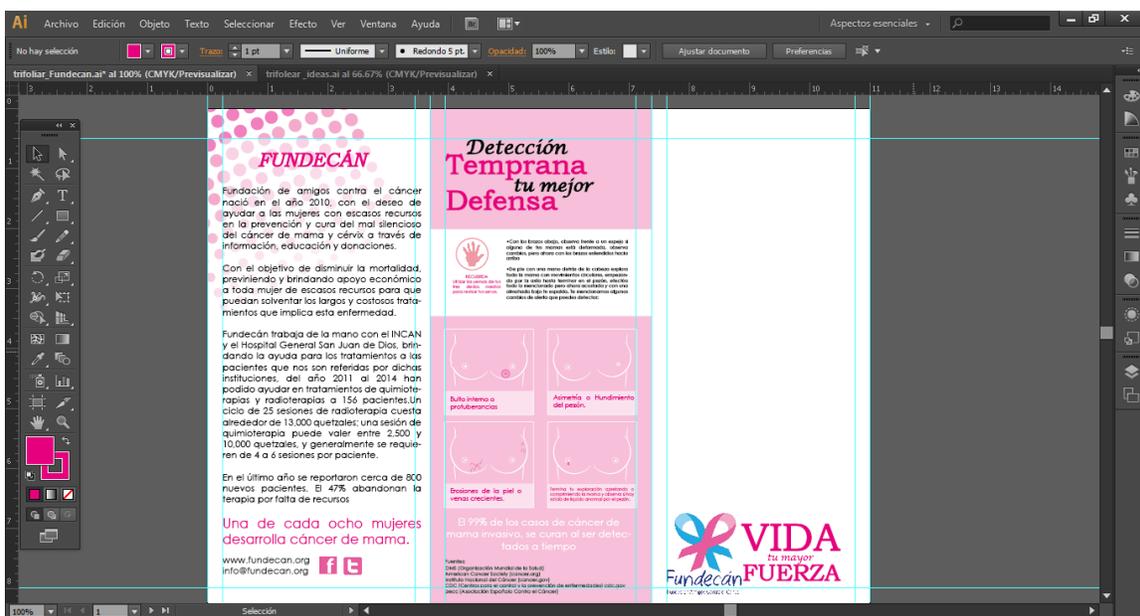


Continuación proceso de digitalización de los bocetos; Trifoliar

- Tiro, en el centro se colocó la misma infografía hecha en el afiche, considerando que esta información es fundamental para el autoexamen de toda mujer.

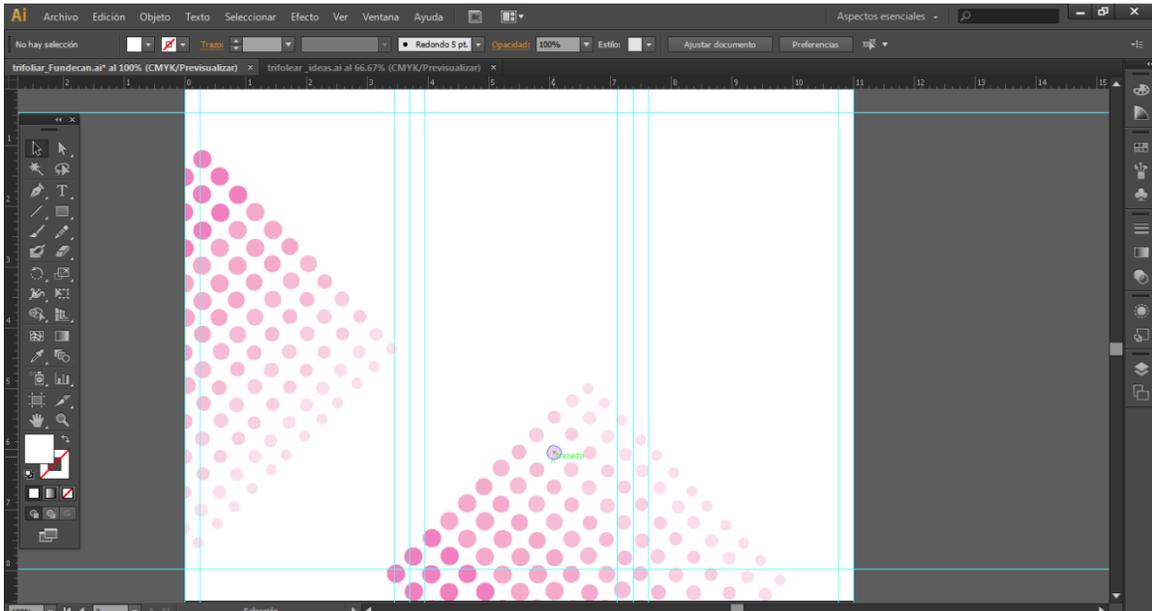


- Del lado izquierdo del tiro, se colocó la información relevante de la fundación, así como sus datos para contactarlos.

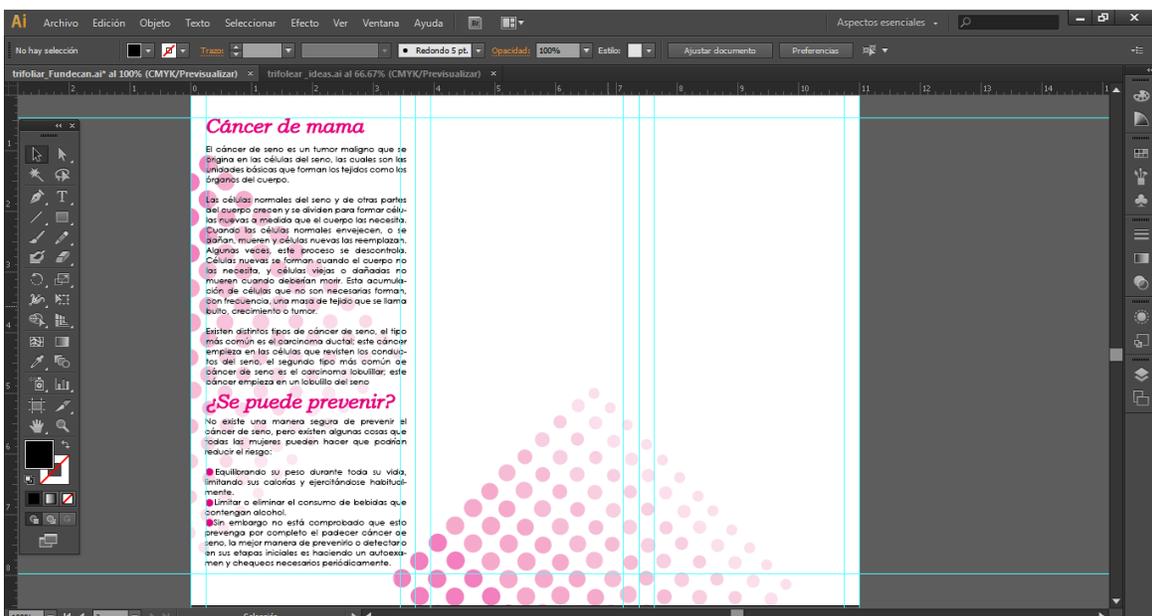


Continuación proceso de digitalización de los bocetos; Trifoliar

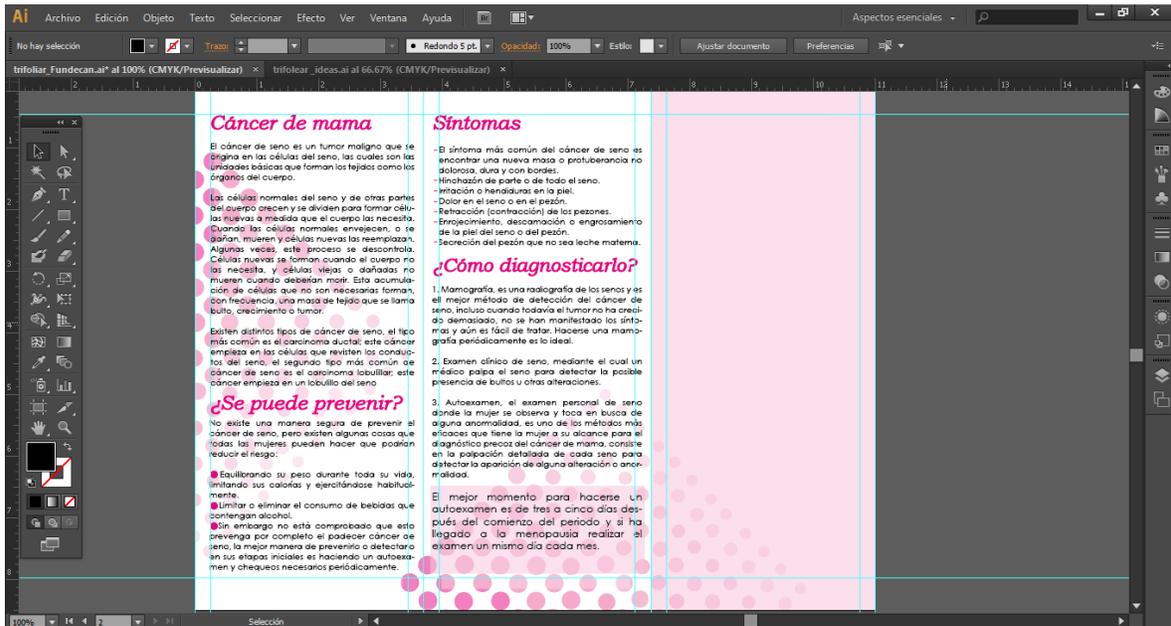
- Retiro, también se utilizará el degrade en círculos que van disminuyendo el tamaño esto para hacer más agradable la lectura y menos saturada de información.



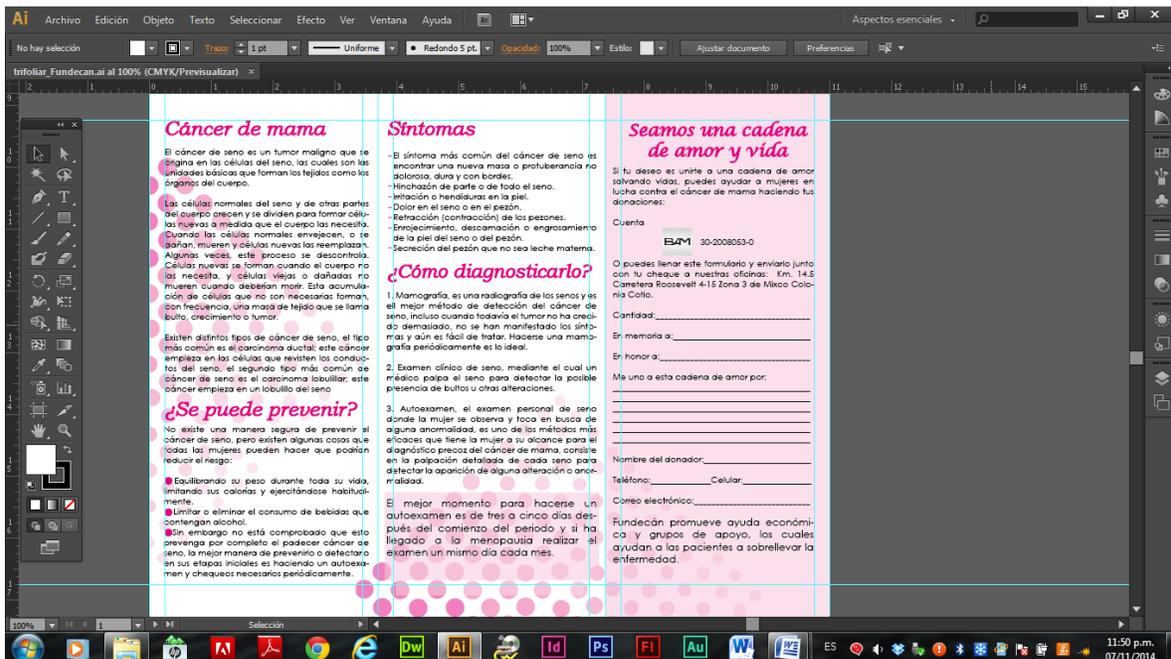
- Los títulos se colocarán de color fucsia con fuente “Bookman Old Style” y el contenido color negro con fuente “Century Gothic”.



Continuación proceso de digitalización de los bocetos; Trifoliar

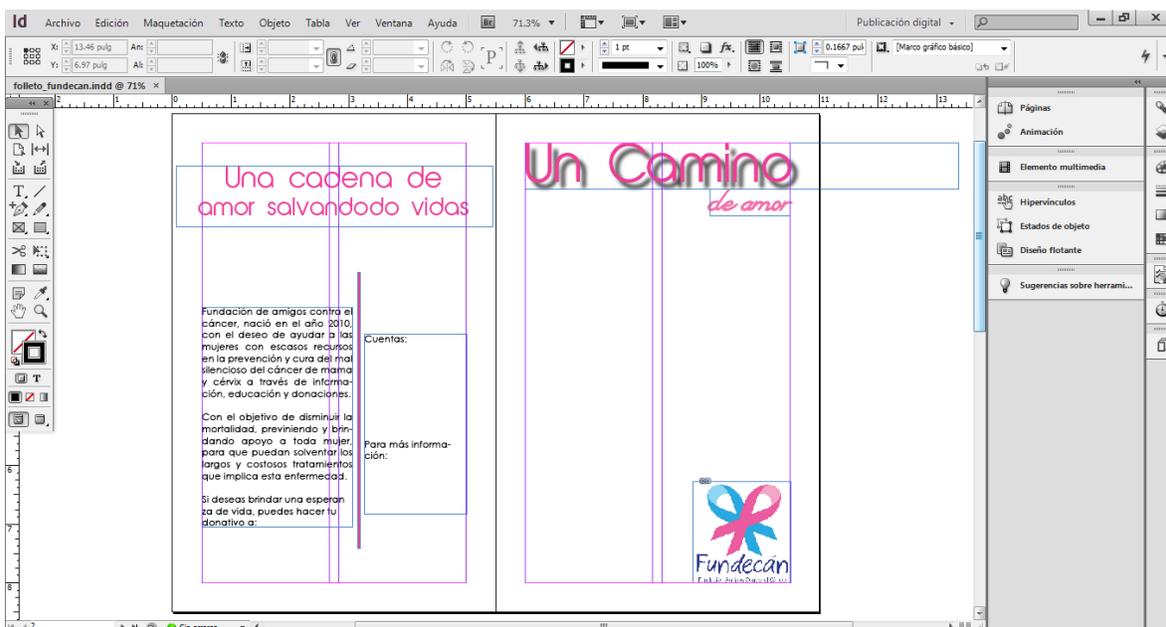


- Del lado derecho del retiro, será específicamente para enviar donaciones, esta parte estará troquelada para facilidad de las personas.



7.3.3.4 Proceso de digitalización de los bocetos; Folleto

- Se trabajará en tamaño carta abierto y media carta cerrado.
- Para titulares se utiliza la fuente “abeatbyKai” color fucsia y para todo el contenido la fuente “Century Gothic” color negro, ambas fuentes son gratuitas y/o de dominio público.
- En la portada se colocó el titular “Un Camino” con fuente “abeatbyKai” y “de amor” con fuente “British Quest” ambas color fucsia con sombra negra. El logotipo de la fundación estará en el lado inferior derecho y el fondo será una fotografía.
- Para la contraportada se utilizará este espacio para información relevante de la fundación, así como datos para donaciones.

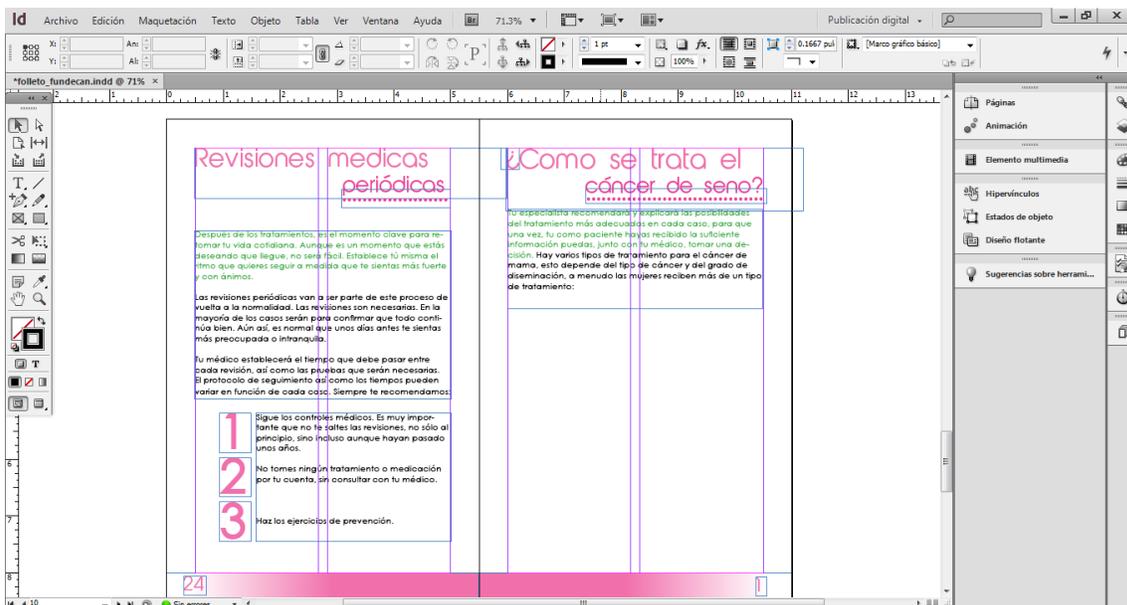


Continuación proceso de digitalización de los bocetos; Folleto

- La página 3 se colocó una bienvenida de parte de la fundación, esta tendrá color fucsia con sombra negra, para resaltar y el contenido de la bienvenida color fucsia.

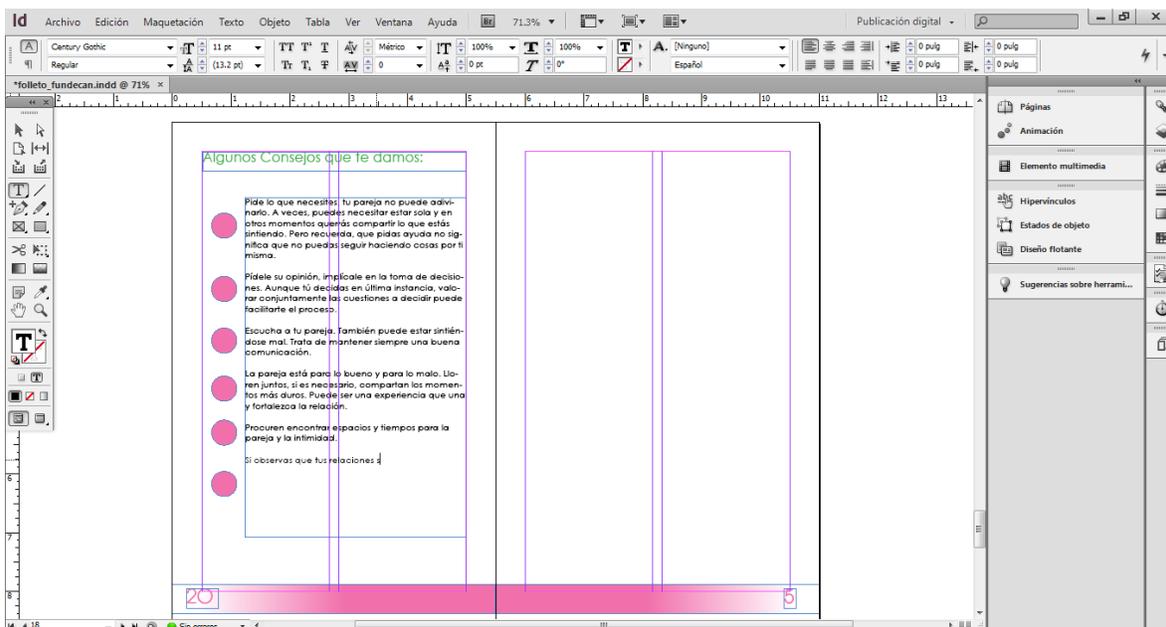
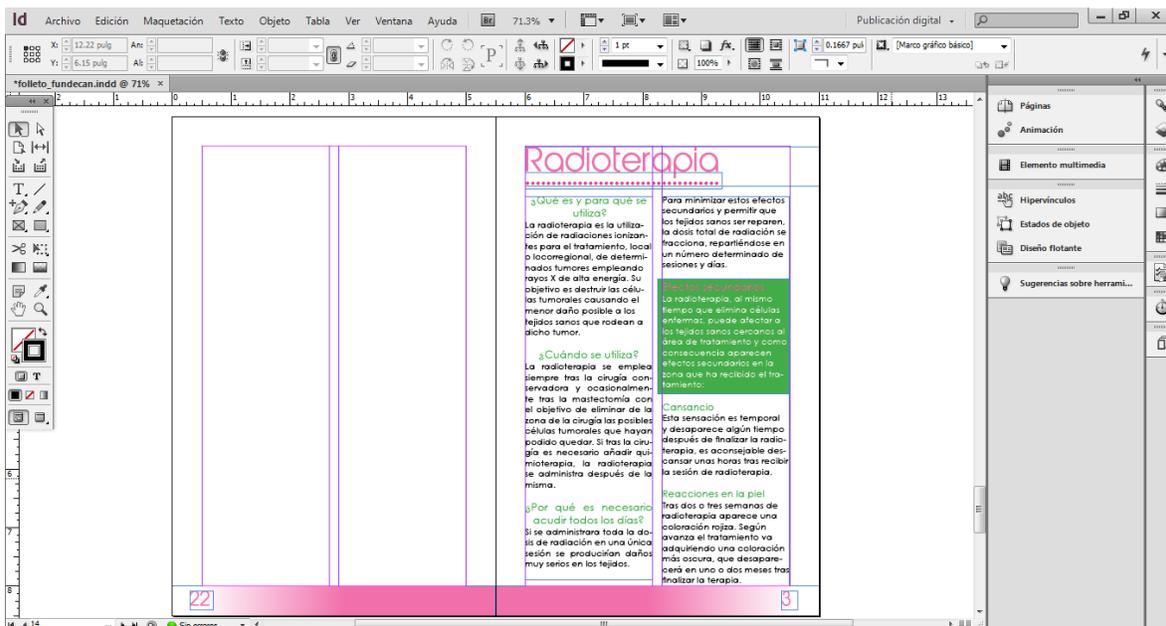


- Algunos de los temas que se menciona en el folleto iniciaran con un párrafo color verde, que servirá para destacarlo.

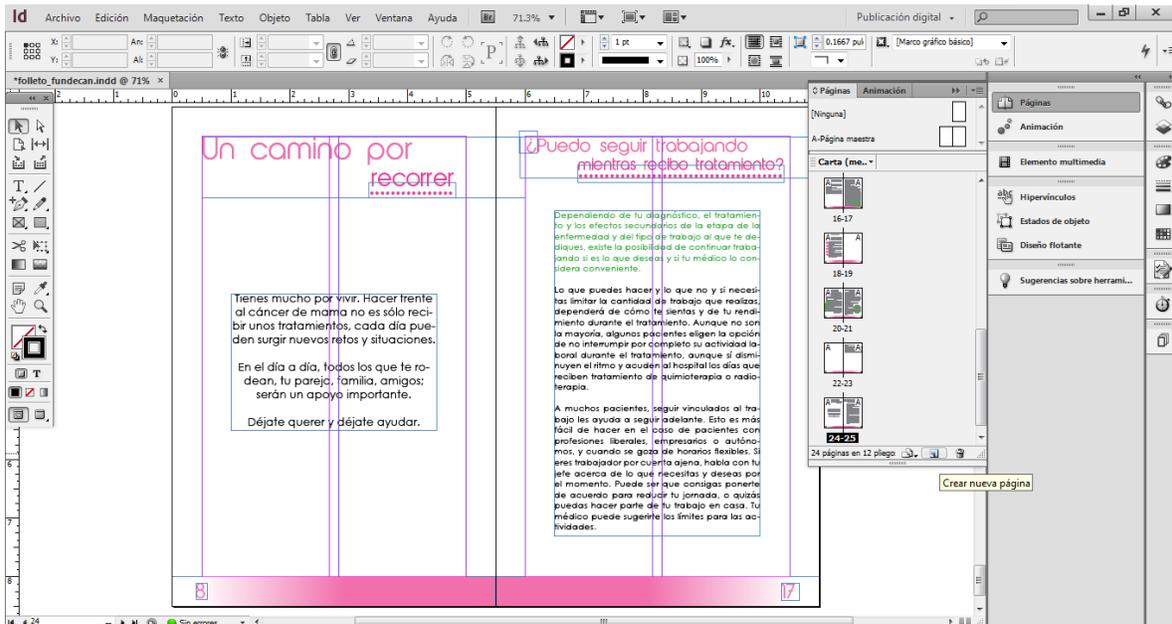


Continuación proceso de digitalización de los bocetos; Folleto

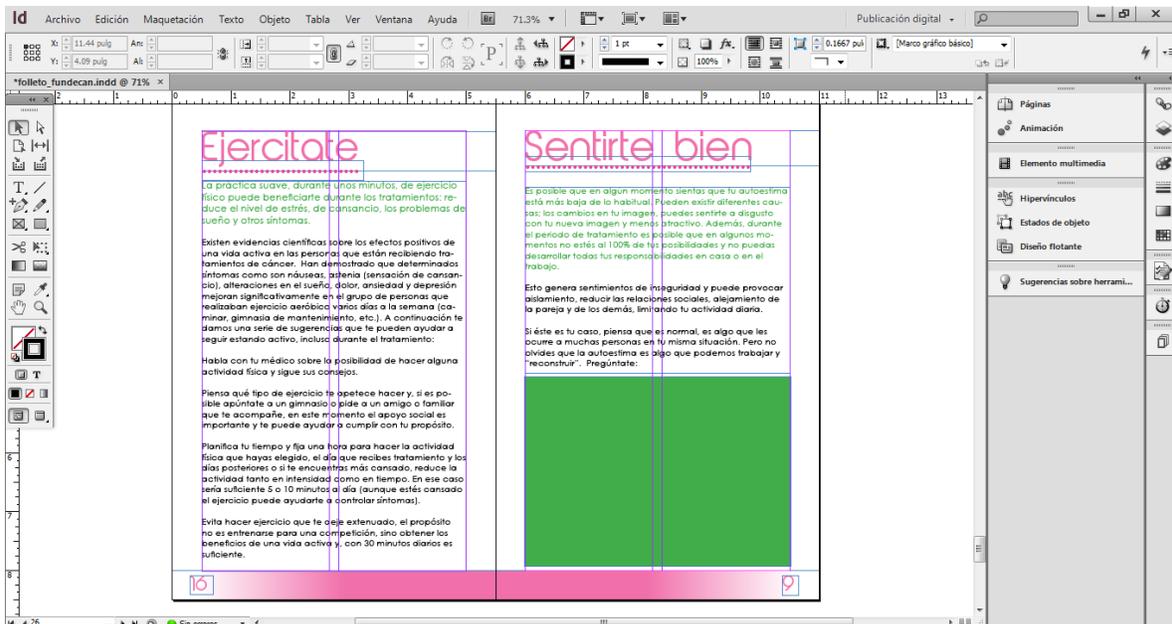
- Se hará uso de cuadros o círculos verdes, esto cuando se desea destacar un tema, porque da inicio a un subtema o porque se desea resaltar algún consejo.



Continuación proceso de digitalización de los bocetos; Folleto



Se utilizará cuadros color verde para destacar algunos temas, frases o indicaciones.



7.4 Propuesta preliminar

7.4.1 Propuesta preliminar tarjetas de presentación

Las tarjetas de presentación se estarán trabajando con una medida de 3.5 x 2 pulgadas, solo tiro, en papel Lino Beige, impresión digital full color.



7.4.2 Propuesta preliminar afiche

Los afiches se trabajarán con un hoja tabloide (11 x 17 pulgadas), en papel Husky, solo tiro en impresión digital full color.

Fundecán
FUNDACIÓN ARGENTINA CONTRA EL CÁNCER

¿ES NORMAL?

Prevenir es tu mejor defensa



RECUERDA
Utilizar las yemas de tus tres dedos medios para revisar tus senos.

Con los brazos abajo, observa frente a un espejo si alguna de tus mamas está deformada, observa cambios, pero ahora con los brazos extendidos hacia arriba

De pie con una mano detrás de la cabeza explora toda la mama con movimientos circulares, empezando por la axila hasta terminar en el pezón, efectúa todo lo mencionado pero ahora acostada y con una almohada bajo tu espalda. Te mencionamos algunos cambios de alerta que puedes detectar:

- 
Bulto interno o protuberancias
- 
Asimetría o Hundimiento del pezón.
- 
Erosiones de la piel o venas crecientes.
- 
Termina tu exploración apretando o comprimiendo la mama y observa si hay salida de líquido anormal por el pezón.

7.4.3 Propuesta preliminar trifoliar

Los trifoliales se estarán trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas), tiro y retiro, en papel Couche, impresión digital full color.

- Tiro

FUNDECAN

Fundación de amigos contra el cáncer nació en el año 2010, con el deseo de ayudar a las mujeres con escasos recursos en la prevención y cura del mal silencioso del cáncer de mama y cervix a través de información, educación y donaciones.

Con el objetivo de disminuir la mortalidad, previniendo y brindando apoyo económico a toda mujer de escasos recursos para que puedan solventar los largos y costosos tratamientos que implica esta enfermedad.

Fundecán trabaja de la mano con el INCAN y el Hospital General San Juan de Dios, brindando la ayuda para los tratamientos a las pacientes que nos son referidas por dichas instituciones, del año 2011 al 2014 han podido ayudar en tratamientos de quimioterapias y radioterapias a 156 pacientes. Un ciclo de 25 sesiones de radioterapia cuesta alrededor de 13,000 quetzales; una sesión de quimioterapia puede valer entre 2,500 y 10,000 quetzales, y generalmente se requieren de 4 a 6 sesiones por paciente.

En el último año se reportaron cerca de 800 nuevos pacientes. El 47% abandonan la terapia por falta de recursos

Una de cada ocho mujeres desarrolla cáncer de mama.

PBX. 2335-3502
www.fundecan.org
info@fundecan.org

Detección Temprana tu mejor Defensa

RECUERDA
Utilizar las yemas de tus tres dedos medios para revisar tus senos.

*Con los brazos abajo, observa frente a un espejo si alguna de tus mamas está deformada, observa cambios, pero ahora con los brazos estirados hacia arriba.

*De pie con una mano detrás de la cabeza aprieta todo lo mano con movimientos circulares, empezando por la axila hasta terminar en el pechón, efectúa todo lo mencionado pero ahora acostada y con una almohada bajo la espalda, te mencionamos algunos cambios de alerta que puedes detectar:

Bulto interno o protuberancias.

Asimetría o Hundimiento del pezón.

Erosiones de la piel o venas crecientes.

Tenerte tu espaldación apretando o comprimiendo la mama y observar si hay salida de líquido anormal por el pezón.

El 99% de los casos de cáncer de mama invasivo, se curan al ser detectados a tiempo

Fuentes:
OMS (Organización Mundial de la Salud)
American Cancer Society (cancer.org)
Instituto Nacional del Cáncer (cancer.gov)
CDC (Centros para el control y la prevención de enfermedades) cdc.gov
asoc. (Asociación Española Contra el Cáncer)

VIDA tu mayor FUERZA

Fundecán
Tu vida es tu mayor fuerza

Continuación propuesta preliminar trifoliar

Los trifoliales se estarán trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas), tiro y retiro, en papel Couche, impresión digital full color.

- Retiro

Cáncer de mama

El cáncer de seno es un tumor maligno que se origina en las células del seno, las cuales son las unidades básicas que forman los tejidos como los órganos del cuerpo.

Las células normales del seno y de otras partes del cuerpo crecen y se dividen para formar células nuevas a medida que el cuerpo las necesita. Cuando las células normales envejecen, o se dañan, mueren y células nuevas las reemplazan. Algunas veces, este proceso se descontrola. Células nuevas se forman cuando el cuerpo no las necesita, y células viejas o dañadas no mueren cuando deberían morir. Esta acumulación de células que no son necesarias forman, con frecuencia, una masa de tejido que se llama bulto, crecimiento o tumor.

Existen distintos tipos de cáncer de seno, el tipo más común es el carcinoma ductal; este cáncer empieza en las células que revisten los conductos del seno, el segundo tipo más común de cáncer de seno es el carcinoma lobulillar; este cáncer empieza en un lobulillo del seno.

¿Se puede prevenir?

No existe una manera segura de prevenir el cáncer de seno, pero existen algunas cosas que todas las mujeres pueden hacer que podrían reducir el riesgo:

- Equilibrando su peso durante toda su vida, limitando sus calorías y ejercitándose habitualmente.
- Limitar o eliminar el consumo de bebidas que contengan alcohol.
- Sin embargo no está comprobado que esto prevenga por completo el padecer cáncer de seno, la mejor manera de prevenirlo o detectarlo en sus etapas iniciales es haciendo un autoexamen y chequeos necesarios

Síntomas

- El síntoma más común del cáncer de seno es encontrar una nueva masa o protuberancia no dolorosa, dura y con bordes.
- Hinchazón de parte o de todo el seno.
- Irritación o hendiduras en la piel.
- Dolor en el seno o en el pezón.
- Retracción (contracción) de los pezones.
- Enrojecimiento, descamación o engrosamiento de la piel del seno o del pezón.
- Secreción del pezón que no sea leche materna.

¿Cómo diagnosticarlo?

1. Mamografía, es una radiografía de los senos y es el mejor método de detección del cáncer de seno, incluso cuando todavía el tumor no ha crecido demasiado, no se han manifestado los síntomas y aún es fácil de tratar. Hacerse una mamografía periódicamente es lo ideal.
2. Examen clínico de seno, mediante el cual un médico palpa el seno para detectar la posible presencia de bultos u otras alteraciones.
3. Autoexamen, el examen personal de seno donde la mujer se observa y toca en busca de alguna anomalía, es uno de los métodos más eficaces que tiene la mujer a su alcance para el diagnóstico precoz del cáncer de mama, consiste en la palpación detallada de cada seno para detectar la aparición de alguna alteración o anomalía.

El mejor momento para hacerse un autoexamen es de tres a cinco días después del comienzo del periodo y si ha llegado a la menopausia realizar el examen un mismo día cada mes.

Seamos una cadena de amor y vida

Si tu deseo es unirse a una cadena de amor salvando vidas, puedes ayudar a mujeres en lucha contra el cáncer de mama haciendo tus donaciones:

Cuenta  30-2008053-0

O puedes llenar este formulario y enviarlo junto con tu cheque a nuestras oficinas: Km. 14.5 Carretera Roosevelt 4-15 Zona 3 de Mixco Colonia Cotia.

Cantidad: _____

En memoria a: _____

En honor a: _____

Me uno a esta cadena de amor por:

Nombre del donador: _____

Teléfono: _____ Celular: _____

Correo electrónico: _____

Fundecán promueve ayuda económica y grupos de apoyo, los cuales ayudan a las pacientes a sobrellevar la enfermedad.

7.4.4 Propuesta preliminar folleto

El folleto se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; portada y contraportada en papel Husky, contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

- Portada y Contraportada (tiro-retiro)



Continuación propuesta preliminar folleto

El folleto se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; portada y contraportada en papel Husky, impresión digital full color.

- Retiro



Continuación propuesta preliminar folleto

El folleto se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

- Contenido; Información y bienvenida.



Esta información representa los puntos de vista de los médicos y del personal del Instituto Nacional contra el Cáncer, American Cancer Society y aecc contra el cáncer (Asociación Española contra el Cáncer).

Estos puntos de vista se basan en la interpretación que ellos hacen de los estudios publicados en revistas médicas, así como en su propia experiencia profesional.

La información sobre tratamientos incluida en este documento no constituye una política oficial de las sociedades mencionadas y no tiene como objetivo ofrecer asesoramiento médico que reemplace la experiencia y el juicio de su equipo de atención médica contra el cáncer. Su objetivo es ayudar a que usted y a su familia estén informados para tomar decisiones conjuntamente con su médico.

Es posible que su médico tenga motivos para sugerir un plan de tratamiento distinto de estas opciones generales de tratamiento. No dude en consultarle acerca de sus opciones.

Bienvenida

Mujer luchadora



Fundecán
Fundación Amigos Contra el Cáncer

Ahora más que nunca necesitas cuidarte, estar bien informada, conocer la enfermedad, los tratamientos y efectos secundarios va a ser muy importante para ti, pero existen muchos aspectos relacionados con tu estilo de vida que también tendrás que conocer.

Por eso, hemos recopilado esta información porque queremos ofrecerte algunas recomendaciones para que te cuides y dediques un tiempo a ti misma y a tus cuidados.

- Índice



Índice

- 1 ¿Cómo se trata el cáncer de mama?
- 2 ¿Qué debes preguntar a tu médico?
- 3,4 Radioterapia
- 5,6 Quimioterapia
- 8 Un camino por recorrer
- 9,10,11,12 Sentirte bien
- 13,14,15,16 Vida saludable
- 17 Ejercítate
- 18 ¿Puedo seguir trabajando mientras recibo tratamiento?
- 19,20,21 Vida en pareja
- 22 Circuitos de apoyo
- 23,24 Revisiones médicas
- 25 Reconstrucción del seno

Continuación propuesta preliminar folleto

El folleto se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

- Páginas 1-2, 3-4

<h3>¿Cómo se trata el cáncer de mama?</h3> <p>Tu especialista recomendará y explicará las posibilidades del tratamiento más adecuadas en cada caso, para que una vez, tu como paciente hayas recibido la suficiente información puedas, junto con tu médico, tomar una decisión. Hay varios tipos de tratamiento para el cáncer de mama, esto depende del tipo de cáncer y del grado de diseminación, a menudo las mujeres reciben más de un tipo de tratamiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Cirugía: Es una operación en la que los médicos cortan y extirpan el cáncer. 2 Quimioterapia: Tratamiento que utiliza medicinas especiales para reducir el tamaño del tumor o eliminarlo. Estos medicamentos pueden administrarse en píldoras o por vía intravenosa y, en ocasiones, de ambas maneras. 3 Terapia hormonal: Se utiliza para algunos tipos de cáncer que requieren la presencia de ciertas hormonas para crecer. 4 Terapia biológica. Este tratamiento trabaja en conjunto con el sistema inmunitario a combatir el cáncer o a controlar los efectos secundarios de otros tratamientos para el cáncer. Los efectos secundarios son la reacción que puede tener el cuerpo a los medicamentos o a otros tratamientos. 5 Radioterapia. El uso de radiación de alta intensidad (similar a los rayos X) para matar las células cancerosas. <p>1</p>	<h3>¿Qué debes preguntar a tu médico?</h3> <p>Es importante que tengas conversaciones francas y abiertas con los especialistas en cáncer que te atienden. No temas hacer preguntas, no importa lo insignificantes que puedan parecer la mejor es que estés segura a lo que te enfrentas. Algunas preguntas que debes considerar son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué tipo de cáncer de mama padezco? • ¿Cuál es la etapa de mi cáncer, y cómo afecta mis opciones de tratamiento y pronóstico? • ¿Qué tratamientos son apropiados para mí? • ¿Qué recomienda? ¿Por qué? • ¿Cuáles son los riesgos y efectos secundarios que debo esperar? • ¿Cuánto tiempo durará el tratamiento? • ¿Cómo será la experiencia del tratamiento? ¿Dónde se administrará? • ¿Debo seguir una dieta especial o hacer otros cambios en mi estilo de vida? • ¿Qué tan eficaz será la cirugía de reconstrucción del seno si la necesito o deseo? • ¿Qué tipo de atención médica de seguimiento necesitaré después del tratamiento? <p>2</p>
---	--

<h3>Radioterapia</h3> <p>¿Qué es y para qué se utiliza? La radioterapia es la utilización de radiaciones ionizantes para el tratamiento, local o locoregional, de determinados tumores empleando rayos X de alta energía. Su objetivo es destruir las células tumorales causando el menor daño posible a los tejidos sanos que rodean a dicho tumor.</p> <p>¿Cuándo se utiliza? La radioterapia se emplea siempre tras la cirugía conservadora y ocasionalmente tras la mastectomía con el objetivo de eliminar de la zona de la cirugía las posibles células tumorales que hayan podido quedar. Si tras la cirugía es necesario añadir quimioterapia, la radioterapia se administra después de la misma.</p> <p>¿Por qué es necesario acudir todos los días? Si se administrara toda la dosis de radiación en una única sesión se producirían daños muy serios en los tejidos.</p> <p>Para minimizar estos efectos secundarios y permitir que los tejidos sanos se reparen, la dosis total de radiación se fracciona, repartiéndose en un número determinado de sesiones y días.</p> <p>Efectos secundarios La radioterapia, al mismo tiempo que elimina células enfermas, puede afectar a los tejidos sanos cercanos al área de tratamiento y como consecuencia aparecen efectos secundarios en la zona que ha recibido el tratamiento:</p> <p>Cansancio Esta sensación es temporal y desaparece algún tiempo después de finalizar la radioterapia, es aconsejable descansar unas horas tras recibir la sesión de radioterapia.</p> <p>Reacciones en la piel Tras dos o tres semanas de radioterapia aparece una coloración roja.</p> <p>3</p>	<p>Según avanza el tratamiento va adquiriendo una coloración más oscura, que desaparecerá en uno o dos meses tras finalizar la terapia.</p> <p>Caída del pelo La radioterapia destruye el folículo piloso, por lo que aproximadamente, a las dos o tres semanas de iniciar el tratamiento se aprecia, exclusivamente en la zona irradiada, una caída de pelo.</p> <p>Edema en la mama Es relativamente frecuente que durante o tras el tratamiento la mama se inflame ligeramente y aparezcan pinchazos ocasionales, desaparece semanas o meses después de finalizar la radioterapia.</p> <p>Efectos a largo plazo sobre la mama La mama irradiada puede hacerse más pequeña y consistente tras el tratamiento.</p> <p>Considera que tu médico te indicará qué medicación puedes tomar y cómo hacerlo para manejar estos efectos. Es importante que antes de iniciar la radioterapia le preguntes a tu médico las dudas que tengas sobre cualquier aspecto del tratamiento, ya que él te podrá responder y asesorar de forma individualizada sobre el mismo.</p> <p>4</p>
---	--

Continuación propuesta preliminar folleto

El folleto se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

- Páginas 5-6, 7-8.

<h3>Quimioterapia</h3> <p>¿Qué es y para que se utiliza?</p> <p>La quimioterapia es una de las modalidades terapéuticas más empleada en el tratamiento del cáncer. Su objetivo es destruir las células que componen el tumor con el fin de lograr la reducción o desaparición de la enfermedad.</p> <p>La quimioterapia se administra tras la cirugía como tratamiento complementario, con el objeto de prevenir la aparición de metástasis.</p> <p>Efectos secundarios</p> <p>Es importante que sepas que son los más frecuentes pero que puedes tener otros que no estén descritos, y no tienen por qué aparecer todos los síntomas. Es más, no siempre aparecen efectos secundarios o cuando surgen son, en la mayoría de los casos, tolerables.</p> <p>Náuseas y los vómitos</p> <p>Además de ser los efectos secundarios más frecuentes de la quimioterapia, suelen ser los más temidos.</p> <p>Pueden aparecer tempranamente (1 ó 2 horas después de la administración) o tardíamente (24 horas o más después del ciclo). Generalmente desaparecen en unos pocos días.</p> <p>Diarrea</p> <p>Cuando la quimioterapia afecta a las células que recubren el intestino, el funcionamiento del mismo se puede ver alterado. Como consecuencia, el intestino pierde la capacidad de absorber el agua y los distintos nutrientes, dando lugar a una diarrea.</p> <p>Estreñimiento</p> <p>Algunos fármacos pueden disminuir los movimientos intestinales favoreciendo la absorción del líquido de las heces, por lo que éstas se vuelven secas y duras, dando como resultado un cuadro de estreñimiento.</p> <p>5</p>	<h3>Alteraciones en la percepción del sabor de los alimentos</h3> <p>Se suele producir por daño directo de las papilas gustativas situadas en la lengua y el paladar, los pacientes perciben una disminución en el sabor de determinadas comidas o un gusto metálico o amargo de las mismas.</p> <p>Consulta con tu médico cualquier cambio que experimentes en tu estado de ánimo. Adapta la actividad a tus posibilidades reales. Generalmente, estos efectos son temporales y desaparecen una vez finalizado el tratamiento con quimioterapia.</p>  <p>6</p>
--	--

 <p>8</p>	<h3>Un camino por recorrer</h3> <p>Tienes mucho por vivir. Hacer frente al cáncer de mama no es sólo recibir unos tratamientos, cada día pueden surgir nuevos retos y situaciones.</p> <p>En el día a día, todos los que te rodean, tu pareja, familia, amigos; serán un apoyo importante.</p> <p>Déjate querer y déjate ayudar.</p> <p>8</p>
--	---

Continuación propuesta preliminar folleto

El folleto se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

- Páginas 9-10, 11-12

<h3 style="color: #e91e63;">Sentirte bien</h3> <p>Es posible que en algún momento sientas que tu autoestima está más baja de lo habitual. Pueden existir diferentes causas; los cambios en tu imagen, puedes sentirte a disgusto con tu nueva imagen y menos atractivo. Además, durante el periodo de tratamiento es posible que en algunos momentos no estés al 100% de tus posibilidades y no puedas desarrollar todas tus responsabilidades en casa o en el trabajo.</p> <p>Esto genera sentimientos de inseguridad y puede provocar aislamiento, reducir las relaciones sociales, alejamiento de la pareja y de los demás, limitando tu actividad diaria.</p> <p>Si éste es tu caso, piensa que es normal, es algo que les ocurre a muchas personas en tu misma situación. Pero no olvides que la autoestima es algo que podemos trabajar y "reconstruir". Pregúntate:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿En qué me baso para pensar que "no sirvo para nada"? ● ¿ En qué sigo siendo útil para mi familia (o en mi trabajo, en mi casa, para mis amistades...)? ● ¿Cómo puedes compensar las posibles limitaciones? ¿Es necesario continuar haciendo todo lo que hacías hasta ahora? ● ¿Puedo priorizar algunas tareas o responsabilidades frente a otras? ● ¿Qué mérito tiene el esfuerzo que estoy realizando para superar la enfermedad? ● ¿Qué motivos tengo para sentirme orgulloso de mí misma? ● ¿Estoy siendo mucho más duro o exigente conmigo mismo que con los demás? ● ¿Merece la pena pensar sólo en las limitaciones o pérdidas o es más útil buscar la manera de solucionar o compensar lo que sea posible? <p style="text-align: right; color: #e91e63;">9</p>	<h3 style="color: #e91e63;">Mejorando tu autoestima</h3> <p>Disminuye tu nivel de exigencia contigo misma, aun ya hayas finalizado los tratamientos, tu cuerpo ha cambiado y debes darle tiempo para que se recupere. Aunque es posible que haya algunas cosas que no puedas hacer como antes, piensa en todo lo que todavía puedes hacer. Toma un papel activo en tu enfermedad, no dejes de hacer cosas que puedes seguir haciendo.</p> <p>Reflexiona acerca de todo lo que te ha podido aportar a nivel humano esta dura experiencia, si acaso te ha fortalecido y te ha ayudado a mejorar. Piensa en pequeñas cosas que puedes ir haciendo, aunque aún estés en tratamiento.</p> <p>A pesar de lo duro que es enfrentarse a un diagnóstico de cáncer, esta vivencia puede suponer cambios en tu escala de valores. Son muchas las personas que tras la enfermedad valoran más la vida, que sienten que se han fortalecido sus creencias religiosas o espirituales, y que ha mejorado su estado emocional. Muchas personas miran al futuro con optimismo y afirman tener menos miedo a la muerte. La experiencia de la enfermedad, a pesar de su dureza, puede resultar tremendamente enriquecedora a nivel personal. Después de la enfermedad es clave volver a encontrar el placer a la vida, volver a vivir a pesar de la enfermedad y los miedos.</p> <p>Al estudiar la capacidad del ser humano para hacer frente a grandes catástrofes y situaciones extremas, los psicólogos han acuñado un término cada vez más utilizado, la "resiliencia" que no es ni resignación, ni resistencia, ni simple rebeldía. Y mucho menos conformismo. La resiliencia es la capacidad que tenemos de reaccionar y recuperarnos ante las adversidades y esto se consigue cuando empezamos a encontrarnos mejor, acallamos nuestros fantasmas y nos reconciliamos con nuestra propia vida. La resiliencia supone un alivio, una fuerza, una esperanza: sobrevivir a la enfermedad sin traumas.</p> <p style="text-align: right; color: #e91e63;">10</p>
--	--

<p>Aprovechar la oportunidad para crecer a nivel humano depende de ti mismo. Se trata de un proceso "personal e intransferible", del que dependiendo de los propios recursos y del apoyo recibido, se puede salir deprimido o extraer un aprendizaje que nos ayude a vivir mejor, y nos haga más humanos y felices con lo que tenemos.</p> <p>Muchas personas cuentan cómo la enfermedad, al permitirles tomar conciencia de la fragilidad de la existencia, les ha ayudado a darse cuenta de lo que les importa realmente en la vida, y a no malgastar más tiempo en cuestiones que son en realidad secundarias. Puedes reflexionar preguntándote:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Qué ha significado para mí haber tenido cáncer? ● ¿Qué sentido ha tenido tanto sufrimiento? ● ¿El sufrimiento que he experimentado podría servirme para algo? ● ¿Me veo ahora más capaz de entender mejor a otras personas que están sufriendo? ● ¿Me estoy dando cuenta de la importancia del presente, cuando lo que habitualmente hago es posponer el disfrute y dejarlo para el futuro? <p style="text-align: right; color: #e91e63;">11</p>	<h3 style="color: #e91e63;">Claves para superar las heridas emocionales</h3> <p>Para muchas personas esta experiencia supone una oportunidad para sentirse mejor consigo misma.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li style="margin-bottom: 20px;"> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="background-color: #e91e63; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin-right: 10px;">1</div> <div> <p>Disponer de recursos personales: autoestima, optimismo, confianza en ti misma y responsabilidad.</p> </div> </div> <li style="margin-bottom: 20px;"> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="background-color: #e91e63; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin-right: 10px;">2</div> <div> <p>Dar un sentido a la enfermedad, encontrar un sentido a lo sucedido que permita retomar tu vida, e incluso mejorarla.</p> </div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="background-color: #e91e63; border-radius: 50%; width: 40px; height: 40px; display: flex; align-items: center; justify-content: center; margin-right: 10px;">3</div> <div> <p>Apoyo social. Es importante buscar en los demás apoyo, que te abran espacios en los que puedas sentirte segura, descubrir el placer de conversar y de confiar. Te ayudarán a sentir esperanza ante el futuro, fomentarán tu autoestima y evitarán que te quedes encerrada en el dolor y rabia.</p> </div> </div> <p style="text-align: right; color: #e91e63;">12</p>
---	--

Continuación propuesta preliminar folleto

El folleto se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

- Páginas 13-14, 15-16

<p>Vida Saludable</p> <p>Necesitarás dormir y descansar. Tendrás que cuidar tu alimentación y mantener una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras y pescado. Hay muchas recetas de cocina saludables a tu alcance. Es el momento de dejar los malos hábitos, haz ejercicio de forma regular. Las revisiones médicas serán parte importante de esta vida más sana, de la que tú eres la protagonista.</p> <p>La nutrición inadecuada comienza incluso en el momento del diagnóstico, ya que el impacto psicológico que éste supone, incide negativamente en la ingesta de alimentos. Además, algunos tratamientos antitumorales, quimioterapia, radioterapia y la cirugía, dejan a muchos pacientes en una situación nutricional desbalanceada.</p> <p>Es importante que tengas en cuenta que tu dieta durante el tratamiento puede variar, ya que los requerimientos nutricionales en esa etapa son especiales y dependen del tipo de tratamiento y de los efectos secundarios que aparezcan.</p> <p>Recomendaciones dietéticas generales:</p> <ul style="list-style-type: none">• Beber agua en pequeñas tomas (2-3 litros diarios).• Servir los alimentos templados, en ambiente tranquilo y comer acompañados.• Controlar el peso y realizar algún ejercicio físico (siempre en función de tu estado).	
---	---

<p>Recomendaciones dietéticas específicas para situaciones especiales, recuerda que no siempre se presentan los síntomas que describiremos:</p> <p>1 Sequedad de boca: Es un efecto adverso frecuente en pacientes que reciben radioterapia sobre mucosas por atrofia de las glándulas salivares. Se aconseja tomar alimentos blandos, jugosos y bebidas poco ácidas (al menos 2 ó 3 litros de agua al día). Enjuagarse la boca con frecuencia, los cubitos de hielo y los helados alivian la sequedad. Masticar chicle sin azúcar también ayuda a la mayor producción de saliva.</p> <p>2 Vómitos: Debe reducirse la ingesta de grasas y fritos con olor intenso porque producen náuseas y realizar 5-6 comidas diarias. Es preferible que en los días inmediatos al tratamiento, otra persona se encargue de preparar las comidas. Las comidas calientes pueden favorecer la aparición de náuseas. Es recomendable comer despacio, masticando bien los alimentos y beber líquidos fríos a pequeños sorbos a lo largo de todo el día, evitando las bebidas con gas o imitantes. Descansar, preferiblemente sentado, al menos durante una hora después de cada comida. La ansiedad también pueden dificultar una digestión adecuada.</p> <p>3 Estreñimiento: El ejercicio y un adecuada ingesta de fibra minimiza el estreñimiento. Se recomienda consumirla en forma de frutas (ciruelas, pasas, kiwis, zumos de naranja), cereales integrales, verduras y legumbres. Se deben evitar las grasas y alimentos como membrillo, fé, o arroz. Si estas medidas no son suficientes recurriremos a los laxantes.</p>	<p>4 Diarrea: En todos los casos habrá que hidratarse bebiendo abundantes líquidos como limonada alcalina y bebidas no gaseosas y llevando una dieta astringente (arroz, puré de patata y zanahoria, manzana, pescado, pollo y jamón cocido). Se desaconsejan la leche, frutas maduras, mermeladas, alimentos ricos en grasas, fibra insoluble, alcohol y tabaco.</p> <p>5 Irritación de la boca: Es fundamental una adecuada higiene bucal recomendándose una revisión odontológica antes del tratamiento. De forma general, una dieta líquida o semi líquida con purés fríos evitando alimentos irritantes (ácidos, fritos) puede ser de gran ayuda.</p> <p>Una vez finalizados los tratamientos, algunas personas suben de peso. Estas son buenas razones para intentar llevar una alimentación más saludable.</p>
--	---

Continuación propuesta preliminar folleto

El folleto se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

- Páginas 17-18, 19-20

<h3>Ejercítate</h3> <p>La práctica suave, durante unos minutos, de ejercicio físico puede beneficiarte durante los tratamientos: reduce el nivel de estrés, de cansancio, los problemas de sueño y otros síntomas.</p> <p>Existen evidencias científicas sobre los efectos positivos de una vida activa en las personas que están recibiendo tratamientos de cáncer. Han demostrado que determinados síntomas como son náuseas, aslexia (sensación de cansancio), alteraciones en el sueño, dolor, ansiedad y depresión mejoran significativamente en el grupo de personas que realizaban ejercicio aeróbico varios días a la semana (caminar, gimnasia de mantenimiento, etc.). A continuación te damos una serie de sugerencias que te pueden ayudar a seguir estando activo, incluso durante el tratamiento:</p> <ul style="list-style-type: none">• Habla con tu médico sobre la posibilidad de hacer alguna actividad física y sigue sus consejos. <p>17</p>	<h3>¿Puedo seguir trabajando mientras recibo tratamiento?</h3> <p>Dependiendo de tu diagnóstico, el tratamiento y los efectos secundarios de la etapa de la enfermedad y del tipo de trabajo al que te dediques, existe la posibilidad de continuar trabajando si es lo que deseas y si tu médico lo considera conveniente.</p> <p>Lo que puedes hacer y lo que no y si necesitas limitar la cantidad de trabajo que realizas, dependerá de cómo te sientas y de tu rendimiento durante el tratamiento. Aunque no son la mayoría, algunos pacientes eligen la opción de no interrumpir por completo su actividad laboral durante el tratamiento, aunque sí disminuyen el ritmo y acuden al hospital los días que reciben tratamiento de quimioterapia o radioterapia.</p> <p>A muchos pacientes, seguir vinculados al trabajo les ayuda a seguir adelante. Esto es más fácil de hacer en el caso de pacientes con profesiones liberales, empresarios o autónomos, y cuando se goza de horarios flexibles. Si eres trabajador por cuenta ajena, habla con tu jefe acerca de lo que necesitas y deseas por el momento. Puede ser que consigas ponerle de acuerdo para reducir tu jornada, o quizás puedas hacer parte de tu trabajo en casa. Tu médico puede sugerirte los límites para las actividades.</p> <p>18</p>
---	--

<h3>Vida en pareja</h3> <p>La relación de pareja es una parte muy importante de la vida de muchas personas. Cuando te diagnostican un cáncer de mama, la relación puede ser un apoyo fundamental, pero también puede ser una fuente de estrés.</p> <p>Es importante que sean capaces de mantener una comunicación adecuada, que puedan ir resolviendo juntos los problemas que surjan y se apoyen mutuamente. Si valoras la forma en la que se están comunicando, los silencios, las actividades que compartan, las necesidades de cada uno, la forma en que están resolviendo los problemas o compartiendo tristezas y alegrías, encontrarán la forma de seguir sintiéndose cerca el uno del otro sin que la enfermedad afecte a la relación.</p> <h4>Mi pareja y el cáncer de mama</h4> <p>Durante la enfermedad, tu pareja puede ser una gran fuente de apoyo. Dale la oportunidad de compartir contigo la situación que estás viviendo.</p> <p>Aunque tú eres la protagonista y tú eres la que debe tomar las principales decisiones, puedes hacerle participe de la información que recibes, de las consultas médicas, o pedirle que te ayude a decidir o que te acompañe cuando vas a recibir tratamiento.</p> <p>¿Si él fuera el enfermo, no querías tú estar a su lado en todo momento por si te necesita?</p> <p>19</p>	<h3>Algunos Consejos que te damos:</h3> <ul style="list-style-type: none">• Pídele lo que necesites, tu pareja no puede adivinarlo. A veces, puedes necesitar estar sola y en otros momentos quieras compartir lo que estás sintiendo. Pero recuerda, que pidas ayuda no significa que no puedas seguir haciendo cosas por ti misma.• Pídele su opinión, implícale en la toma de decisiones. Aunque tú decidas en última instancia, valorar conjuntamente las cuestiones a decidir puede facilitarte el proceso.• Escucha a tu pareja, también puede estar sintiéndose mal. Trata de mantener siempre una buena comunicación.• La pareja está para lo bueno y para lo malo. Lloren juntos, si es necesario, compartan los momentos más duros. Puede ser una experiencia que una y fortalezca la relación.• Procuren encontrar espacios y tiempos para la pareja y la intimidad.• Si observas que tus relaciones sexuales se están deteriorando, y para ti constituyen una parte importante de su relación, plantéale cómo puedes mejorarlas. Puedes buscar ayuda de un psicólogo especializado si sienten que solos no pueden hacer frente a esta nueva situación. <p>20</p>
--	---

Continuación propuesta preliminar folleto

El folleto se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

- Páginas 21-22, 23-24

<p>¿Tu pareja no te apoya lo suficiente?</p> <p>En algunos momentos puedes sentir que tu pareja no te dedica el suficiente apoyo y atención. Es posible que tú misma, en un afán por ahorrarte sufrimiento a tus seres queridos, estés dando una imagen de persona fuerte que puede hacer pensar a tu pareja que no lo estás pasando tan mal o que no necesitas ayuda.</p> <p>A veces la pareja está negando la enfermedad y pretende continuar como si no pasara nada. Puede ocurrir que no sepa qué hacer ni cómo comportarse contigo.</p> <p>En ocasiones, los conflictos que existían anteriormente se agudizan con la presencia de la enfermedad. Si éste es tu caso y no recibes la ayuda que necesitas, es normal que te sientas decepcionada, sola o dolida. Te sugerimos cómo puedes afrontar esta situación:</p> <ul style="list-style-type: none">• Haz saber a tu pareja que necesitas su apoyo, dile cómo te sientes y aclárale qué necesitas en concreto. Es posible que haga falta que se lo pidas con mayor claridad. Especificale si la que necesitas tiene más que ver con lo emocional (por ejemplo que te abrace, que te escuche, que esté a tu lado) o con cuestiones prácticas (que te ayude con la casa, etc.)• Si no consigues cambiar la situación, busca alternativas, no pierdas mucho tiempo lamentándole de cómo te gustaría que fuera todo. Es algo que a veces ocurre. Por ejemplo, puedes recurrir temporalmente a alguien que te ayude en casa o puedes hacer las compras a través de Internet o por teléfono.• Busca apoyo en otras personas: padres, amigos, otros familiares, un psicólogo, un grupo de apoyo. Si lo necesitas, comparte con ellos cómo te sientes. <p>Si no te ves con fuerzas para afrontar las dificultades que están surgiendo en tu relación de pareja en estos momentos, posponlas para más adelante, cuando estés más recuperada.</p> <p>21</p>	<p>Círculos de apoyo</p> <p>Son muchos los cambios físicos a los que tendrás que enfrentarte. Sin duda alguna, afectarán a tu estado de ánimo y tu autoestima. Por eso, necesitarás apoyo de tu familia, pareja y amigos.</p> <p>Puedes encontrar apoyo en otras personas durante el tratamiento. Y si deseas establecer o surge una relación, no hay motivo para que no lo hagas. En este caso, puedes aprender a manejar tus dudas, miedos y tu inseguridad ante la nueva relación.</p> <p>Es normal que te sientas algo insegura cuando te plantees establecer nuevas relaciones después de haber pasado por todo esto.</p> <p>Tu enfermedad, los cambios en tu imagen, son aspectos que han cambiado tu vida y puedes temer las posibles reacciones de la otra persona. No obstante, es una cuestión que merece la pena afrontar.</p> <p>Si constituye una faceta de la vida que es importante para ti, no puedes aplazarla indefinidamente. Y si has iniciado una nueva relación, ármate de valor y reflexiona acerca de cuándo puede ser el mejor momento para hablar sobre la enfermedad.</p> <p>22</p>
---	---

<p>Revisiones médicas periódicas</p> <p>Después de los tratamientos, es el momento clave para reformar tu vida cotidiana. Aunque es un momento que estás deseando que llegue, no será fácil. Establece tú misma el ritmo que quieres seguir a medida que te sientas más fuerte y con ánimos.</p> <p>Las revisiones periódicas van a ser parte de este proceso de vuelta a la normalidad. Las revisiones son necesarias. En la mayoría de los casos serán para confirmar que todo continúa bien. Aún así, es normal que unos días antes te sientas más preocupada o intranquila.</p> <p>Tu médico establecerá el tiempo que debe pasar entre cada revisión, así como las pruebas que serán necesarias. El protocolo de seguimiento así como los tiempos pueden variar en función de cada caso. Siempre te recomendamos:</p> <ol style="list-style-type: none">1 Sigue los controles médicos. Es muy importante que no te saltes las revisiones, no sólo al principio, sino incluso aunque hayan pasado unos años.2 No tomes ningún tratamiento o medicación por tu cuenta, sin consultar con tu médico.3 Haz los ejercicios de prevención. <p>23</p>	<ol style="list-style-type: none">4 Comparte tus preocupaciones y miedos con todos aquellos que están más cerca de ti.5 Continúa con tu vida. No dejes que la enfermedad se convierta en el centro de tu vida. Si no hay razones médicas que indiquen lo contrario, te sugerimos que continúes haciendo todo lo que antes acostumbrabas a hacer o lo que hayas decidido hacer en tu vida de acuerdo con tus nuevas prioridades.6 Consulta con tu médico cualquier síntoma nuevo o variación respecto a tu enfermedad.7 Recuerda que es normal acudir a las revisiones con miedo y preocupación. Es probable que a medida que pase el tiempo y vayas viendo que todo va bien, vayas sintiendo menos temor ante esta situación. <p>Si no te sientes capaz de afrontar las revisiones, si notas que cada vez te cuesta más acudir y te afecta en gran medida, solicita ayuda a un psicólogo especialista en cáncer.</p> <p>24</p>
--	---

Continuación propuesta preliminar folleto

El folleto se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

- Páginas 25-26.



CAPÍTULO

VIII

Capítulo VIII: Validación técnica

Se elaboró el diseño de un material informativo impreso para dar a conocer la detección y tratamiento de cáncer de mama, en mujeres comprendidas entre los 17 y 60 años de edad, para la Fundación Amigos Contra el Cáncer –FUNDECAN-.

El enfoque del trabajo de investigación es mixto, por cuanto se utilizará el enfoque cuanti y cualitativo. El primero servirá para cuantificar los resultados de la encuesta aplicada a las mujeres y a través del enfoque cualitativo se intentará evaluar el nivel de percepción de los encuestados con respecto a la propuesta del diseño.

La herramienta a utilizar es una encuesta que contiene dieciséis preguntas cerradas para evaluar si el material informativo cumple con los objetivos establecidos. Se le aplicará al cliente, a 25 mujeres dentro del rango del grupo objetivo y a seis expertos entre ellos: Experto en redacción, Licenciada en comunicación para la educación, Licenciada en Comunicación, Licenciado en Diseño gráfico, Doctora en medicina general y una Licenciada en psicología.

8.1 Población y muestreo

Para validar la propuesta preliminar del material informativo para dar a conocer la detección y tratamiento de cáncer de mama, se eligieron tres grupos que son necesarios y específicos para analizar si el material informativo cumple con sus objetivos y será sumamente funcional. Los grupos están divididos en:

Cliente: Presidenta de FUNDECÁN

Expertos: Se necesitó de seis expertos: Fernando Orellana, experto en redacción; Licenciada Wendy Franco, experta en comunicación para la educación; Licenciada Lourdes

Donis, experta en Comunicación; Licenciado Rolando Brahona, experto en Diseño gráfico; Doctora Olga Arreaga y Licenciada Rosa Aguilar, experta en psicología.

Grupo Objetivo: 25 mujeres comprendidas entre los 17 y 60 años de edad.

8.2 Método e instrumentos:

Para la validación del proyecto se utilizó un método investigativo que permitirá asegurar la funcionalidad que tiene este material, como instrumento en una encuesta con preguntas cerradas, se hará de manera presencial para tener en cuenta la percepción que tienen los encuestados al ver el material.

Esta encuesta validará el desarrollo del material impreso, y de los resultados obtenidos se verificará si cumple el objetivo y el adecuado funcionamiento hacia lo que se desea transmitir. De no cumplir con los requisitos se propondrá una solución viable a nivel funcional.

La encuesta consta de dieciséis preguntas que se dividió en tres áreas: objetiva, semiológica y operativa, fundamentales para un funcionamiento correcto del material impreso:

Parte objetiva: Consta de tres preguntas dicotómicas, respuesta sí o no.

Parte semiológica: Consta de nueve preguntas, al evaluar percepciones en cuanto a elementos gráficos y utilizar en algunas de ellas la escala de Likert.

Parte operativa: Consta de cuatro preguntas al evaluar la funcionalidad del material y utilizar la escala de Likert y preguntas dicotómicas.

Se incluyó un espacio de observaciones para que los encuestados puedan sugerir mejoras al proyecto.

A continuación la encuesta que se utilizó:

Universidad Galileo
Facultad de Ciencias de la Comunicación
Licenciatura en Comunicación y Diseño



Validación de proyecto de graduación

Diseño de un material informativo impreso para dar a conocer acerca de la detección y tratamiento de cáncer de mama en mujeres comprendidas entre los 17 y 60 años de edad. Fundación Amigos Contra el Cáncer -FUNDECAN- Guatemala, Guatemala, 2015.

Llene según sus datos las siguientes casillas

*Obligatorio

Género

- Masculino
 Femenino

Nombre

Segmento al que pertenece

- Grupo objetivo
 Cliente actual
 Experto

Profesión

ANTECEDENTES:

FUNDECAN se dedica a proporcionar los recursos necesarios para detectar y curar el cáncer de seno. Tiene como función apoyar a las entidades que actualmente se ocupan de combatir la enfermedad del cáncer de distintas formas:

- Conseguir medicamentos
- Conseguir equipo médico
- Conseguir fondos para llevar a cabo tratamientos contra el cáncer de mama para mujeres de escasos recursos

Actualmente la mayoría de mujeres no están informadas sobre el tema del cáncer de mama y Fundecán no cuenta con material informativo que prevenga y oriente a las mujeres sobre los exámenes que se deben realizar para detectar la enfermedad así como orientar a las mujeres que ya se encuentran en tratamiento.

Al contar con un material informativo que prevenga y oriente a las mujeres, ellas podrán informarse y orientarse de los pasos que deben seguir para poder detectar a tiempo la enfermedad, así como crear conciencia sobre la importancia de cuidar su salud y realizarse los chequeos a tiempo. Y para las que se encuentran ya bajo tratamiento, poder orientarse de los procesos.

INSTRUCCIONES

Con base a la información anterior, observe el diseño propuesto para el material impreso y según su criterio responda las siguientes preguntas:

VALIDACION

Parte objetiva

1. ¿Considera usted necesario diseñar una serie de materiales impresos para informar y educar sobre prevención y detección del cáncer de mama a mujeres entre 17 y 60 años de edad?

- Si
 No

2. ¿Cree que es necesario investigar toda la información acerca de cómo diseñar un folleto, afiche y trifoliar impreso para la realización del material de FUNDECAN?

- Si
 No

3. ¿Considera usted importante recopilar información sobre cuidados, prevenciones y tratamientos del cáncer de mama para poder incluirlos en el material impreso?

- Si
 No

Parte semiológica

4. ¿Considera que el diseño del material impreso es visualmente atractivo?

- Mucho
 Poco
 Nada

5. ¿Según su criterio, los colores utilizados en el material impreso transmiten?

- Tranquilidad
- Amor
- Fortaleza
- Debilidad

6. ¿Según su criterio, la tipografía utilizada en el material impreso es legible?

- Mucho
- Poco
- Nada

7. ¿Según su criterio, qué emoción le transmiten las fotografías dentro del material impreso?

- Valentía
- Unión
- Tristeza

8. ¿Según su criterio, la diagramación del material impreso crea interés?

- Mucho
- Poco
- Nada

9. Según su opinión el diseño del folleto impreso es?

- Muy Atractivo
- Poco Atractivo
- Nada Atractivo

10. ¿Según su opinión el diseño del trifoliar impreso es?

- Muy Atractivo
- Poco Atractivo
- Nada Atractivo

11. ¿Según su opinión el diseño del afiche impreso es?

- Muy Atractivo
- Poco Atractivo
- Nada Atractivo

12. ¿Según su opinión el diseño de las tarjetas de presentación es?

- Muy adecuado
- Poco adecuado
- Nada adecuado

Parte operativa

13. ¿Considera que la orientación y tamaño del folleto, afiche y tarjetas de presentación es adecuado?

- Mucho
- Poco
- Nada

14. ¿Considera que el tamaño de los elementos (ilustraciones, fotografías) dentro del material impreso son adecuados?

- Si
- No

15. ¿Considera que los temas llevan un orden lógico en el material impreso?

- Si
- No

16. ¿Considera que el contenido e información dentro del material impreso son suficientes para la comprensión de las mujeres?

- Si
- No

OBSERVACIONES:

Muchas gracias por sus respuestas.

8.3 Resultados e interpretación de resultados:

A continuación se presentan los resultados de los encuestados, tomándose en cuenta para cambios significativos para el proyecto.



Según el grupo objetivo al que va dirigido el material informativo, se encuestó solamente a mujeres comprendidas entre los 17 y 60 años de edad.

1. ¿Considera usted necesario diseñar una serie de materiales impresos para informar y educar sobre prevención y detección del cáncer de mama a mujeres entre 17 y 60 años de edad?



El 100% de las encuestadas consideró que sí es necesario diseñar una serie de materiales impresos para informar y educar sobre prevención y detección del cáncer de mama.

2. ¿Cree que es necesario investigar toda la información acerca de cómo diseñar un folleto, afiche y trifoliar impreso para la realización del material de FUNDECAN?



El 100% de las encuestadas consideró que sí es necesario investigar acerca de cómo diseñar un folleto, afiche y trifoliar impreso para la realización del material para FUNDECÁN.

3. ¿Considera usted importante recopilar información sobre cuidados, prevenciones y tratamientos del cáncer de mama para poder incluirlos en el material impreso?



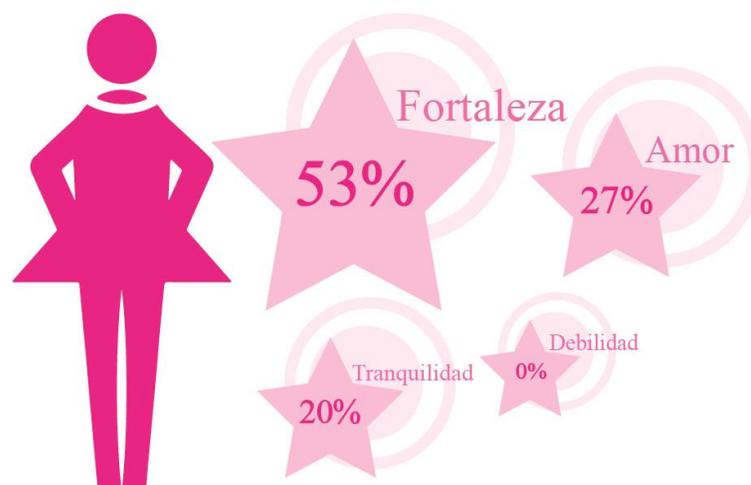
El 100% de las encuestadas considera que sí es importante recopilar información sobre cuidados, prevenciones y tratamientos del cáncer de mama para incluirlos en el material.

4. ¿Considera que el diseño del material impreso es visualmente atractivo?



El 100% de las encuestadas considera que el diseño del material impreso sí es visualmente atractivo.

5. ¿Según su criterio, los colores utilizados en el material impreso transmiten?



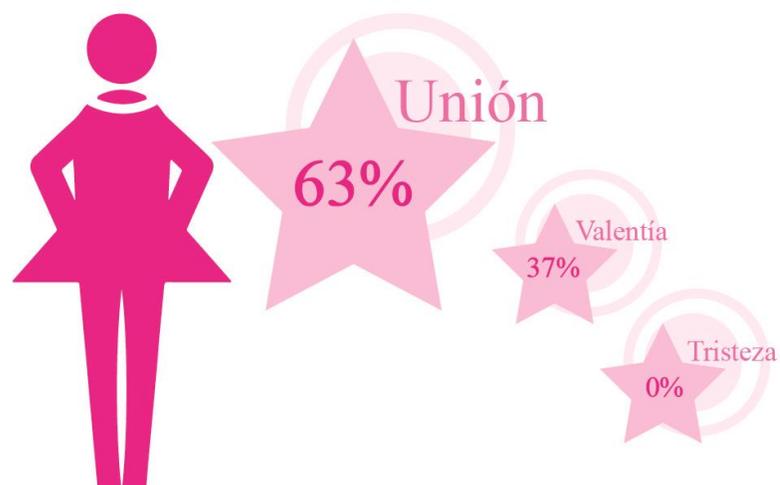
El 53% de las encuestadas considera que los colores utilizados en el material impreso transmiten fortaleza, el 27% amor y el 20% tranquilidad.

6. ¿Según su criterio, la tipografía utilizada en el material impreso es legible?



El 100% de las encuestadas considera que la tipografía utilizada si es legible en el material impreso.

7. ¿Según su criterio, qué emoción le transmiten las fotografías dentro del material impreso?



El 63% de las encuestadas considera que las fotografías dentro del material impreso transmiten unión y el 37%, valentía.

8. ¿Según su criterio, la diagramación del material impreso crea interés?



El 100% de las encuestadas considera que la diagramación del material impreso sí crea interés.

9. ¿Según su opinión el diseño del folleto impreso es?



El 100% de las encuestadas considera muy atractivo el diseño del folleto impreso.

10. ¿Según su opinión el diseño del trifoliar impreso es?



El 100% de las encuestadas considera muy atractivo el diseño del trifoliar impreso.

11. ¿ Según su opinión el diseño del afiche impreso es?



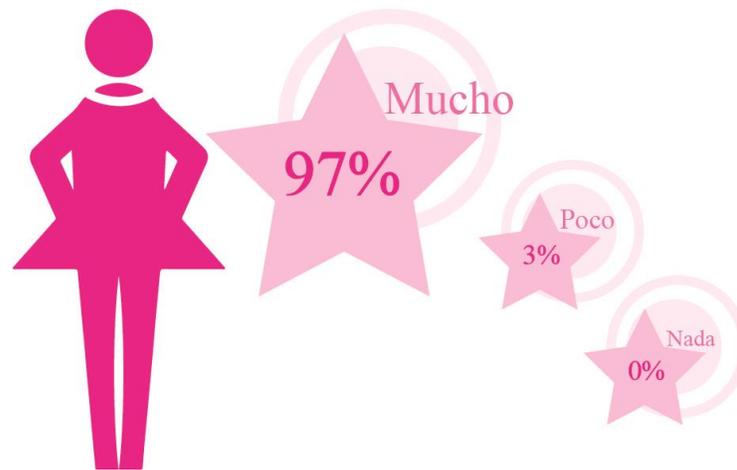
El 100% de las encuestadas considera muy atractivo el diseño del afiche impreso.

12. ¿ Según su opinión el diseño de las tarjetas de presentación es?



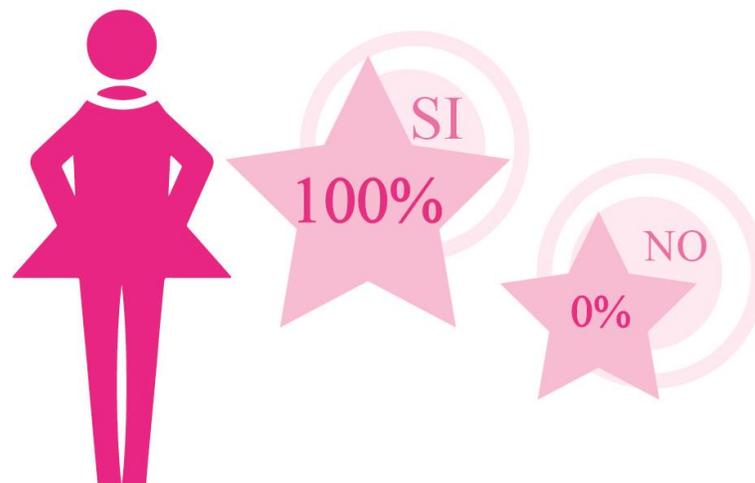
El 100% de las encuestadas considera muy adecuado el diseño de las tarjetas de presentación.

13. ¿Considera que la orientación y tamaño del folleto, afiche y tarjetas de presentación es adecuado?



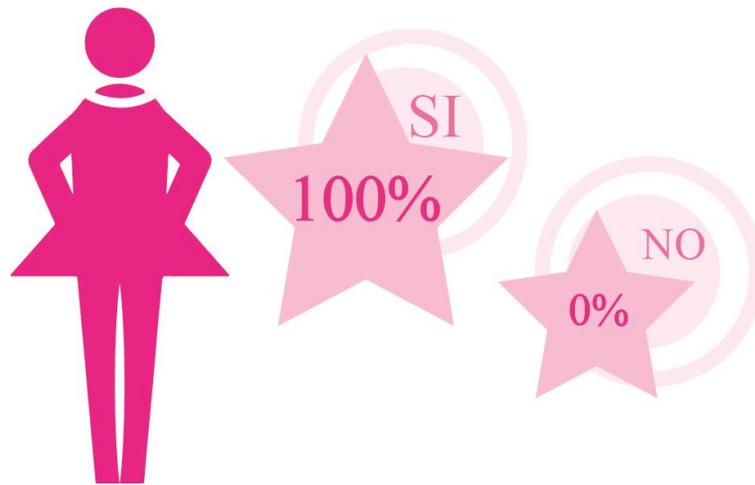
El 97% de las encuestadas considera que la orientación y tamaño de la serie del material impreso sí son adecuados y el 3% lo considera poco adecuado.

14. ¿Considera que el tamaño de los elementos (ilustraciones, fotografías) dentro del material impreso son adecuados?



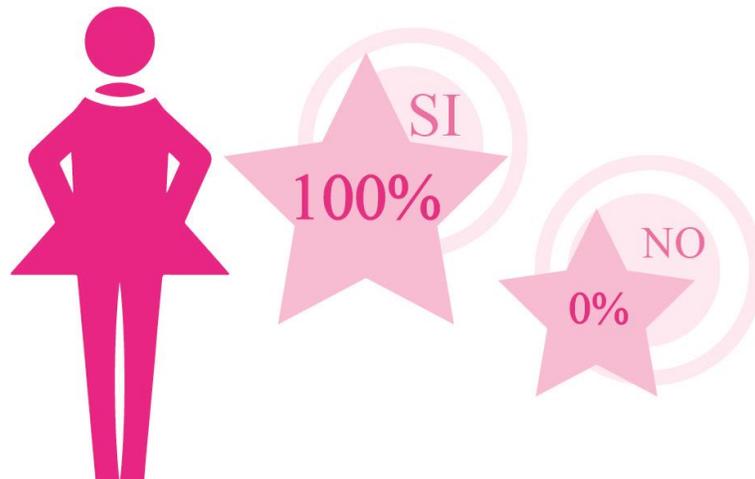
El 100% de las encuestadas considera que el tamaño de los elementos (ilustraciones, fotografías) del material impreso sí son adecuados.

15. ¿Considera que los temas llevan un orden lógico en el material impreso?



El 100% de las encuestadas considera que los temas sí llevan un orden lógico en el material impreso.

16. ¿Considera que el contenido e información dentro del material impreso son suficientes para la comprensión de las mujeres?



El 100% de las encuestadas considera que el contenido e información dentro del material impreso sí son suficientes para la comprensión de las mujeres.

8.4 Cambios en base a los resultados:

Al concluir de analizar los resultados obtenidos en las encuestas, los resultados del grupo objetivo fueron positivos. Se tomaron en cuenta observaciones y sugerencias que el experto en diseño gráfico, experta en comunicación y la experta en comunicación para la educación, eran de suma importancia para la funcionalidad del proyecto.

8.4.1 Antes

8.4.1.1 Tarjetas de presentación



8.4.1.2 Afiche



¿ES NORMAL?

Prevenir es tu mejor defensa



RECUERDA
Utilizar las yemas de tus tres dedos medios para revisar tus senos.

Con los brazos abajo, observa frente a un espejo si alguna de tus mamas está deformada, observa cambios, pero ahora con los brazos extendidos hacia arriba

De pie con una mano detrás de la cabeza explora toda la mama con movimientos circulares, empezando por la axila hasta terminar en el pezón, efectúa todo lo mencionado pero ahora acostada y con una almohada bajo tu espalda. Te mencionamos algunos cambios de alerta que puedes detectar:



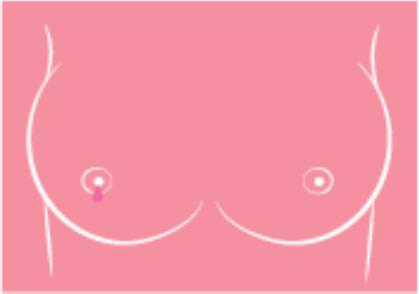
Bulto interno o protuberancias



Asimetría o Hundimiento del pezón.



Erosiones de la piel o venas crecientes.



Termina tu exploración apretando o comprimiendo la mama y observa si hay salida de líquido anormal por el pezón.

8.4.1.3 Trifoliar

FUNDECÁN

Fundación de amigos contra el cáncer nació en el año 2010, con el deseo de ayudar a las mujeres con escasos recursos en la prevención y cura del mal silencioso del cáncer de mama y cérvix a través de información, educación y donaciones.

Con el objetivo de disminuir la mortalidad, previniendo y brindando apoyo económico a toda mujer de escasos recursos para que puedan solventar los largos y costosos tratamientos que implica esta enfermedad.

Fundecán trabaja de la mano con el INCAN y el Hospital General San Juan de Dios, brindando la ayuda para los tratamientos a las pacientes que nos son referidas por dichas instituciones, del año 2011 al 2014 han podido ayudar en tratamientos de quimioterapias y radioterapias a 156 pacientes. Un ciclo de 25 sesiones de radioterapia cuesta alrededor de 13,000 quetzales; una sesión de quimioterapia puede valer entre 2,500 y 10,000 quetzales, y generalmente se requieren de 4 a 6 sesiones por paciente.

En el último año se reportaron cerca de 800 nuevos pacientes. El 47% abandonan la terapia por falta de recursos

Una de cada ocho mujeres desarrolla cáncer de mama.

PBX. 2335-3502
www.fundecan.org
info@fundecan.org

Detección Temprana tu mejor Defensa



RECORDA
Hacer el examen de los tres dedos medios para revisar los senos.

• Con los brazos alzados, observa frente a un espejo si alguno de tus mamas está deformada, abultada, cambiada, pero alzo con los brazos extendidos hacia afuera.

• De pie con una mano detrás de tu cabeza aprieta toda la mama con movimientos circulares, empezando por la cefala hasta terminar en el pezón, efectúa todo lo mencionado para otras axilas y con una mano detrás de tu espalda, te mencionamos algunos cambios de alerta que puedes detectar:



Bulto interno o protuberancias



Asimetría o Hundimiento del pezón.



Erosiones de la piel o venas crecientes.



Tener la erupción, apretado o acompañado de enrojecimiento o cambio de aspecto normal por el pezón.

El 99% de los casos de cáncer de mama invasivo, se curan al ser detectados a tiempo

Fuentes:
OMS (Organización Mundial de la Salud)
Asociación Cáncer Society (cancer.org)
Instituto Nacional del Cáncer (ncc.nih.gov)
CIC (Comité para el control y la prevención de enfermedades) cdci.gov.ec
decc (Asociación Española Contra el Cáncer)





VIDA

tu mayor FUERZA

Fundecán - Asociación de Amigos contra el Cáncer

Cáncer de mama

El cáncer de seno es un tumor maligno que se origina en las células del seno, las cuales son las unidades básicas que forman los tejidos como los órganos del cuerpo.

Las células normales del seno y de otras partes del cuerpo, crecen y se dividen para formar células nuevas a medida que el cuerpo las necesita. Cuando las células normales envejecen, o se dañan, mueren y células nuevas las reemplazan. Algunas veces, este proceso se descontrola. Células nuevas se forman cuando el cuerpo no las necesita, y células viejas o dañadas no mueren cuando deberían morir. Esta acumulación de células que no son necesarias forman, con frecuencia, una masa de tejido que se llama bulto, crecimiento o tumor.

Existen distintos tipos de cáncer de seno, el tipo más común es el carcinoma ductal; este cáncer empieza en las células que revisten los conductos del seno, el segundo tipo más común de cáncer de seno es el carcinoma lobulillar; este cáncer empieza en un lobulillo del seno.

¿Se puede prevenir?

No existe una manera segura de prevenir el cáncer de seno, pero existen algunas cosas que todas las mujeres pueden hacer que podrían reducir el riesgo:

- Equilibrando su peso durante toda su vida, limitando sus calorías y ejercitándose habitualmente.
- Limitar o eliminar el consumo de bebidas que contengan alcohol.
- Sin embargo no está comprobado que esto prevenga por completo el padecer cáncer de seno, la mejor manera de prevenirlo o detectarlo en sus etapas iniciales es haciendo un autoexamen y chequeos necesarios

Síntomas

- El síntoma más común del cáncer de seno es encontrar una nueva masa o protuberancia no dolorosa, dura y con bordes.
- Hinchazón de parte o de todo el seno.
- Iritación o hendiduras en la piel.
- Dolor en el seno o en el pezón.
- Retracción (contracción) de los pezones.
- Enrojecimiento, descamación o engrosamiento de la piel del seno o del pezón.
- Secreción del pezón que no sea leche materna.

¿Cómo diagnosticarlo?

1. Mamografía, es una radiografía de los senos y es el mejor método de detección del cáncer de seno, incluso cuando todavía el tumor no ha crecido demasiado, no se han manifestado los síntomas y aún es fácil de tratar. Hacerse una mamografía periódicamente es lo ideal.
2. Examen clínico de seno, mediante el cual un médico palpa el seno para detectar la posible presencia de bultos u otras alteraciones.
3. Autoexamen, el examen personal de seno donde la mujer se observa y toca en busca de alguna anomalía, es uno de los métodos más eficaces que tiene la mujer a su alcance para el diagnóstico precoz del cáncer de mama, consiste en la palpación detallada de cada seno para detectar la aparición de alguna alteración o anomalía.

El mejor momento para hacerse un autoexamen es de tres a cinco días después del comienzo del periodo y si ha llegado a la menopausia realizar el examen un mismo día cada mes.

Seamos una cadena de amor y vida

Si tu deseo es unirse a una cadena de amor salvando vidas, puedes ayudar a mujeres en lucha contra el cáncer de mama haciendo tus donaciones:

Cuenta **BAM** 30-2008053-0

O puedes llenar este formulario y enviarlo junto con tu cheque a nuestras oficinas: Km. 14.5 Carretera Roosevelt 4-15 Zona 3 de Mixco Colonia Cotio.

Cantidad: _____

En memoria a: _____

En honor a: _____

Me uno a esta cadena de amor por: _____

Nombre del donador: _____

Teléfono: _____ Celular: _____

Correo electrónico: _____

Fundecán promueve ayuda económica y grupos de apoyo, los cuales ayudan a las pacientes a sobrellevar la enfermedad.

4.4.1.4 Folleto

Una cadena de amor salvando vidas



Fundación de amigos contra el cáncer, nació en el año 2010, con el deseo de ayudar a las mujeres con escasos recursos en la prevención y cura del mal silencioso del cáncer de mama y cérvix a través de información, educación y donaciones.

Con el objetivo de disminuir la mortalidad, previniendo y brindando apoyo a toda mujer, para que puedan solventar los largos y costosos tratamientos que implica esta enfermedad.

Si deseas brindar una esperanza de vida, puedes hacer tu donativo a:

Cuenta:
BAM 30-2008053-0

Para más información:
PBX: 2335-3502
www.fundecan.org
info@fundecan.org

Un Camino de amor



Indice

- 1 ¿Cómo se trata el cáncer de mama?
- 2 ¿Qué debes preguntar a tu médico?
- 3,4 Radioterapia
- 5,6 Quimioterapia
- 8 Un camino por recorrer
- 9,10,11,12 Sentirte bien
- 13,14,15,16 Vida saludable
- 17 Ejercítate
- 18 ¿Puedo seguir trabajando mientras recibo tratamiento?
- 19,20,21 Vida en pareja
- 22 Círculos de apoyo
- 23,24 Revisiones médicas
- 25 Reconstrucción del seno



¿Cómo se trata el cáncer de mama?

Tu especialista recomendará y explicará las posibilidades del tratamiento más adecuadas en cada caso, para que una vez, tu como paciente hayas recibido la suficiente información puedas, junto con tu médico, tomar una decisión. Hay varios tipos de tratamiento para el cáncer de mama, esto depende del tipo de cáncer y del grado de diseminación, a menudo las mujeres reciben más de un tipo de tratamiento:

- 1** Cirugía: Es una operación en la que los médicos cortan y extirpan el cáncer.
- 2** Quimioterapia: Tratamiento que utiliza medicinas especiales para reducir el tamaño del tumor o eliminarlo. Estos medicamentos pueden administrarse en píldoras o por vía intravenosa y, en ocasiones, de ambas maneras.
- 3** Terapia hormonal: Se utiliza para algunos tipos de cáncer que requieren la presencia de ciertas hormonas para crecer.
- 4** Terapia biológica. Este tratamiento trabaja en conjunto con el sistema inmunitario a combatir el cáncer o a controlar los efectos secundarios de otros tratamientos para el cáncer. Los efectos secundarios son la reacción que puede tener el cuerpo a los medicamentos o a otros tratamientos.
- 5** Radioterapia. El uso de radiación de alta intensidad (similar a los rayos X) para matar las células cancerosas.

1

¿Qué debes preguntar a tu médico?

Es importante que tengas conversaciones francas y abiertas con los especialistas en cáncer que te atienden. No temas hacer preguntas, no importa lo insignificantes que puedan parecer lo mejor es que estés segura a lo que te enfrentas. Algunas preguntas que debes considerar son:

- ¿Qué tipo de cáncer de mama padezco?
- ¿Cuál es la etapa de mi cáncer, y cómo afecta mis opciones de tratamiento y pronóstico?
- ¿Qué tratamientos son apropiados para mí?
- ¿Qué recomienda? ¿Por qué?
- ¿Cuáles son los riesgos y efectos secundarios que debo esperar?
- ¿Cuánto tiempo durará el tratamiento?
- ¿Cómo será la experiencia del tratamiento? ¿Dónde se administrará?
- ¿Debo seguir una dieta especial o hacer otros cambios en mi estilo de vida?
- ¿Qué tan eficaz será la cirugía de reconstrucción del seno si la necesito o deseo?
- ¿Qué tipo de atención médica de seguimiento necesitaré después del tratamiento?

2

Quimioterapia

¿Qué es y para que se utiliza?

La quimioterapia es una de las modalidades terapéuticas más empleada en el tratamiento del cáncer. Su objetivo es destruir las células que componen el tumor con el fin de lograr la reducción o desaparición de la enfermedad.

La quimioterapia se administra tras la cirugía como tratamiento complementario, con el objeto de prevenir la aparición de metástasis.

Efectos secundarios

Es importante que sepas que son los más frecuentes pero que puedes tener otros que no estés descritos, y no tienen por qué aparecer todos los síntomas. Es más, no siempre aparecen efectos secundarios o cuando surgen son, en la mayoría de los casos, tolerables.

Náuseas y los vómitos
Además de ser los efectos secundarios más frecuentes de la quimioterapia, suelen ser los más temidos.

5

Pueden aparecer tempranamente (1 ó 2 horas después de la administración) o tardíamente (24 horas o más después del ciclo). Generalmente desaparecen en unos pocos días.

Diarrea

Cuando la quimioterapia afecta a las células que recubren el intestino, el funcionamiento del mismo se puede ver alterado. Como consecuencia, el intestino pierde la capacidad de absorber el agua y los distintos nutrientes, dando lugar a una diarrea.

Estreñimiento

Algunos fármacos pueden disminuir los movimientos intestinales favoreciendo la absorción del líquido de las heces, por lo que éstas se vuelven secas y duras, dando como resultado un cuadro de estreñimiento.

Alteraciones en la percepción del sabor de los alimentos

Se suele producir por daño directo de las papilas gustativas situadas en la lengua y el paladar, los pacientes perciben una disminución en el sabor de determinadas comidas o un gusto metálico o amargo de las mismas.

Consulta con tu médico cualquier cambio que experimentes en tu estado de ánimo. Adapta la actividad a tus posibilidades reales. Generalmente, estos efectos son temporales y desaparecen una vez finalizado el tratamiento con quimioterapia.



6

8.4.2 Después

8.4.2.1 Tarjetas de presentación

- Se modificó el color en la pleca al tono del moño del logo.
- Se colocó el correo electrónico de la persona en donde está el icono de correos, junto con el correo de FUNDECÁN para que tuviera un orden lógico.
- Se le colocó el código de área que identifica a Guatemala en los números telefónicos (502).



8.4.2.2 Afiche

- Se colocó número telefónico, correo electrónico, página web y redes sociales para facilitar la búsqueda y tener mayor presencia de marca.
- Se cambió la tipografía de los títulos, utilizando la misma del trifoliar para que tuvieran un orden lógico y una misma línea visual.
- Se colocó en negrilla la información para que fuera más visible.





¿Es normal?

Prevenir es tu mejor defensa



RECUERDA
Utilizar las yemas de tus tres
dedos medios para revisar tus
senos.

Con los brazos abajo, observa frente a un espejo si alguna de tus mamas está deformada, observa cambios, pero ahora con los brazos extendidos hacia arriba

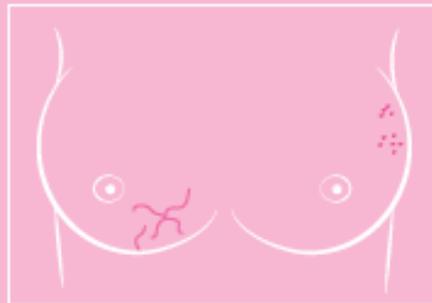
De pie con una mano detrás de la cabeza explora toda la mama con movimientos circulares, empezando por la axila hasta terminar en el pezón, efectúa todo lo mencionado pero ahora acostada y con una almohada bajo tu espalda. Te mencionamos algunos cambios de alerta que puedes detectar:



**Bulto interno o
protuberancias**



**Asimetría o Hundimiento
del pezón.**



**Erosiones de la piel o
venas crecientes.**



**Termina tu exploración apretando o
comprimiendo la mama y observa si hay
salida de líquido anormal por el pezón.**

PBX. 2335-3502

www.fundecan.org / info@fundecan.org



8.4.2.3 Trifoliar

- Se disminuyó la opacidad en círculos de fondo para mayor legibilidad en la lectura.
- Se cambió de lugar los datos de redes sociales y números telefónicos ya que donde se habían colocado era el codo que debían quitar por lo que no le iba a quedar esa información al usuario, que era sumamente importante.
- Se justificó el texto en párrafos.
- Se aumentó el margen para que no estuviera sobrecargado.

FUNDECÁN

Fundación de amigos contra el cáncer nació en el año 2010, con el deseo de ayudar a las mujeres con escasos recursos en la prevención y cura del mal silencioso del cáncer de mama y cérvix a través de información, educación y donaciones.

Con el objetivo de disminuir la mortalidad, previniendo y brindando apoyo económico a toda mujer de escasos recursos para que puedan solventar los largos y costosos tratamientos que implica esta enfermedad.

Fundecán trabaja de la mano con el INCAN y el Hospital General San Juan de Dios, brindando la ayuda para los tratamientos a las pacientes que nos son referidas por dichas instituciones, del año 2011 al 2014 han podido ayudar en tratamientos de quimioterapias y radioterapias a 156 pacientes. Un ciclo de 25 sesiones de radioterapia cuesta alrededor de 13,000 quetzales; una sesión de quimioterapia puede valer entre 2,500 y 10,000 quetzales, y generalmente se requieren de 4 a 6 sesiones por paciente.

En el último año se reportaron cerca de 800 nuevos pacientes. El 47% abandonan la terapia por falta de recursos.

Una de cada ocho mujeres desarrolla cáncer de mama.

PBX. 2335-3502
www.fundecan.org
info@fundecan.org

Detección Temprana tu mejor Defensa

*Con los brazos abajo, observa frente a un espejo si alguna de tus mamas está deformada, observa cambios, pero ahora con los brazos extendidos hacia arriba.

*De pie con una mano detrás de la cabeza explora toda la mama con movimientos circulares, empezando por la axila hasta terminar en el pezón, efectúa todo lo mencionado pero ahora acostada y con una almohada bajo tu espalda. Te mencionamos algunos cambios de alerta que puedes detectar:

RECORDA

Utiliza los pechos de tus hermanas como modelo para revisar tus senos.

Bulto interno o protuberancias

Asimetría o hundimiento del pezón.

Erosiones de la piel o venas crecientes.

Tendrás tu exploración operando o comprando la mama y ahora a hora recién te queda avanzar por el pezón.

El 99% de los casos de cáncer de mama invasivo, se curan al ser detectados a tiempo

Fuentes:
OMS (Organización Mundial de la Salud)
American Cancer Society (cancer.org)
Instituto Nacional del Cáncer (cancer.gov)
CDC (Centro para el control y la prevención de enfermedades) cdc.gov
secc (Asociación Española Contra el Cáncer)

VIDA

tu mayor

FUERZA

Fundación Amigos Contra el Cáncer

FUNDECÁN

Fundación Amigos Contra el Cáncer nació en el año 2010, con el deseo de ayudar a las mujeres con escasos recursos en la prevención y cura del mal silencioso del cáncer de mama y cérvix a través de información, educación y donaciones.

Con el objetivo de disminuir la mortalidad, previniendo y brindando apoyo económico a toda mujer de escasos recursos para que puedan solventar los largos y costosos tratamientos que implica esta enfermedad.

Fundecán trabaja de la mano con el INCAN y el Hospital General San Juan de Dios, brindando la ayuda para los tratamientos a las pacientes que nos son referidas por dichas instituciones, del año 2011 al 2014 han podido ayudar en tratamientos de quimioterapias y radioterapias a 156 pacientes. Un ciclo de 25 sesiones de radioterapia cuesta alrededor de 13,000 quetzales; una sesión de quimioterapia puede valer entre 2,500 y 10,000 quetzales, y generalmente se requieren de 4 a 6 sesiones por paciente.

En el último año se reportaron cerca de 800 nuevos pacientes. El 47% abandonan la terapia por falta de recursos.

Una de cada ocho mujeres desarrolla cáncer de mama.

PBX. 2335-3502
www.fundecan.org
info@fundecan.org

Detección Temprana tu mejor Defensa

Con los brazos abajo, observa frente a un espejo si alguna de tus mamas está deformada, observa cambios, pero ahora con los brazos extendidos hacia arriba.

De pie con una mano detrás de la cabeza explora toda la mama con movimientos circulares, empezando por la axila hasta terminar en el pezón, efectúa todo lo mencionado pero ahora acostada y con una almohada bajo tu espalda. Te mencionamos algunos cambios de alerta que puedes detectar:

RECORDA

Utiliza los pechos de tus hermanas como modelo para revisar tus senos.

Bulto interno o protuberancias

Asimetría o hundimiento del pezón.

Erosiones de la piel o venas crecientes.

Tendrás tu exploración operando o comprando la mama y ahora a hora recién te queda avanzar por el pezón.

Una de cada ocho mujeres desarrolla cáncer de mama.

PBX. 2335-3502
www.fundecan.org
info@fundecan.org

VIDA

tu mayor

FUERZA

Fundación Amigos Contra el Cáncer

Cáncer de mama

El cáncer de seno es un tumor maligno que se origina en las células del seno, las cuales son las unidades básicas que forman los tejidos como los órganos del cuerpo.

Las células normales del seno y de otras partes del cuerpo crecen y se dividen para formar células nuevas a medida que el cuerpo las necesita. Cuando las células normales envejecen, o se dañan, mueren y células nuevas las reemplazan. Algunas veces, este proceso se descontrola. Células nuevas se forman cuando el cuerpo no las necesita, y células viejas o dañadas no mueren cuando deberían morir. Esta acumulación de células que no son necesarias forman, con frecuencia, una masa de tejido que se llama bulto, crecimiento o tumor.

Existen distintos tipos de cáncer de seno, el tipo más común es el carcinoma ductal; este cáncer empieza en las células que revisten los conductos del seno, el segundo tipo más común de cáncer de seno es el carcinoma lobulillar; este cáncer empieza en un lobulillo del seno.

¿Se puede prevenir?

No existe una manera segura de prevenir el cáncer de seno, pero existen algunas cosas que todas las mujeres pueden hacer que podrían reducir el riesgo:

- Equilibrando su peso durante toda su vida, limitando sus calorías y ejercitándose habitualmente.
- Limitar o eliminar el consumo de bebidas que contengan alcohol.
- Sin embargo no está comprobado que esto prevenga por completo el padecer cáncer de seno, la mejor manera de prevenirlo o detectarlo en sus etapas iniciales es haciendo un autoexamen y chequeos necesarios

Síntomas

- El síntoma más común del cáncer de seno es encontrar una nueva masa o protuberancia no dolorosa, dura y con bordes.
- Hinchazón de parte o de todo el seno.
- Irritación o hendiduras en la piel.
- Dolor en el seno o en el pezón.
- Retracción (contracción) de los pezones.
- Enrojecimiento, descamación o engrosamiento de la piel del seno o del pezón.
- Secreción del pezón que no sea leche materna.

¿Cómo diagnosticarlo?

1. Mamografía, es una radiografía de los senos y es el mejor método de detección del cáncer de seno, incluso cuando todavía el tumor no ha crecido demasiado, no se han manifestado los síntomas y aún es fácil de tratar. Hacerse una mamografía periódicamente es lo ideal.
2. Examen clínico de seno, mediante el cual un médico palpa el seno para detectar la posible presencia de bultos u otras alteraciones.
3. Autoexamen, el examen personal de seno donde la mujer se observa y toca en busca de alguna anomalía, es uno de los métodos más eficaces que tiene la mujer a su alcance para el diagnóstico precoz del cáncer de mama, consiste en la palpación detallada de cada seno para detectar la aparición de alguna alteración o anomalía.

El mejor momento para hacerse un autoexamen es de tres a cinco días después del comienzo del periodo y si ha llegado a la menopausia realizar el examen un mismo día cada mes.

Seamos una cadena de amor y vida

Si tu deseo es unirse a una cadena de amor salvando vidas, puedes ayudar a mujeres en lucha contra el cáncer de mama haciendo tus donaciones:

Cuenta

BAM 30-2008053-0

O puedes llenar este formulario y enviarlo junto con tu cheque a nuestras oficinas: Km. 14.5 Carretera Roosevelt 4-15 Zona 3 de Mixco Colonia Cotio.

Cantidad: _____

En memoria a: _____

En honor a: _____

Me uno a esta cadena de amor por: _____

Nombre del donador: _____

Teléfono: _____ Celular: _____

Correo electrónico: _____

Fundación promueve ayuda económica y grupos de apoyo, los cuales ayudan a las pacientes a sobrellevar la enfermedad.



Cáncer de mama

El cáncer de seno es un tumor maligno que se origina en las células del seno, las cuales son las unidades básicas que forman los tejidos como los órganos del cuerpo.

Las células normales del seno y de otras partes del cuerpo crecen y se dividen para formar células nuevas a medida que el cuerpo las necesita. Cuando las células normales envejecen, o se dañan, mueren y células nuevas las reemplazan. Algunas veces, este proceso se descontrola. Células nuevas se forman cuando el cuerpo no las necesita, y células viejas o dañadas no mueren cuando deberían morir. Esta acumulación de células que no son necesarias forman, con frecuencia, una masa de tejido que se llama bulto, crecimiento o tumor.

Existen distintos tipos de cáncer de seno, el tipo más común es el carcinoma ductal; este cáncer empieza en las células que revisten los conductos del seno, el segundo tipo más común de cáncer de seno es el carcinoma lobulillar; este cáncer empieza en un lobulillo del seno.

¿Se puede prevenir?

No existe una manera segura de prevenir el cáncer de seno, pero existen algunas cosas que todas las mujeres pueden hacer que podrían reducir el riesgo:

- Equilibrando su peso durante toda su vida, limitando sus calorías y ejercitándose habitualmente.
- Limitar o eliminar el consumo de bebidas que contengan alcohol.
- Sin embargo no está comprobado que esto prevenga por completo el padecer cáncer de seno, la mejor manera de prevenirlo o detectarlo en sus etapas iniciales es haciendo un autoexamen y chequeos necesarios periódicamente.

Síntomas

- El síntoma más común del cáncer de seno es encontrar una nueva masa o protuberancia no dolorosa, dura y con bordes.
- Hinchazón de parte o de todo el seno.
- Irritación o hendiduras en la piel.
- Dolor en el seno o en el pezón.
- Retracción (contracción) de los pezones.
- Enrojecimiento, descamación o engrosamiento de la piel del seno o del pezón.
- Secreción del pezón que no sea leche materna.

¿Cómo diagnosticarlo?

1. Mamografía, es una radiografía de los senos y es el mejor método de detección del cáncer de seno, incluso cuando todavía el tumor no ha crecido demasiado, no se han manifestado los síntomas y aún es fácil de tratar. Hacerse una mamografía periódicamente es lo ideal.
2. Examen clínico de seno, mediante el cual un médico palpa el seno para detectar la posible presencia de bultos u otras alteraciones.
3. Autoexamen, el examen personal de seno donde la mujer se observa y toca en busca de alguna anomalía, es uno de los métodos más eficaces que tiene la mujer a su alcance para el diagnóstico precoz del cáncer de mama, consiste en la palpación detallada de cada seno para detectar la aparición de alguna alteración o anomalía.

El mejor momento para hacerse un autoexamen es de tres a cinco días después del comienzo del periodo y si ha llegado a la menopausia realizar el examen un mismo día cada mes.

Seamos una cadena de amor y vida

Si tu deseo es unirse a una cadena de amor salvando vidas, puedes ayudar a mujeres en lucha contra el cáncer de mama haciendo tus donaciones:

Cuenta

BAM 30-2008053-0

O puedes llenar este formulario y enviarlo junto con tu cheque a nuestras oficinas: Km. 14.5 Carretera Roosevelt 4-15 Zona 3 de Mixco Colonia Cotio.

Cantidad: _____

En memoria a: _____

En honor a: _____

Me uno a esta cadena de amor por: _____

Nombre del donador: _____

Teléfono: _____ Celular: _____

Correo electrónico: _____

Fundación promueve ayuda económica y grupos de apoyo, los cuales ayudan a las pacientes a sobrellevar la enfermedad.

8.4.2.4 Folleto

- Se colocó redes sociales en la contraportada.
- En el índice, para no tener saturación en los números, se colocó solamente el primer número de donde iniciaba el tema.
- En el índice, había una equivocación en cuando a numeración, ya que desde la portada se empieza la numeración, eso se corrigió.
- Se mejoró la justificación en párrafos de manera que no quedaran espacios largos entre palabras.
- Se le colocó opacidad 80% a los cuadros verdes, ya que por el color se perdía la identidad de la marca.

Una cadena de amor salvando vidas



Fundación de amigos contra el cáncer, nació en el año 2010, con el deseo de ayudar a las mujeres con escasos recursos en la prevención y cura del mal silencioso del cáncer de mama y cérvix a través de información, educación y donaciones.

Con el objetivo de disminuir la mortalidad, previniendo y brindando apoyo a toda mujer, para que puedan solventar los largos y costosos tratamientos que implica esta enfermedad.

Si deseas brindar una esperanza de vida, puedes hacer tu donativo a:

Cuenta:

BAM 30-2008053-0

Para más información:

PBX: 2335-3502
www.fundecan.org
info@fundecan.org

Un Camino de amor



Una cadena de amor salvando vidas



Fundación de amigos contra el cáncer, nació en el año 2010, con el deseo de ayudar a las mujeres con escasos recursos en la prevención y cura del mal silencioso del cáncer de mama y cérvix a través de información, educación y donaciones.

Con el objetivo de disminuir la mortalidad, previniendo y brindando apoyo a toda mujer, para que puedan solventar los largos y costosos tratamientos que implica esta enfermedad.

Si deseas colaborar, haz tu donativo a la cuenta:

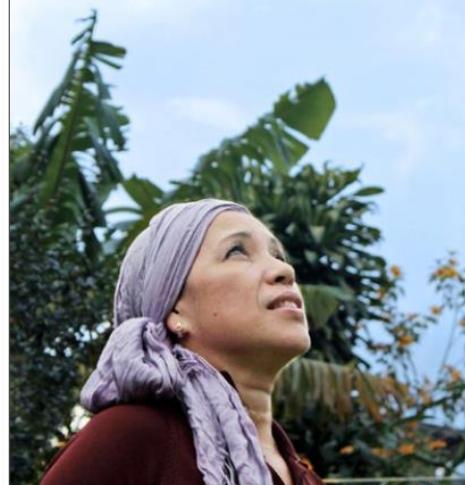
BAM 30-2008053-0

Para más información:

PBX: 2335-3502
www.fundecan.org
info@fundecan.org



Un Camino de amor





¿Cómo se trata el cáncer de mama?

Tu especialista recomendará y explicará las posibilidades del tratamiento más adecuadas en cada caso, para que una vez, tu como paciente hayas recibido la suficiente información puedas, junto con tu médico, tomar una decisión. Hay varios tipos de tratamiento para el cáncer de mama, esto depende del tipo de cáncer y del grado de diseminación, a menudo las mujeres reciben más de un tipo de tratamiento:

- 1** Cirugía: Es una operación en la que los médicos cortan y extirpan el cáncer.
- 2** Quimioterapia: Tratamiento que utiliza medicinas especiales para reducir el tamaño del tumor o eliminarlo. Estos medicamentos pueden administrarse en píldoras o por vía intravenosa y, en ocasiones, de ambas maneras.
- 3** Terapia hormonal: Se utiliza para algunos tipos de cáncer que requieren la presencia de ciertas hormonas para crecer.
- 4** Terapia biológica. Este tratamiento trabaja en conjunto con el sistema inmunitario a combatir el cáncer o a controlar los efectos secundarios de otros tratamientos para el cáncer. Los efectos secundarios son la reacción que puede tener el cuerpo a los medicamentos o a otros tratamientos.
- 5** Radioterapia. El uso de radiación de alta intensidad (similar a los rayos X) para matar las células cancerosas.

1

¿Qué debes preguntar a tu médico?

Es importante que tengas conversaciones francas y abiertas con los especialistas en cáncer que te atienden. No temas hacer preguntas, no importa lo insignificantes que puedan parecer lo mejor es que estés segura a lo que te enfrentas. Algunas preguntas que debes considerar son:

- ¿Qué tipo de cáncer de mama padezco?
- ¿Cuál es la etapa de mi cáncer, y cómo afecta mis opciones de tratamiento y pronóstico?
- ¿Qué tratamientos son apropiados para mí?
- ¿Qué recomienda? ¿Por qué?
- ¿Cuáles son los riesgos y efectos secundarios que debo esperar?
- ¿Cuánto tiempo durará el tratamiento?
- ¿Cómo será la experiencia del tratamiento? ¿Dónde se administrará?
- ¿Debo seguir una dieta especial o hacer otros cambios en mi estilo de vida?
- ¿Qué tan eficaz será la cirugía de reconstrucción del seno si la necesito o deseo?
- ¿Qué tipo de atención médica de seguimiento necesitaré después del tratamiento?

2



¿Cómo se trata el cáncer de mama?

Tu especialista recomendará y explicará las posibilidades del tratamiento más adecuadas en cada caso, para que una vez, tu como paciente hayas recibido la suficiente información puedas, junto con tu médico, tomar una decisión. Hay varios tipos de tratamiento para el cáncer de mama, esto depende del tipo de cáncer y del grado de diseminación, a menudo las mujeres reciben más de un tipo de tratamiento:

- 1** Cirugía: Es una operación en la que los médicos cortan y extirpan el cáncer.
- 2** Quimioterapia: Tratamiento que utiliza medicinas especiales para reducir el tamaño del tumor o eliminarlo. Estos medicamentos pueden administrarse en píldoras o por vía intravenosa y, en ocasiones, de ambas maneras.
- 3** Terapia hormonal: Se utiliza para algunos tipos de cáncer que requieren la presencia de ciertas hormonas para crecer.
- 4** Terapia biológica. Este tratamiento trabaja en conjunto con el sistema inmunitario a combatir el cáncer o a controlar los efectos secundarios de otros tratamientos para el cáncer. Los efectos secundarios son la reacción que puede tener el cuerpo a los medicamentos o a otros tratamientos.
- 5** Radioterapia. El uso de radiación de alta intensidad (similar a los rayos X) para matar las células cancerosas.

6

¿Qué debes preguntar a tu médico?

Es importante que tengas conversaciones francas y abiertas con los especialistas en cáncer que te atienden. No temas hacer preguntas, no importa lo insignificantes que puedan parecer lo mejor es que estés segura a lo que te enfrentas. Algunas preguntas que debes considerar son:

- ¿Qué tipo de cáncer de mama padezco?
- ¿Cuál es la etapa de mi cáncer, y cómo afecta mis opciones de tratamiento y pronóstico?
- ¿Qué tratamientos son apropiados para mí?
- ¿Qué recomienda? ¿Por qué?
- ¿Cuáles son los riesgos y efectos secundarios que debo esperar?
- ¿Cuánto tiempo durará el tratamiento?
- ¿Cómo será la experiencia del tratamiento? ¿Dónde se administrará?
- ¿Debo seguir una dieta especial o hacer otros cambios en mi estilo de vida?
- ¿Qué tan eficaz será la cirugía de reconstrucción del seno si la necesito o deseo?
- ¿Qué tipo de atención médica de seguimiento necesitaré después del tratamiento?

7

Quimioterapia

¿Qué es y para que se utiliza?

La quimioterapia es una de las modalidades terapéuticas más empleada en el tratamiento del cáncer. Su objetivo es destruir las células que componen el tumor con el fin de lograr la reducción o desaparición de la enfermedad.

La quimioterapia se administra tras la cirugía como tratamiento complementario, con el objeto de prevenir la aparición de metástasis.

Efectos secundarios

Es importante que sepas que son los más frecuentes pero que puedes tener otros que no estén descritos, y no tienen por qué aparecer todos los síntomas. Es más, no siempre aparecen efectos secundarios o cuando surgen son, en la mayoría de los casos, tolerables.

Náuseas y los vómitos

Además de ser los efectos secundarios más frecuentes de la quimioterapia, suelen ser los más temidos.

Pueden aparecer tempranamente (1 ó 2 horas después de la administración) o tardíamente (24 horas o más después del ciclo). Generalmente desaparecen en unos pocos días.

Diarrea

Cuando la quimioterapia afecta a las células que recubren el intestino, el funcionamiento del mismo se puede ver alterado. Como consecuencia, el intestino pierde la capacidad de absorber el agua y los distintos nutrientes, dando lugar a una diarrea.

Estreñimiento

Algunos fármacos pueden disminuir los movimientos intestinales favoreciendo la absorción del líquido de las heces, por lo que éstas se vuelven secas y duras, dando como resultado un cuadro de estreñimiento.

5

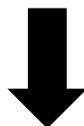
Alteraciones en la percepción del sabor de los alimentos

Se suele producir por daño directo de las papilas gustativas situadas en la lengua y el paladar, los pacientes perciben una disminución en el sabor de determinadas comidas o un gusto metálico o amargo de las mismas.

Consulta con tu médico cualquier cambio que experimentes en tu estado de ánimo. Adapta la actividad a tus posibilidades reales. Generalmente, estos efectos son temporales y desaparecen una vez finalizado el tratamiento con quimioterapia.



6



Quimioterapia

¿Qué es y para que se utiliza?

La quimioterapia es una de las modalidades terapéuticas más empleada en el tratamiento del cáncer. Su objetivo es destruir las células que componen el tumor con el fin de lograr la reducción o desaparición de la enfermedad.

La quimioterapia se administra tras la cirugía como tratamiento complementario, con el objeto de prevenir la aparición de metástasis.

Efectos secundarios

Es importante que sepas que son los más frecuentes pero que puedes tener otros que no estén descritos, y no tienen por qué aparecer todos los síntomas. Es más, no siempre aparecen efectos secundarios o cuando surgen son, en la mayoría de los casos, tolerables.

Náuseas y los vómitos

Además de ser los efectos secundarios más frecuentes de la quimioterapia, suelen ser los más temidos.

Pueden aparecer tempranamente (1 ó 2 horas después de la administración) o tardíamente (24 horas o más después del ciclo). Generalmente desaparecen en unos pocos días.

Diarrea

Cuando la quimioterapia afecta a las células que recubren el intestino, el funcionamiento del mismo se puede ver alterado. Como consecuencia, el intestino pierde la capacidad de absorber el agua y los distintos nutrientes, dando lugar a una diarrea.

Estreñimiento

Algunos fármacos pueden disminuir los movimientos intestinales favoreciendo la absorción del líquido de las heces, por lo que éstas se vuelven secas y duras, dando como resultado un cuadro de estreñimiento.

10

Alteraciones en la percepción del sabor de los alimentos

Se suele producir por daño directo de las papilas gustativas situadas en la lengua y el paladar, los pacientes perciben una disminución en el sabor de determinadas comidas o un gusto metálico o amargo de las mismas.

Consulta con tu médico cualquier cambio que experimentes en tu estado de ánimo. Adapta la actividad a tus posibilidades reales. Generalmente, estos efectos son temporales y desaparecen una vez finalizado el tratamiento con quimioterapia.



11

CAPÍTULO

IX

Capítulo IX: Propuesta gráfica final

Colores que se utilizarán en todo el material impreso:

C=4 M=77 Y=1 K=0



C=72 M=14 Y=1 K=0



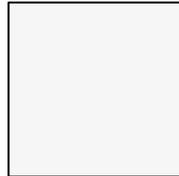
C=100 M=89 Y=20 K=5



C=73 M=0 Y=89 K= 1



C=0 M=0 Y=0 K=0



C=0 M=0 Y=0 K=100



C=0 M=35 Y=0 K= 0



Rosado: Los sentimientos asociados al rosa son positivos, es el color de lo delicado. Despierta ternura, buen trato, logra un aura atractiva en cuanto a afectos y aplaca los sentimientos negativos.

Verde: Es el color de la esperanza, es una ideología, un estilo de vida, amor a la naturaleza y a la vida. Da positivismo, es relajante y armonizador, libera energías creativas y curativas.

- Propuesta gráfica final de tarjetas de presentación: Las tarjetas de presentación se estarán trabajando con una medida de 3.5 x 2 pulgadas, solo tiro, en papel Lino Beige, impresión digital full color.



- Propuesta gráfica final afiche: Los afiches se trabajarán con un hoja tabloide (11 x 17 pulgadas), en papel Husky, solo tiro en impresión digital full color.



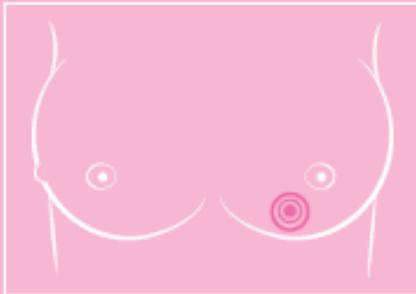
¿Es normal?
Prevenir es tu mejor defensa



RECUERDA
Usar las yemas de tus tres
dedos medios para revisar tus
senos.

Con los brazos abajo, observa frente a un espejo si alguna de tus mamas está deformada, observa cambios, pero ahora con los brazos extendidos hacia arriba

De pie con una mano detrás de la cabeza explora toda la mama con movimientos circulares, empezando por la axila hasta terminar en el pezón, efectúa todo lo mencionado pero ahora acostada y con una almohada bajo tu espalda. Te mencionamos algunos cambios de alerta que puedes detectar:



Bulto interno o protuberancias



Asimetría o Hundimiento del pezón.



Erosiones de la piel o venas crecientes.



Termina tu exploración apretando o comprimiendo la mama y observa si hay salida de líquido anormal por el pezón.

PBX. 2335-3502

www.fundecan.org / info@fundecan.org



Fundecán

- Propuesta gráfica final trifoliar, tiro: Los trifoliales se estarán trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas), tiro y retiro, en papel Couche, impresión digital full color.

FUNDECÁN

Fundación Amigos Contra el Cáncer nació en el año 2010, con el deseo de ayudar a las mujeres con escasos recursos en la prevención y cura del mal silencioso del cáncer de mama y cérvix a través de información, educación y donaciones.

Con el objetivo de disminuir la mortalidad, previniendo y brindando apoyo económico a toda mujer de escasos recursos para que puedan solventar los largos y costosos tratamientos que implica esta enfermedad.

Fundecán trabaja de la mano con el INCAN y el Hospital General San Juan de Dios, brindando la ayuda para los tratamientos a las pacientes que nos son referidas por dichas instituciones, del año 2011 al 2014 han podido ayudar en tratamientos de quimioterapias y radioterapias a 156 pacientes. Un ciclo de 25 sesiones de radioterapia cuesta alrededor de 13,000 quetzales; una sesión de quimioterapia puede valer entre 2,500 y 10,000 quetzales, y generalmente se requieren de 4 a 6 sesiones por paciente.

En el último año se reportaron cerca de 800 nuevos pacientes. El 47% abandonan la terapia por falta de recursos.

Fuentes:
 OMS (Organización Mundial de la Salud)
 American Cancer Society (cancer.org)
 Instituto Nacional del Cáncer (cancer.gov)
 CDC (Centros para el control y la prevención de enfermedades) cdc.gov
 aecc (Asociación Española Contra el Cáncer)

Detección Temprana tu mejor Defensa



RECUERDA
 Utilizar las yemas de tus tres dedos medios para revisar tus senos.

Con los brazos abajo, observa frente a un espejo si alguna de tus mamas está deformada, observa cambios, pero ahora con los brazos extendidos hacia arriba

De pie con una mano detrás de la cabeza explora toda la mama con movimientos circulares, empezando por la axila hasta terminar en el pezón, efectúa todo lo mencionado pero ahora acostada y con una almohada bajo tu espalda. Te mencionamos algunos cambios de alerta que puedes detectar:



Bulto interno o protuberancias



Asimetría o hundimiento del pezón.



Erosiones de la piel o venas crecientes.



Tensión u hundimiento de la piel o contractura de la mama y abomba si hay nódulo de tejido canceral por el pezón.

Una de cada ocho mujeres desarrolla cáncer de mama.

PBX. 2335-3502
www.fundecan.org
info@fundecan.org  



VIDA
tu mayor
FUERZA

Fundación Amigos contra el Cáncer



- Propuesta gráfica final trifoliar, retiro: Los trifoliales se estarán trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas), tiro y retiro, en papel Couche, impresión digital full color.

Cáncer de mama

El cáncer de seno es un tumor maligno que se origina en las células del seno, las cuales son las unidades básicas que forman los tejidos como los órganos del cuerpo.

Las células normales del seno y de otras partes del cuerpo crecen y se dividen para formar células nuevas a medida que el cuerpo las necesita. Cuando las células normales envejecen, o se dañan, mueren y células nuevas las reemplazan. Algunas veces, este proceso se descontrola. Células nuevas se forman cuando el cuerpo no las necesita, y células viejas o dañadas no mueren cuando deberían morir. Esta acumulación de células que no son necesarias forman, con frecuencia, una masa de tejido que se llama bulto, crecimiento o tumor.

Existen distintos tipos de cáncer de seno, el tipo más común es el carcinoma ductal; este cáncer empieza en las células que revisten los conductos del seno, el segundo tipo más común de cáncer de seno es el carcinoma lobulillar; este cáncer empieza en un lobulillo del seno.

¿Se puede prevenir?

No existe una manera segura de prevenir el cáncer de seno, pero existen algunas cosas que todas las mujeres pueden hacer que podrían reducir el riesgo:

- Equilibrando su peso durante toda su vida, limitando sus calorías y ejercitándose habitualmente.
- Limitar o eliminar el consumo de bebidas que contengan alcohol.
- Sin embargo no está comprobado que esto prevenga por completo el padecer cáncer de seno, la mejor manera de prevenirlo o detectarlo en sus etapas iniciales es haciendo un autoexamen y chequeos necesarios periódicamente.

Síntomas

- El síntoma más común del cáncer de seno es encontrar una nueva masa o protuberancia no dolorosa, dura y con bordes.
- Hinchazón de parte o de todo el seno.
- Irritación o hendiduras en la piel.
- Dolor en el seno o en el pezón.
- Retracción (contracción) de los pezones.
- Enrojecimiento, descamación o engrosamiento de la piel del seno o del pezón.
- Secreción del pezón que no sea leche materna.

¿Cómo diagnosticarlo?

- 1 Mamografía, es una radiografía de los senos y es el mejor método de detección del cáncer de seno, incluso cuando todavía el tumor no ha crecido demasiado, no se han manifestado los síntomas y aún es fácil de tratar. Hacerse una mamografía periódicamente es lo ideal.
- 2 Examen clínico de seno, mediante el cual un médico palpa el seno para detectar la posible presencia de bultos u otras alteraciones.
- 3 Autoexamen, el examen personal de seno donde la mujer se observa y toca en busca de alguna anomalía, es uno de los métodos más eficaces que tiene la mujer a su alcance para el diagnóstico precoz del cáncer de mama, consiste en la palpación detallada de cada seno para detectar la aparición de alguna alteración o anomalía.

El mejor momento para hacerse un autoexamen es de tres a cinco días después del comienzo del periodo y si ha llegado a la menopausia realizar el examen un mismo día cada mes.

Seamos una cadena de amor y vida

Si tu deseo es unirse a una cadena de amor salvando vidas, puedes ayudar a mujeres en lucha contra el cáncer de mama haciendo tus donaciones:

Cuenta



30-2008053-0

O puedes llenar este formulario y enviarlo junto con tu cheque a nuestras oficinas: Km. 14.5 Carretera Roosevelt 4-15 Zona 3 de Mixco Colonia Cotio.

Cantidad: _____

En memoria a: _____

En honor a: _____

Me uno a esta cadena de amor por:

Nombre del donador: _____

Teléfono: _____ Celular: _____

Correo electrónico: _____

Fundecán promueve ayuda económica y grupos de apoyo, los cuales ayudan a las pacientes a sobrellevar la enfermedad.

- Propuesta gráfica final folleto, portada: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; portada y contraportada en papel Husky, impresión digital full color.



- Propuesta gráfica final folleto, introducción y bienvenida, pág.1-2: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; portada y contraportada en papel Husky, contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.



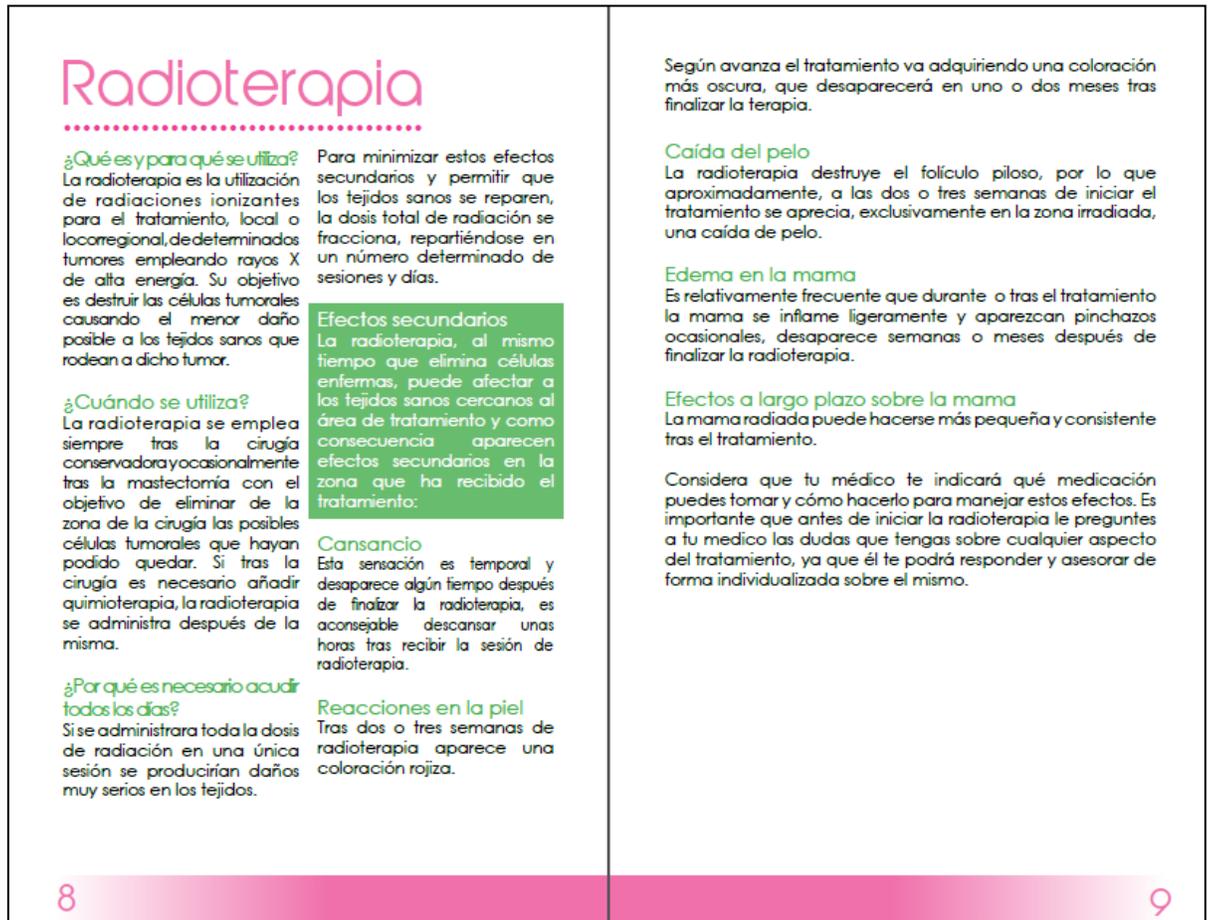
- Propuesta gráfica final folleto, índice, pág. 3-4: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.



- Propuesta gráfica final folleto, pág. 6-7: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

<h2>¿Cómo se trata el cáncer de mama?</h2> <p>Tu especialista recomendará y explicará las posibilidades del tratamiento más adecuadas en cada caso, para que una vez, tu como paciente hayas recibido la suficiente información puedas, junto con tu médico, tomar una decisión. Hay varios tipos de tratamiento para el cáncer de mama, esto depende del tipo de cáncer y del grado de diseminación, a menudo las mujeres reciben más de un tipo de tratamiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Cirugía: Es una operación en la que los médicos cortan y extirpan el cáncer. 2 Quimioterapia: Tratamiento que utiliza medicinas especiales para reducir el tamaño del tumor o eliminarlo. Estos medicamentos pueden administrarse en píldoras o por vía intravenosa y, en ocasiones, de ambas maneras. 3 Terapia hormonal: Se utiliza para algunos tipos de cáncer que requieren la presencia de ciertas hormonas para crecer. 4 Terapia biológica. Este tratamiento trabaja en conjunto con el sistema inmunitario a combatir el cáncer o a controlar los efectos secundarios de otros tratamientos para el cáncer. Los efectos secundarios son la reacción que puede tener el cuerpo a los medicamentos o a otros tratamientos. 5 Radioterapia. El uso de radiación de alta intensidad (similar a los rayos X) para matar las células cancerosas. <p>6</p>	<h2>¿Qué debes preguntar a tu médico?</h2> <p>Es importante que tengas conversaciones francas y abiertas con los especialistas en cáncer que te atienden. No temas hacer preguntas, no importa lo insignificantes que puedan parecer lo mejor es que estés segura a lo que te enfrentas. Algunas preguntas que debes considerar son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué tipo de cáncer de mama padezco? • ¿Cuál es la etapa de mi cáncer, y cómo afecta mis opciones de tratamiento y pronóstico? • ¿Qué tratamientos son apropiados para mí? • ¿Qué recomienda? ¿Por qué? • ¿Cuáles son los riesgos y efectos secundarios que debo esperar? • ¿Cuánto tiempo durará el tratamiento? • ¿Cómo será la experiencia del tratamiento? ¿Dónde se administrará? • ¿Debo seguir una dieta especial o hacer otros cambios en mi estilo de vida? • ¿Qué tan eficaz será la cirugía de reconstrucción del seno si la necesito o deseo? • ¿Qué tipo de atención médica de seguimiento necesitaré después del tratamiento? <p>7</p>
---	--

- Propuesta gráfica final folleto, pág. 8-9: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.



- Propuesta gráfica final folleto, pág. 10-11: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

<h2 style="color: #e91e63;">Quimioterapia</h2> <p>¿Qué es y para que se utiliza? La quimioterapia es una de las modalidades terapéuticas más empleada en el tratamiento del cáncer. Su objetivo es destruir las células que componen el tumor con el fin de lograr la reducción o desaparición de la enfermedad.</p> <p>La quimioterapia se administra tras la cirugía como tratamiento complementario, con el objeto de prevenir la aparición de metástasis.</p> <p>Efectos secundarios Es importante que sepas que son los más frecuentes pero que puedes tener otros que no estén descritos, y no tienen por qué aparecer todos los síntomas. Es más, no siempre aparecen efectos secundarios o cuando surgen son, en la mayoría de los casos, tolerables.</p> <p>Náuseas y los vómitos Además de ser los efectos secundarios más frecuentes de la quimioterapia, suelen ser los más temidos.</p> <p>Pueden aparecer tempranamente (1 ó 2 horas después de la administración) o tardamente (24 horas o más después del ciclo). Generalmente desaparecen en unos pocos días.</p> <p>Diarrea Cuando la quimioterapia afecta a las células que recubren el intestino, el funcionamiento del mismo se puede ver alterado. Como consecuencia, el intestino pierde la capacidad de absorber el agua y los distintos nutrientes, dando lugar a una diarrea.</p> <p>Estreñimiento Algunos fármacos pueden disminuir los movimientos intestinales favoreciendo la absorción del líquido de las heces, por lo que éstas se vuelven secas y duras, dando como resultado un cuadro de estreñimiento.</p> <p style="text-align: center;">10</p>	<h3 style="color: #4caf50;">Alteraciones en la percepción del sabor de los alimentos</h3> <p>Se suele producir por daño directo de las papilas gustativas situadas en la lengua y el paladar, los pacientes perciben una disminución en el sabor de determinadas comidas o un gusto metálico o amargo de las mismas.</p> <p>Consulta con tu médico cualquier cambio que experimentes en tu estado de ánimo. Adapta la actividad a tus posibilidades reales. Generalmente, estos efectos son temporales y desaparecen una vez finalizado el tratamiento con quimioterapia.</p>  <p style="text-align: center;">11</p>
--	---

- Propuesta gráfica final folleto, pág. 12-13: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.



Un camino por recorrer

Tienes mucho por vivir. Hacer frente al cáncer de mama no es sólo recibir unos tratamientos, cada día pueden surgir nuevos retos y situaciones.

En el día a día, todos los que te rodean, tu pareja, familia, amigos; serán un apoyo importante.

Déjate querer y déjate ayudar.

- Propuesta gráfica final folleto, pág. 14-15: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

<h2 style="color: #e91e63;">Sentirte bien</h2> <p>Es posible que en algún momento sientas que tu autoestima está más baja de lo habitual. Pueden existir diferentes causas; los cambios en tu imagen, puedes sentirte a disgusto con tu nueva imagen y menos atractivo. Además, durante el periodo de tratamiento es posible que en algunos momentos no estés al 100% de tus posibilidades y no puedas desarrollar todas tus responsabilidades en casa o en el trabajo.</p> <p>Esto genera sentimientos de inseguridad y puede provocar aislamiento, reducir las relaciones sociales, alejamiento de la pareja y de los demás, limitando tu actividad diaria.</p> <p>Si éste es tu caso, piensa que es normal, es algo que les ocurre a muchas personas en tu misma situación. Pero no olvides que la autoestima es algo que podemos trabajar y "reconstruir". Pregúntate:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿En qué me baso para pensar que "no sirvo para nada"? ● ¿ En qué sigo siendo útil para mi familia (o en mi trabajo, en mi casa, para mis amistades...)? ● ¿Cómo puedes compensar las posibles limitaciones? ● ¿Es necesario continuar haciendo todo lo que hacía hasta ahora? ● ¿Puedo priorizar algunas tareas o responsabilidades frente a otras? ● ¿Qué mérito tiene el esfuerzo que estoy realizando para superar la enfermedad? ● ¿Qué motivos tengo para sentirme orgulloso de mí misma? ● ¿Estoy siendo mucho más duro o exigente conmigo mismo que con los demás? ● ¿Merece la pena pensar sólo en las limitaciones o pérdidas o es más útil buscar la manera de solucionar o compensar lo que sea posible? <p style="text-align: center; color: #e91e63; font-weight: bold;">14</p>	<h3 style="color: #4caf50;">Mejorando tu autoestima</h3> <p>Disminuye tu nivel de exigencia contigo misma, aun ya hayas finalizado los tratamientos, tu cuerpo ha cambiado y debes darle tiempo para que se recupere. Aunque es posible que haya algunas cosas que no puedas hacer como antes, piensa en todo lo que todavía puedes hacer. Toma un papel activo en tu enfermedad, no dejes de hacer cosas que puedes seguir haciendo.</p> <p>Reflexiona acerca de todo lo que te ha podido aportar a nivel humano esta dura experiencia, si acaso te ha fortalecido y te ha ayudado a mejorar. Piensa en pequeñas cosas que puedes ir haciendo, aunque aún estés en tratamiento.</p> <p>A pesar de lo duro que es enfrentarse a un diagnóstico de cáncer, esta vivencia puede suponer cambios en tu escala de valores. Son muchas las personas que tras la enfermedad valoran más la vida, que sienten que se han fortalecido sus creencias religiosas o espirituales, y que ha mejorado su estado emocional. Muchas personas miran al futuro con optimismo y afirman tener menos miedo a la muerte. La experiencia de la enfermedad, a pesar de su dureza, puede resultar tremendamente enriquecedora a nivel personal. Después de la enfermedad es clave volver a encontrar el placer a la vida, volver a vivir a pesar de la enfermedad y los miedos.</p> <p>Al estudiar la capacidad del ser humano para hacer frente a grandes catástrofes y situaciones extremas, los psicólogos han acuñado un término cada vez más utilizado, la "resiliencia" que no es ni resignación, ni resistencia, ni simple rebeldía. Y mucho menos conformismo. La resiliencia es la capacidad que tenemos de reaccionar y recuperarnos ante las adversidades y esto se consigue cuando empezamos a encontrarnos mejor, acallamos nuestros fantasmas y nos reconciamos con nuestra propia vida. La resiliencia supone un alivio, una fuerza, una esperanza: sobrevivir a la enfermedad sin traumas.</p> <p style="text-align: center; color: #e91e63; font-weight: bold;">15</p>
---	--

- Propuesta gráfica final folleto, pág. 16-17: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

<p>Aprovechar la oportunidad para crecer a nivel humano depende de ti mismo. Se trata de un proceso "personal e intransferible", del que dependiendo de los propios recursos y del apoyo recibido, se puede salir deprimido o extraer un aprendizaje que nos ayude a vivir mejor, y nos haga más humanos y felices con lo que tenemos.</p> <p>Muchas personas cuentan cómo la enfermedad, al permitirles tomar conciencia de la fragilidad de la existencia, les ha ayudado a darse cuenta de lo que les importa realmente en la vida, y a no malgastar más tiempo en cuestiones que son en realidad secundarias. Puedes reflexionar preguntándote:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué ha significado para mí haber tenido cáncer? • ¿Qué sentido ha tenido tanto sufrimiento? • ¿El sufrimiento que he experimentado podría servirme para algo? • ¿Me veo ahora más capaz de entender mejor a otras personas que están sufriendo? • ¿Me estoy dando cuenta de la importancia del presente, cuando lo que habitualmente hago es posponer el disfrute y dejarlo para el futuro? <p>16</p>	<h3>Claves para superar las heridas emocionales</h3> <p>Para muchas personas esta experiencia supone una oportunidad para sentirse mejor consigo misma.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Disponer de recursos personales: autoestima, optimismo, confianza en ti misma y responsabilidad. 2 Dar un sentido a la enfermedad, encontrar un sentido a lo sucedido que permita retomar tu vida, e incluso mejorarla. 3 Apoyo social. Es importante buscar en los demás apoyo, que te abran espacios en los que puedas sentirte segura, descubrir el placer de conversar y de confiar. Te ayudarán a sentir esperanza ante el futuro, fomentarán tu autoestima y evitarán que te quedes encerrada en el dolor y rabia. <p>17</p>
--	--

- Propuesta gráfica final folleto, pág. 18-19: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

Vida Saludable

Necesitarás dormir y descansar . Tendrás que cuidar tu alimentación y mantener una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras y pescado. Hay muchas recetas de cocina saludables a tu alcance. Es el momento de dejar los malos hábitos, haz ejercicio de forma regular. Las revisiones médicas serán parte importante de esta vida más sana, de la que tú eres la protagonista.

La nutrición inadecuada comienza incluso en el momento del diagnóstico, ya que el impacto psicológico que éste supone, incide negativamente en la ingesta de alimentos. Además, algunos tratamientos antitumorales, quimioterapia, radioterapia y la cirugía, dejan a muchos pacientes en una situación nutricional desbalanceada.

Es importante que tengas en cuenta que tu dieta durante el tratamiento puede variar, ya que los requerimientos nutricionales en esa etapa son especiales y dependen del tipo de tratamiento y de los efectos secundarios que aparezcan.

Recomendaciones dietéticas generales:

- Beber agua en pequeñas tomas (2-3 litros diarios).
- Servir los alimentos templados, en ambiente tranquilo y comer acompañados.
- Controlar el peso y realizar algún ejercicio físico (siempre en función de tu estado).



18

- Propuesta gráfica final folleto, pág. 20-21: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

<p>Recomendaciones dietéticas específicas para situaciones especiales, recuerda que no siempre se presentan los síntomas que describiremos:</p> <p>1 Sequedad de boca: Es un efecto adverso frecuente en pacientes que reciben radioterapia sobre mucosas por atrofia de las glándulas salivares. Se aconseja tomar alimentos blandos, jugosos y bebidas poco ácidas (al menos 2 ó 3 litros de agua al día). Enjuagarse la boca con frecuencia, los cubitos de hielo y los helados alivian la sequedad. Masticar chicle sin azúcar también ayuda a la mayor producción de saliva.</p> <p>2 Vómitos: Debe reducirse la ingesta de grasas y fritos con olor intenso porque producen náuseas y realizar 5- 6 comidas diarias. Es preferible que en los días inmediatos al tratamiento, otra persona se encargue de preparar las comidas. Las comidas calientes pueden favorecer la aparición de náuseas. Es recomendable comer despacio, masticando bien los alimentos y beber líquidos fríos a pequeños sorbos a lo largo de todo el día, evitando las bebidas con gas o irritantes. Descansar, preferiblemente sentado, al menos durante una hora después de cada comida. La ansiedad también pueden dificultar una digestión adecuada.</p> <p>3 Estreñimiento: El ejercicio y un adecuada ingesta de fibra minimiza el estreñimiento. Se recomienda consumirla en forma de frutas (ciruelas, pasas, kivi, zumos de naranja), cereales integrales, verduras y legumbres. Se deben evitar las grasas y alimentos como membrillo, té, o arroz. Si estas medidas no son suficientes recurriremos a los laxantes.</p> <p>20</p>	<p>4 Diarrea: En todos los casos habrá que hidratarse bebiendo abundantes líquidos como limonada alcalina y bebidas no gaseosas y llevando una dieta astringente (arroz, puré de patata y zanahoria, manzana, pescado, pollo y jamón cocido). Se desaconsejan la leche, frutas maduras, mermeladas, alimentos ricos en grasas, fibra insoluble, alcohol y tabaco.</p> <p>5 Irritación de la boca: Es fundamental una adecuada higiene bucal recomendándose una revisión odontológica antes del tratamiento. De forma general, una dieta líquida o semilíquida con purés fríos evitando alimentos irritantes (ácidos, fritos) puede ser de gran ayuda.</p> <p>Una vez finalizados los tratamientos, algunas personas suben de peso. Estas son buenas razones para intentar llevar una alimentación más saludable.</p> <p>21</p>
---	--

- Propuesta gráfica final folleto, pág. 22-23: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

<h2>Ejercítate</h2> <p>La práctica suave, durante unos minutos, de ejercicio físico puede beneficiarte durante los tratamientos: reduce el nivel de estrés, de cansancio, los problemas de sueño y otros síntomas.</p> <p>Existen evidencias científicas sobre los efectos positivos de una vida activa en las personas que están recibiendo tratamientos de cáncer. Han demostrado que determinados síntomas como son náuseas, astenia (sensación de cansancio), alteraciones en el sueño, dolor, ansiedad y depresión mejoran significativamente en el grupo de personas que realizaban ejercicio aeróbico varios días a la semana (caminar, gimnasia de mantenimiento, etc.). A continuación te damos una serie de sugerencias que te pueden ayudar a seguir estando activo, incluso durante el tratamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Piensa qué tipo de ejercicio te apetece hacer y, si es posible apúntate a un gimnasio o pide a un amigo o familiar que te acompañe, en este momento el apoyo social es importante y te puede ayudar a cumplir con tu propósito. ● Planifica tu tiempo y fija una hora para hacer la actividad física que hayas elegido, el día que recibes tratamiento y los días posteriores o si te encuentras más cansado, reduce la actividad tanto en intensidad como en tiempo. En ese caso sería suficiente 5 o 10 minutos al día (aunque estés cansado el ejercicio puede ayudarte a controlar síntomas). ● Evita hacer ejercicio que te deje extenuado, el propósito no es entrenarse para una competición, sino obtener los beneficios de una vida activa y, con 30 minutos diarios es suficiente. ● Habla con tu médico sobre la posibilidad de hacer alguna actividad física y sigue sus consejos. <p>22</p>	<h2>¿Puedo seguir trabajando mientras recibo tratamiento?</h2> <p>Dependiendo de tu diagnóstico, el tratamiento y los efectos secundarios de la etapa de la enfermedad y del tipo de trabajo al que te dediques, existe la posibilidad de continuar trabajando si es lo que deseas y si tu médico lo considera conveniente.</p> <p>Lo que puedes hacer y lo que no y si necesitas limitar la cantidad de trabajo que realizas, dependerá de cómo te sientas y de tu rendimiento durante el tratamiento. Aunque no son la mayoría, algunos pacientes eligen la opción de no interrumpir por completo su actividad laboral durante el tratamiento, aunque sí disminuyen el ritmo y acuden al hospital los días que reciben tratamiento de quimioterapia o radioterapia.</p> <p>A muchos pacientes, seguir vinculados al trabajo les ayuda a seguir adelante. Esto es más fácil de hacer en el caso de pacientes con profesiones liberales, empresarios o autónomos, y cuando se goza de horarios flexibles. Si eres trabajador por cuenta ajena, habla con tu jefe acerca de lo que necesitas y deseas por el momento. Puede ser que consigas ponerte de acuerdo para reducir tu jornada, o quizás puedas hacer parte de tu trabajo en casa. Tu médico puede sugerirte los límites para las actividades.</p> <p>23</p>
---	--

- Propuesta gráfica final folleto, pág. 24-25: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

<p>Vida en pareja</p> <p>La relación de pareja es una parte muy importante de la vida de muchas personas. Cuando te diagnostican un cáncer de mama, la relación puede ser un apoyo fundamental, pero también puede ser una fuente de estrés.</p> <p>Es importante que sean capaces de mantener una comunicación adecuada, que puedan ir resolviendo juntos los problemas que surjan y se apoyen mutuamente. Si valoras la forma en la que se están comunicando, los silencios, las actividades que compartan, las necesidades de cada uno, la forma en que están resolviendo los problemas o compartiendo tristezas y alegrías, encontrarán la forma de seguir sintiéndose cerca el uno del otro sin que la enfermedad afecte a la relación.</p> <p>Mi pareja y el cáncer de mama</p> <p>Durante la enfermedad, tu pareja puede ser una gran fuente de apoyo. Dale la oportunidad de compartir contigo la situación que estás viviendo.</p> <p>Aunque tú eres la protagonista y tú eres la que debe tomar las principales decisiones, puedes hacerle partícipe de la información que recibes, de las consultas médicas, o pedirle que te ayude a decidir o que te acompañe cuando vas a recibir tratamiento.</p> <p>¿Si él fuera el enfermo, no querías tú estar a su lado en todo momento por si te necesita?</p> <p>24</p>	<p>Algunos Consejos que te damos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Píde lo que necesites, tu pareja no puede adivinarlo. A veces, puedes necesitar estar sola y en otros momentos querrás compartir lo que estás sintiendo. Pero recuerda, que pidas ayuda no significa que no puedas seguir haciendo cosas por ti misma. • Pídele su opinión, implícale en la toma de decisiones. Aunque tú decidas en última instancia, valorar conjuntamente las cuestiones a decidir puede facilitarte el proceso. • Escucha a tu pareja, también puede estar sintiéndose mal. Trata de mantener siempre una buena comunicación. • La pareja está para lo bueno y para lo malo. Lloren juntos, si es necesario, compartan los momentos más duros. Puede ser una experiencia que una y fortalezca la relación. • Procuren encontrar espacios y tiempos para la pareja y la intimidad. • Si observas que tus relaciones sexuales se están deteriorando, y para ti constituyen una parte importante de su relación, plantéale cómo puedes mejorarlas. Puedes buscar ayuda de un psicólogo especializado si sienten que solos no pueden hacer frente a esta nueva situación. <p>25</p>
---	---

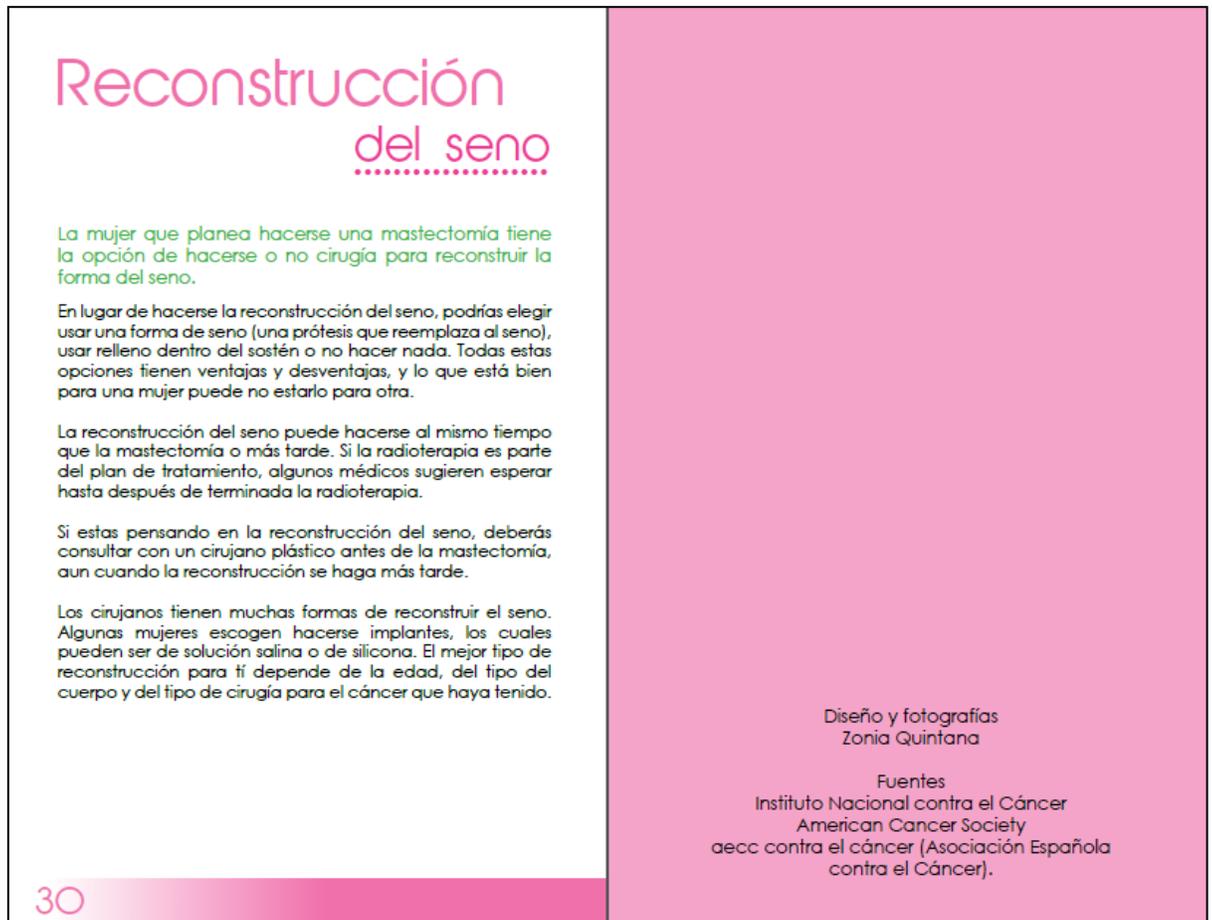
- Propuesta gráfica final folleto, pág. 26-27: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

<p>¿Tu pareja no te apoya lo suficiente?</p> <p>En algunos momentos puedes sentir que tu pareja no te dedica el suficiente apoyo y atención. Es posible que tú misma, en un afán por ahorrar sufrimiento a tus seres queridos, estés dando una imagen de persona fuerte que puede hacer pensar a tu pareja que no lo estás pasando tan mal o que no necesitas ayuda.</p> <p>A veces la pareja está negando la enfermedad y pretende continuar como si no pasara nada. Puede ocurrir que no sepa qué hacer ni cómo comportarse contigo.</p> <p>En ocasiones, los conflictos que existían anteriormente se agudizan con la presencia de la enfermedad. Si éste es tu caso y no recibes la ayuda que necesitas, es normal que te sientas decepcionada, sola o dolida. Te sugerimos cómo puedes afrontar esta situación:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Haz saber a tu pareja que necesitas su apoyo, dile cómo te sientes y aclárale qué necesitas en concreto. Es posible que haga falta que se lo pidas con mayor claridad. Especificale si lo que necesitas tiene más que ver con lo emocional (por ejemplo que te abraze, que te escuche, que esté a tu lado) o con cuestiones prácticas (que te ayude con la casa, etc.) ● Si no consigues cambiar la situación, busca alternativas, no pierdas mucho tiempo lamentándote de cómo te gustaría que fuera todo. Es algo que a veces ocurre. Por ejemplo, puedes recurrir temporalmente a alguien que te ayude en casa o puedes hacer las compras a través de Internet o por teléfono. ● Busca apoyo en otras personas: padres, amigos, otras familiares, un psicólogo, un grupo de apoyo. Si lo necesitas, comparte con ellos cómo te sientes. ● Si no te ves con fuerzas para afrontar las dificultades que están surgiendo en tu relación de pareja en estos momentos, posponlas para más adelante, cuando estés más recuperada. <p>26</p>	<p>Círculos de apoyo</p> <p>Son muchos los cambios físicos a los que tendrás que enfrentarte. Sin duda alguna, afectarán a tu estado de ánimo y tu autoestima. Por eso, necesitarás apoyo de tu familia, pareja y amigos.</p> <p>Si constituye una faceta de la vida que es importante para ti, no puedes aplazarla indefinidamente. Y si has iniciado una nueva relación, ármate de valor y reflexiona acerca de cuándo puede ser el mejor momento para hablar sobre la enfermedad.</p> <p>Puedes encontrar apoyo en otras personas durante el tratamiento. Y si deseas establecer o surge una relación, no hay motivo para que no lo hagas. En este caso, puedes aprender a manejar tus dudas, miedos y tu inseguridad ante la nueva relación.</p> <p>Es normal que te sientas algo insegura cuando te plantees establecer nuevas relaciones después de haber pasado por todo esto.</p> <p>Tu enfermedad, los cambios en tu imagen, son aspectos que han cambiado tu vida y puedes temer las posibles reacciones de la otra persona. No obstante, es una cuestión que merece la pena afrontar.</p> <p>27</p>
---	---

- Propuesta gráfica final folleto, pág. 28-29: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

<h2>Revisiones médicas periódicas</h2> <p>Después de los tratamientos, es el momento clave para retomar tu vida cotidiana. Aunque es un momento que estás deseando que llegue, no será fácil. Establece tú misma el ritmo que quieres seguir a medida que te sientas más fuerte y con ánimos.</p> <p>Las revisiones periódicas van a ser parte de este proceso de vuelta a la normalidad. Las revisiones son necesarias. En la mayoría de los casos serán para confirmar que todo continúa bien. Aún así, es normal que unos días antes te sientas más preocupada o intranquila.</p> <p>Tu médico establecerá el tiempo que debe pasar entre cada revisión, así como las pruebas que serán necesarias. El protocolo de seguimiento así como los tiempos pueden variar en función de cada caso. Siempre te recomendamos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Sigue los controles médicos. Es muy importante que no te saltes las revisiones, no sólo al principio, sino incluso aunque hayan pasado unos años. 2 No tomes ningún tratamiento o medicación por tu cuenta, sin consultar con tu médico. 3 Haz los ejercicios de prevención. <p>28</p>	<ol style="list-style-type: none"> 4 Comparte tus preocupaciones y miedos con todos aquellos que están más cerca de ti. 5 Continúa con tu vida. No dejes que la enfermedad se convierta en el centro de tu vida. Si no hay razones médicas que indiquen lo contrario, te sugerimos que continúes haciendo todo lo que antes acostumbrabas a hacer o lo que hayas decidido hacer en tu vida de acuerdo con tus nuevas prioridades. 6 Consulta con tu médico cualquier síntoma nuevo o variación respecto a tu enfermedad. 7 Recuerda que es normal acudir a las revisiones con miedo y preocupación. Es probable que a medida que pase el tiempo y vayas viendo que todo va bien, vayas sintiendo menos temor ante esta situación. <p>Si no te sientes capaz de afrontar las revisiones, si notas que cada vez te cuesta más acudir y te afecta en gran medida, solicita ayuda a un psicólogo especialista en cáncer.</p> <p>29</p>
--	--

- Propuesta gráfica final folleto, pág. 30-31: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; portada y contraportada en papel Husky, contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.



- Propuesta gráfica final folleto, contraportada: Se estará trabajando con una medida carta abierto (8.5 x 11 pulgadas) y media carta cerrado (4.25 x 5.5 pulgadas), tiro y retiro; portada y contraportada en papel Husky, impresión digital full color.

**Una cadena de
amor salvando vidas**


Fundecán
Fundación Amigos Contra el Cáncer

Fundación de amigos contra el cáncer, nació en el año 2010, con el deseo de ayudar a las mujeres con escasos recursos en la prevención y cura del mal silencioso del cáncer de mama y cérvix a través de información, educación y donaciones.

Con el objetivo de disminuir la mortalidad, previniendo y brindando apoyo a toda mujer, para que puedan solventar los largos y costosos tratamientos que implica esta enfermedad.

Si deseas colaborar, haz tu donativo a la cuenta:

 30-2008053-0

Para más información:

PBX: 2335-3502
www.fundecan.org
info@fundecan.org

CAPÍTULO

X

Capítulo X: Producción, reproducción y distribución

Para que el material impreso cumpla con los objetivos trazados, es necesario que la información llegue a nuestro grupo objetivo, por lo que a continuación se describen los costos para la distribución de este material.

10.1 Plan de costos de elaboración:

- El material impreso se elaboró en un periodo de:
- Total de meses trabajados: 3 meses
- Total de semanas trabajadas: 13 semanas
- Total de días trabajados: 65 días (cinco días a la semana)
- Total de horas trabajadas: 195 horas (3 horas por día)

Descripción	Costo Unitario	Total
Proceso creativo y elaboración de propuesta.	Q30.00 por hora	Q.5,850.00

El total para la elaboración de todo el material impreso informativo da un estimado de Q.5,850.00, por el proceso creativo y elaboración de la propuesta.

10.2 Plan de costos de producción:

Para la elaboración de artes finales se trabajó seis días, cuatro horas por día.

Descripción	Costo unitario	Total
Elaboración de artes finales	Q. 30.00 por hora (24 horas)	Q.720.00

10.3 Plan de costos de reproducción:

Se cotizaron a distintos proveedores, al proporcionar los siguientes costos:

- 11 cientos de tarjetas de presentación: 2 x 3.5 pulgadas, solo tiro, en papel Lino Beige, impresión digital full color.
- 50 afiches: Hoja tabloide, en papel Husky, solo tiro en impresión digital full color.
- 1,000 trifoliales: Carta abierto tiro y retiro, en papel Couche, impresión digital full color. Con troquelado en la parte de donaciones.
- 100 folletos: Carta abierto y media carta cerrado, tiro y retiro; portada y contraportada en papel Husky, contenido de 30 páginas en papel Couche, impresión digital full color.

Proveedor	11 cientos de tarjetas de presentación	50 afiches	1,000 trifoliales	100 folletos	Total
Grafipronto	Q. 968.00	Q.638.00	Q.1950.00	Q.5,950.00	Q 9,506.00
Last Minute	Q, 1,045.00	Q. 675.00	Q. 2,350.00	Q.7,300.00	Q.11,370.00
Uni- Impresión	Q. 1,650.00	* No imprimen	Q. 2,000.00	Q. 7,000.00	Q. 10,650.00
Recurso Empresarial	Q. 1,320.00	Q. 960.00	Q. 1,750.00	Q.5,300.00	Q. 9,330.00

10.4 Plan de Costos de Distribución:

Este material será distribuido de la siguiente manera:

- Distribución de afiches: De acuerdo a que FUNDECÁN apoya a pacientes de INCAN y del Hospital General San Juan de Dios, se colocarán dentro del hospital por personal de la misma fundación.
- Distribución de trifoliales: Se repartirán en actividades propias de la fundación en donde el mismo personal pueda entregarlos.
- Distribución de tarjetas de presentación: Cada persona contará con sus tarjetas y podrá llevar el manejo de la misma.
- Distribución del folleto: Los folletos estarán a cargo de la presidenta de la fundación, y cuando haya una paciente que empiece el tratamiento con el apoyo de FUNDECÁN, se le entregará por el mismo personal.

Por ser una fundación que se maneja de donaciones, la distribución de los elementos será por el mismo personal y voluntarios.

10.5 Cuadro con resumen general de costos:

Descripción	Costos
Plan de costos de elaboración	Q. 5,850.00
Plan de costos de producción	Q. 720.00
Plan de costos de reproducción	Q. 9,506.00
Plan de costos de Distribución	Q. 0.00
TOTAL	Q. 16,076.00

CAPÍTULO

XI

Capítulo XI: Conclusiones y recomendaciones

Conclusiones:

Se analizó que muchas mujeres no están informadas sobre el cáncer de mama, por lo que fue necesario hacer una serie de material impresos para informar y prevenir a toda mujer.

- Se realizó una investigación sobre el cáncer de mama; su prevención, detección y tratamientos a los que se enfrentan las mujeres a través de referencias bibliográficas, en libros, sitios web e información proporcionada por la fundación que complemento el material.
- Se recopiló información acerca de la Fundación y el trabajo que realizan para complementar el material.
- Se fotografió modelos femeninas para ilustrar el contenido de los materiales informativos impresos.
- Se diseñó un material informativo impreso para dar a conocer acerca de la detección y tratamiento de cáncer de mama.
- Se elaboraron piezas gráficas impresas adicionales que faciliten a la junta directiva de FUNDECAN para identificación y contacto.

11.2 Recomendaciones

Es necesario que esta información sea de interés para toda mujer, siendo todas las mujeres propensas a tener esta enfermedad. Es de suma importancia que se le ponga interés y responsabilidad a saber cómo prevenir o detectar a tiempo esta enfermedad.

- Hacer conciencia a las mujeres en cuidarse e informar a sus seres queridos sobre la importancia de esta enfermedad.
- Estar informados y actualizados en investigaciones que se hacen acerca del cáncer de mama (distintas formas de detección, tratamientos, etc.) para poder informar de la mejor manera a las pacientes.
- Siempre analizar toda información con doctores especializados para saber si es verídico.
- Llevar siempre un control de lo que hace la fundación, a cuántas mujeres atienden, etc. De igual manera tomar fotografías en cada actividad y de pacientes para así dar credibilidad a lo que hacen para tener futuras donaciones.
- Se diseñó un material informativo impreso para dar a conocer acerca de la detección y tratamiento de cáncer de mama.
- Utilizar el material informativo (trifoliales y afiches) en toda actividad para que las mujeres tengan mejor comprensión de la enfermedad y hagan conciencia a más mujeres.
- Es necesario que se amplíe este material en su página web y redes sociales, esto permitirá llegar a muchas mujeres más y salvar más vidas.

CAPÍTULO

XII

Capítulo XII: Conocimiento general

12.2 Demostración de conocimientos

Diseño Gráfico/ Diseño Editorial
En esta área, se logró manejar espacios de trabajo, diagramar de una manera visualmente atractivo y legible para el público. Poder idear, crear y diseñar para comunicar creativamente un mensaje.

Visualización gráfica
En esta área, se puede comprender la funcionalidad de las ilustraciones mediante perspectivas y proporciones en personajes/ ilustraciones.

Historia del arte

Pre-Prensa
Esta es una de las áreas más importantes, ya que es la base para la producción de un impreso. Donde involucramos medidas finales, sistema de impresión, tipo de papel, cantidad de tintas, barnices y acabados.

Software
En esta área, aprendimos como manejar las herramientas esenciales de un Diseñador gráfico. Cada uno ayudando en diferentes áreas como diagramación, ilustración, edición de fotografías, etc.

Ps **Dw** **Ai** **ID** **Fi**

Psicología del consumidor

Mercadeo Total
Conocer al público objetivo, el mercado, el punto de venta, el producto/servicio es indispensable para poder lanzar un producto al mercado. Saber como manejar y conocer cada elemento se comprendió en esta área.

Semiología de la imagen

Comunicación audiovisual

Fotografía
Esta área sirve para poder transmitir y comunicar también por medio de imágenes, así como para poder complementar diseños realizados para mejor comprensión del público.

Comunicación
Es importante transmitir un mensaje claro y efectivo al público, en esta área se maneja la redacción, como realizar una crítica efectiva, elementos de persuasión y medios de difusión.

Creatividad

CAPÍTULO

XIII

Capítulo XIII: Referencias

- Aecc Contra el Cáncer (n.d). Cáncer de mama, España.
<https://www.aecc.es/Paginas/PaginaPrincipal.aspx>
- American Cancer Society (n.d). Cáncer de Seno, Estados Unidos.
<http://www.cancer.org/espanol/cancer/cancerdeseno/guiadetallada/>
- Antropologia Online (2013) . Antropología.
<http://antropologia-online.blogspot.com/>
- Ascenso Creativos, Agencia de Publicidad (2013). Diseño Editorial.
<http://ascensocreativos.com/disen-editorial/>
- Carlos Ortiz (1966). La Comunicación, México.
- CDC Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (2013). Cáncer de mama, Estados Unidos.
- Chemocare (2002-2015). Cancer Alliance for Research, Education and Survivorship.
http://chemocare.com/es/chemotherapy/what-is-chemotherapy/tipos-de-quimioterapia.aspx#.VLmaHCuG_9Q
- De Grandis (1985). Teoría y Uso del Color, Madrid.
- Dibujo artistico (s.f), <https://kitoch2d3dsee.wordpress.com/dibujo-artistico-2/>.
- Ehow en español, http://www.ehowenespanol.com/litografia-sobre_169368/
- Estocolmo (2007). Psicología del color.
- Instituto Nacional de Cancer (n.d). El cáncer, Estados Unidos.
<http://www.cancer.gov/espanol/tipos/seno>
- Jacques Bertin (1967) . “Semiología Gráfica”.

- Johann Goethe, <http://www.psicologiadelcolor.es/johann-wolfgang-von-goethe-y-la-teoria-del-color/>
- Jorge Álvarez (2005). Psicología de la Comunicación y Relaciones Interpersonales.
- Jose Carlos (2013) <http://duracreatividad.blogspot.com/2013/08/la-ilustracion.html>
- Juan Nava (n.d). Diseño gráfico para comunicar, España.
- Leonor Arfuch, Norberto Chaves, María Ledesma (1997). Diseño y comunicación.
- Lic. Carlos Madrid (2011). "CAD II Indesing"
- Luis Alberto (2002), "Fundamentos de diagramación"
- Luis Cumpa (2002), "Fundamentos de diagramación"
- Manuel Serrano, José Piñuel, Jesús Gracia, Maria Arias (1982) "Teoría de la comunicación"
- Michel Martin (1987). Semiología de la imagen y pedagogía, España.
- Organización Mundial de la Salud
<http://www.who.int/topics/cancer/breastcancer/es/index3.html>
- PEAPT (2013). <http://peapt.blogspot.com/p/que-es-la-tecnologia.html>
- Ramírez Rodrigo (2012). Guía de Buenas Prácticas de Diseño
- Saifuddin Abdullah (2013). http://www.ehowenespanol.com/definicion-teoria-del-color-sobre_151644/
- Sociedad Española de Oncología Médica (2013). ¿Qué es, cómo funciona y tipos de quimioterapia?, Madrid.
<http://www.seom.org/en/informacion-sobre-el-cancer/guia-actualizada/que-es-como-funciona-y-tipos-de-quimioterapia?start=2#content>

- Universidad Galileo, <https://www.galileo.edu/icf/carrera/lpc/>
- Universidad Landivar,
http://www.url.edu.gt/PortalURL/Contenido_impresion.aspx?o=3273
- Users (2012). Diseño Gráfico Digital. Argentina
<http://issuu.com/redusers/docs/dgd/5?e=3698516/6731552>
- Vélez, M. y Gonzales, A, (2001). El diseño gráfico, España, Universidad de Granada.

CAPÍTULO

XIV

Capítulo XIV: Anexos

- Validación expertos



Licda. Psicología

Rosa Aguilar



Experto en Redacción

Fernando Orellana



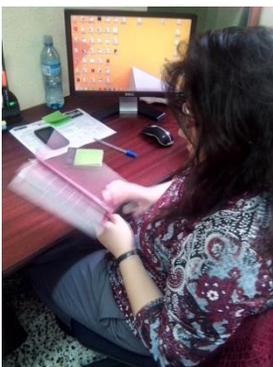
Licda. Comunicación

Lourdes Donis



Lic. Diseño Gráfico

Rolando Barahona



Licda. Comunicación
para la educación

Wendy Franco

- Validación grupo objetivos



- Fotografías tomadas para el material impreso



- Cotizaciones realizadas a proveedores




C.C. Eskala Roosevelt
Local #16
TEL. 2250-7147

COTIZACIÓN

No. B11-244	Fecha: 10/12/2014
Empresa:	Tel.:
Atención a: Zonia Quintana	Fax:

A continuación encontrará la cotización solicitada de:

CANTIDAD	DESCRIPCION	C/U	TOTAL
11	Cientos de tarjetas de presentación en cartulina lino beish , solo tiro a full color, cortadas.	Q. 88.00	Q 968.00
50	Afiches de 11x17 pulgadas a full color solo tiro en cartulina husky .	Q. 12.76	Q. 638.00
1,000	Trifolares tamaño carta abiertos a full color, tiro y retiro en couche , doblados, troquelado donaciones.	Q. 1.95	Q. 1,950.00
100	Folletos ½ carta cerrado, carta abierto, engrapado, tiro y retiro a full color, portada en husky e interiores en couche .	Q 59.50	Q 5,950.00
	TOTAL		Q 9,506.00



Tels: (502) 5504-7429, (502) 2450-6092
8a. Av. 20-22 ZONA 1 Edif. Castañeda Molina
Of. 73 Guatemala, Guatemala.
E-mail: ventas@recursoempresarial.com
www.recursoempresarial.com

COTIZACION

Cliente 504.0 Zonia Quintana	Núm. 768
Facturar a Zonia Quintana	N.I.T. <input type="text"/>
Dirección Ciudad	Tel. <input type="text"/>
Srita.	
Atención a Zonia Quintana	Cel. <input type="text"/>
	Fax <input type="text"/>
e-mail zoniaca@gmail.com	
Forma pago Anticipo 50%	Oferta 11/12/2014
	Entrega 8 Dias

Línea	Cantidad	Descripción	Unitario	Valor Aceptado
1	1,100	Tarjetas de presentación Impresas a full color, solo tiro en cartulina lino crema, con 11 cambios de nombre	1.200	1,320.00 <input type="checkbox"/>
2	50	Afiches Impresas a full color en cartulina Husky Cover, tamaño tabloide	19.200	960.00 <input type="checkbox"/>
3	1,000	Trifolares tamaño carta (abierto) Impresas a full color tiro y retiro en papel couche base 100 con troquelado en la sección de donaciones	1.750	1,750.00 <input type="checkbox"/>
4				<input type="checkbox"/>

Observaciones



Representante **Francisco A. Ericastilla**
ventas@recursoempresarial.com
5504-7429

Autorizado por



Cotización No.	A 1200
Fecha:	11/12/2014
Cotización válida por:	7 días hábiles
Preparada por:	Javier Najarro

Contactenos, S. A. NIT. 4436888-7

Cliente:	Zonia Quintana	Teléfono:	
E-mail:	zoniaqa@gmail.com	Celular:	

CANT.	DESCRIPCIÓN	PRECIO UNITARIO	TOTAL
100	Tarjetas de presentación , impresion digital full color, solo tiro, en papel Lino Beige.		Q95.00
50	Afiches, impresión digital full color, solo tiro, de tamaño 11 x 17" en papel husky.	Q13.50	Q675.00
1000	Trifolios, impresión litográfica full color tiro y retiro, de tamaño carta abierto , en papel couche, troquelado parte donaciones.	Q2.35	Q2,350.00
TOTAL			Q3,120.00

Tempo de entrega: 2 a 3 días hábiles después de aprobada la cotización. La variación del trabajo puede ser de un 5%, la forma de pago 50% anticipo 50% contra entrega.

NOTA: el valor de esta cotización está sujeto a revisión si al momento de recibir el material hay cambios de las especificaciones cotizadas.

Firma de Aceptado / Fecha

El cliente acepta los diseños como artes finales, en el momento que firma la cotización, la cual puede ser tomada como orden de compra.








☎ 2384 0888 / 4740 6809
 @cotizaciones@lastminute.net.gt
 www.lastminute.net.gt



36 Avenida 14-70, Zona 5 Colonia Abril
 2336 1501A02 • 2336 0358 • 2335 0555
 informacion@uniimpresion.com
 www.uniimpresion.com

Guatemala, 11 de diciembre de 2014

Señorita
 Zonia Quintana
 Presente.

Srta. Quintana:

Reciba un cordial saludo, por este medio tengo el gusto de presentarle la siguiente cotización:

Cantidad	Producto	Precio
100	Tarjetas de presentación en lino beige a full color tiro	Q 150.00
1000	Trifolios tamaño carta abierto en couché 80 a full color tiro y retiro con perforado.	Q 2000.00
100	Folletos tamaño carta abierto, portada en husky cover a full color, 30 páginas interiores en couché 80 a full color tiro y retiro.	Q 7,000.00

Esperando poder servirle, quedo a sus órdenes.