



UNIVERSIDAD DE TARAPACÁ  
*Universidad del Estado*



Facultad de  
Administración  
y Economía



Escuela de  
Diseño e Innovación  
Tecnológica



# ***INFORME DE PRÁCTICA***

## ***PRÁCTICA LABORAL I***

Centro Integral Conociendome  
Graciela Albornoz Inquiltupa  
07.07.2023

# ÍNDICE

1.- Introducción.....	3
2.- Objetivos.....	4
2.1 Generales .....	4
2.2 Especificos.....	4
2.3 Actividades Realizadas.....	5-6
Descripción general de la empresa.....	7
2.1 Orniograma.....	8
Descripción del trabajo realizado.....	9
2.1 Análisis .....	9-10-11
2.2 Porpuesta 1.....	12- 13
2.3 Propuesta 2.....	14-15-16
2.4 Propuesta 3.....	17-18
2.5 Propuesta 4.....	19-20
Experiencias Adquiridas.....	20
(Conocimientos técnicos adquiridos,.....	21
Habilidades Adquiridas)	
Conclusión.....	22
Referencias.....	23
Anexos.....	24

# INTRODUCCIÓN

En el siguiente informe de práctica laboral I, exigido por la carrera de Diseño Multimedia de la universidad de tarapacá, se tiene como finalidad el exponer de forma gráfica todo el trabajo realizado durante el primer semestre de práctica, la cual se llevó a cabo en el “Centro Integral Conociéndome”.

En donde se necesitó de la ayuda de un diseñador en lo que respecta a redes sociales como un análisis sobre lo que se podría implementar para mejorar el instagram del Centro integral y la creación de nuevas publicaciones con diseños acorde a la estética que ya se observaba en las anteriores publicacion del Instagram.

Con lo ya mencionado, también se busca demostrar sobre el desarrollo de competencias a lo largo de este segundo año en la carrera de Diseño Multimedia en la universidad de Tarapacá.

# OBJETIVOS

## Objetivos Generales

- Diseñar material publicitario e informativo para promocionar el “Centro integral Conociéndome” con las habilidades adquiridas durante el primer año de la carrera de Diseño multimedia

## Objetivos Especificos

- Conocer más acerca del “Centro integral conociendome” como los servicios que ofrecen, las salas y su identidad en general
- Realizar un análisis del “Centro integral conociendome” en donde se colocaron propuestas de paletas de colores (no muy alejadas a los colores que ya se utilizaban antes), ideas y recomendaciones del contenido que se puede subir, propuestas de publicaciones (bocetos) y también se propuso un plan de acción.
- Propuestas de material publicitario antes de llegar a una idea final que pueda ser acorde a la identidad del centro integral y del agrado de la jefa de la práctica
- Diseños de material gráfico fácil de comprender y con un mensaje claro y conciso de la idea que se intenta transmitir, a partir de las primeras propuestas con las debidas correcciones añadidas.



# ACTIVIDADES REALIZADAS

- ✓ Participación en Reuniones Realizadas por la empleadora para conversar sobre lo que se planeaba llevar a cabo durante el transcurso de la práctica
- ✓ Realización de un análisis sobre ideas y recomendaciones de contenido que se puede subir al instagram del centro, al igual que propuestas de publicaciones (bocetos), también se propuso paletas de colores al igual que se propuso un plan de acción.
- ✓ Diseño de Post informativos sobre Asesoría Familiar, Terapia TEA y de Evaluación Ados-2
- ✓ Diseño de post y historia (formatos de instagram) sobre horarios de atención del Centro integral Conociendome
- ✓ Diseño de post y historia (formatos de instagram) sobre donde contactar al centro integral conociendome

# ACTIVIDADES REALIZADAS

- ✓ Diseño de posts con frases de animo para el instagram del centro integral conociendome
- ✓ Diseño de post sobre las especialidades del centro integral conociendome
- ✓ Diseño de post y historia (formato de instagram) de donde encontrar el centro integral conociendome (ubicación)
- ✓ Diseño de post y historia (formato instagram) sobre tips para poder sobrellevar las cosas
- ✓ Diseño de post del dia internacional del autismo

# DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA EMPRESA

El Centro Integral Conociéndome se dedica a trabajar con niños, niñas y familias en situación de riesgo, exclusión o vulnerabilidad social y les ofrece una adecuada intervención educativa, terapéutica o integral con finalidad de posibilitar una mejora en el bienestar personal, familiar y social.

El Centro Integral Conociéndome cuenta con las siguientes especialidades ejercidas por un equipo profesional certificado para trabajar con niños, adolescentes y adultos

- Terapia TEA
- Evaluación Ados-2
- Asesoría familiar
- Trabajo deportivo como terapia
- Psicología [1]



El centro integral conociendome está bajo la dirección de la srita Jael Inge Lidl Braz quien se especializa en la psicología clínica además de administrar el Centro Integral Conociéndose, así mismo como las redes sociales del mismo.

# ORGANIGRAMA

---

---

Centro Integral Conociéndome



**Jael Inge Lidl Braz**

(Jefa de práctica)



Graciela Albornoz Inquiltupa

(Empleada/ yo)

# TRABAJOS REALIZADOS

## Análisis sobre el Centro Integral Conociéndome

Por petición de mi jefa de práctica, es que se decidió por realizar un análisis sobre el contenido que se podría implementar en lo que respecta a sus redes sociales como el instagram y facebook del centro integral.

Para realizar este análisis, primero se comenzó por hacer una búsqueda e investigación respecto a lo que son “tácticas de marketing y publicidad para redes sociales” en donde se rescató lo que podría serle de ayuda al Centro Integral Conociéndome.

En este análisis también se añadieron algunas propuestas de paletas de colores para utilizar en los futuros diseños de publicaciones para las redes sociales del centro integral, para llegar a estas se utilizó el programa Adobe Color en donde se hicieron pruebas con paletas de colores análogas y triadas.

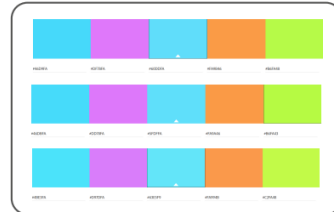
Por último, en el análisis también se añadió unos bocetos de diseños de algunas de las ideas que se tenía pensado convertir en publicaciones para el instagram y facebook del centro integral, las cuales fueron bien aceptadas para proseguir con la primera propuesta.

# ANÁLISIS

Instagram / Facebook

1.- Establecer un diseño, paleta de colores, tipografías (crear plantillas para reutilizar cada cuanto o para tener como base)

## PROPUESTAS DE PALETAS



## POR LAS QUE ME INCLINO MÁS:



Me inclino más por cualquiera de estas dos paletas, más la primera, ya que, teniendo variaciones de un mismo color se podría trabajar en capas y realizar plantillas simples pero bonitas y que esten de acuerdo con el centro clínico

### 1.- El contenido que se suba tiene que ser en su mayoría educativo cómo :

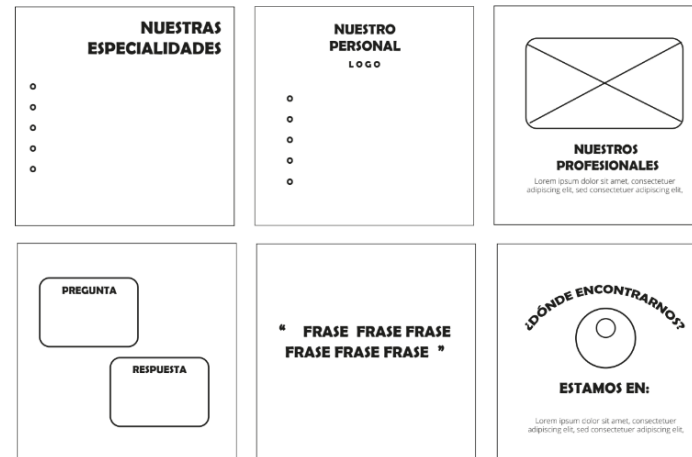
- Post's informativos
- Videos educativos
- Tips
- Enseñar los recursos que se tengan
- \*Publicidad sobre tu servicio

Esto va ayudar a generar más confianza sobre nuestro trabajo

### 2.- Ideas generales de contenido

- Post de los Horarios de atención (horas libres)
- Tips de cuidados personal o salud
- Post o video presentando a la empresa, sus empleados (a que se dedican), videos recorriendo la empresa abierta (un post al mes o cada cuanto)
- Post preguntas y respuestas (o en video), resuelto con contenido
- Post con información sencilla para no confundir (contenido educativo)
- Recomendaciones de productos
- Explicar en que ayuda cierto tratamiento o terapia

## PROPUESTAS (bocetos para dar una idea y una vez aceptados seguir con los que estaran con todo el diseño implementado y con los colores)



# ANÁLISIS



3.- Subir contenido siempre que se pueda (post, historias, reels, videos)

Se puede utilizar LATER (para planificar)

## APP RECOMENDADA



### Gestión de redes sin complicaciones

Mantén tu contenido al día y organizado con Later.  
Crea, edita y auto programa publicaciones cuando quieras

4.- Publicaciones para: **(plan de acción)**

- Personas que no nos conocen
- Convencer a personas que ya nos siguen
- Cierta audiencia que ya nos consume etc (recordarles el porque están con nosotros)

\*Utilizar hastags (ayudan a que el algoritmo, identifique el tema con el que trabajamos)

\* keyhole y hypeAuditor (App's para saber a que hora las personas suelen estar viendo nuestro contenido, para tener un horario de publicaciones)

## Propuesta 1

Primero se realizó una búsqueda sobre lo que es la asesoría familiar ya que que es una de las especialidades del centro integral conociendome, luego de esto, se optó por realizar un carrusel de tres imágenes en un formato post de instagram

También se realizó un diseño en formato post y historia de instagram para los horarios de atención, en estos se dejó un recuadro blanco en su centro debido a que los horarios del centro integral conociendome van cambiando con frecuencia por lo que se decidió dejarlo de esta forma para que el encargado de subir esta publicación pueda escribir encima de él los horarios correspondientes en el debido momento.

Por otro lado también se realizó un diseño en formato post y historia de instagram sobre donde encontrar el centro integral (su ubicación)

Se sugirieron algunas correcciones que se podrían implementar como un cambio en la tipografía de los títulos del carrusel y rellenar con algunos elementos decorativos los espacios que se encuentren muy vacíos.



# PROPUESTA 1

## ¿SABES QUÉ ES LA ASESORÍA FAMILIAR?



Illustration of a diverse family with children and a dog.

El propósito del asesoramiento familiar es brindar a las familias criterios de funcionamiento tanto para las situaciones normales de la dinámica familiar como para cuando se presenten problemas que dificulten la consecución de objetivos como lo son, superar los conflictos cotidianos que se pueden generar en la dinámica intra y extra familiar.

Se la reconoce como un ámbito al que acudir para el asesoramiento, el apoyo, la contención y guía en cuestiones que preocupan dentro del contexto familiar.



“ Todo proceso de curación, empieza en tu interior ”

Para agendar una cita, comunicarse a través de:  
 +56959969148

## HORARIOS DE ATENDIMIENTO

*La semana*



## ¿DONDE ENCONTRARNOS?



ESTAMOS EN:

Calle Lautaro #487  
por 18 de Septiembre



# PROPUESTA 1



**HORARIOS DE ATENDIMIENTO**  
*La semana*



**¿DONDE ENCONTRARNOS?**



**ESTAMOS EN:**

Calle Lautaro #487  
por 18 de Septiembre



**HORARIOS DISPONIBLES**  
*La semana*



## Propuesta 2 y Nuevos diseños

En la segunda propuesta se realizaron las correcciones sugeridas, como también se realizaron nuevos diseños de publicaciones, como un diseño en formato post y historia de instagram sobre las redes por las que se puede contactar al centro integral conociendome

Como nuevo diseño, también se realizó un nuevo carrusel de tres imágenes en formato post de instagram en el cual de igual forma que en el primer carrusel, se tuvo que realizar una búsqueda antes sobre cómo funciona la terapia TEA (en este caso)

Y también se realizaron dos diseños en formatos post de instagram con frases de apoyo para el centro integral conociendome

# PROPUESTA 2

## ¿SABES QUÉ ES LA ASESORÍA FAMILIAR?



El propósito del asesoramiento familiar es brindar a las familias criterios de funcionamiento tanto para las situaciones normales de la dinámica familiar como para cuando se presenten problemas que dificulten la consecución de objetivos como lo son, superar los conflictos cotidianos que se pueden generar en la dinámica intra y extra familiar.

Se la reconoce como un ámbito al que acudir para el asesoramiento, el apoyo, la contención y guía en cuestiones que preocupan dentro del contexto familiar.

El propósito del asesoramiento familiar es brindar a las familias criterios de funcionamiento tanto para las situaciones normales de la dinámica familiar como para cuando se presenten problemas que dificulten la consecución de objetivos como lo son, superar los conflictos cotidianos que se pueden generar en la dinámica intra y extra familiar.

Se la reconoce como un ámbito al que acudir para el asesoramiento, el apoyo, la contención y guía en cuestiones que preocupan dentro del contexto familiar.



“ Todo proceso de curación, empieza en tu interior ”

Para agendar una cita, comunicarse a través de:  
 +56959969148

## HORARIOS DE ATENDIMIENTO

*La semana*



## ¿DONDE ENCONTRARNOS?



ESTAMOS EN:

Calle Lautaro #487  
por 18 de Septiembre



# PROPUESTA 2



**HORARIOS DE ATENDIMIENTO**  
*La semana*



**HORARIOS DISPONIBLES**  
*La semana*



**¿DONDE ENCONTRARNOS?**



**ESTAMOS EN:**

Calle Lautaro #487  
por 18 de Septiembre



# NUEVOS DISEÑOS

**¿QUÉ BUSCA LA TERAPIA PARA EL TEA?**

Los tratamientos para el trastorno del espectro autista (TEA) buscan reducir los síntomas que interfieren en el funcionamiento diario y la calidad de vida. El TEA afecta a cada persona de manera distinta, lo que significa que las personas con TEA tienen fortalezas y desafíos únicos y distintas necesidades de tratamiento. Por lo tanto, los planes de tratamiento generalmente incluyen varios profesionales y son adaptados a la persona.

Los tratamientos se pueden dar en entornos de educación, de salud, de la comunidad, en el hogar, o en una combinación de entornos. A medida que las personas con TEA salen de la escuela secundaria superior y se van haciendo adultas, recibir servicios adicionales que puede ayudarlas a mejorar su salud y funcionamiento diario, y facilitar su participación social y comunitaria. Algunas podrían necesitar ayuda para continuar con su educación, completar capacitación laboral, encontrar empleo y conseguir vivienda y transporte.

“ La inclusión es la llave que abre las puertas a las personas con autismo para un mundo más justo e igualado ”

Para agendar una cita, comunicarse a través de:

+56959969148

### CONTÁCTANOS

+56 959969148

@centro\_integral\_conociendome

Centro Integral Conociéndome

“ Para conservar el equilibrio, debemos mantener unido lo interior y lo exterior, lo visible y lo invisible, lo conocido y lo desconocido, lo temporal y lo eterno, lo antiguo y lo nuevo ”

Para agendar una cita, comunicarse a través de:

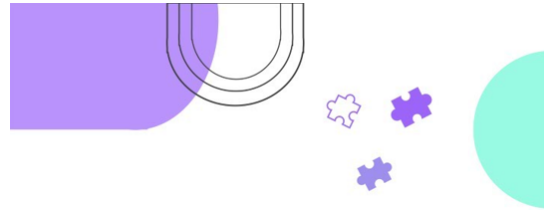
+56959969148

“ Una mente calmada trae fortaleza interna y autoestima, eso es muy importante para la salud mental ”

Para agendar una cita, comunicarse a través de:

+56959969148

# NUEVOS DISEÑOS



## CONTÁCTANOS

+56 959969148

@centro\_integral\_conociendome

Centro Integral Conociéndome



## Propuesta 3 y Nuevos diseños

En la tercera propuesta se realizaron algunas pequeñas correcciones en los diseños anteriores, como ennegrecer algunas partes de los textos de los carruseles con el propósito de captar más la atención del público y convencerlos a quedarse a ver el resto del carrusel, también se realizaron algunos ajustes de algunos de los elementos estéticos que formaban parte de algunos de los diseños. También se añadieron algunos colores a algunos de los diseños anteriores con el fin de hacerlos destacar más.

Por otro lado, además de añadir estas correcciones también se realizó un nuevo carrusel que al igual que en los demás, se tuvo que realizar una búsqueda de información acerca de lo que es la evaluación ADOS-2 en este caso, a esta no se le realizaron nuevas correcciones ya que, fue aceptada de forma inmediata por parte de mi jefa de práctica al igual que las demás que ya se encontraban con las correcciones sugeridas.v



# PROPUESTA 3



## ¿SABES QUÉ ES LA ASESORÍA FAMILIAR?



El propósito del asesoramiento familiar es brindar a las familias criterios de funcionamiento tanto para las situaciones normales de la dinámica familiar como para cuando se presenten problemas que dificulten la consecución de objetivos como lo son, **superar los conflictos cotidianos que se pueden generar en la dinámica intra y extra familiar.**

Se la reconoce como un ámbito al que acudir para el asesoramiento, el apoyo, la contención y guía en cuestiones que preocupan dentro del contexto familiar.



El propósito del asesoramiento familiar es brindar a las familias criterios de funcionamiento tanto para las situaciones normales de la dinámica familiar como para cuando se presenten problemas que dificulten la consecución de objetivos como lo son, **superar los conflictos cotidianos que se pueden generar en la dinámica intra y extra familiar.**

Se la reconoce como un ámbito al que acudir para el asesoramiento, el apoyo, la contención y guía en cuestiones que preocupan dentro del contexto familiar.



“ Todo proceso de curación, empieza en tu interior ”

Para agendar una cita, comunicarse a través de:

 +56959969148

## ¿DONDE ENCONTRARNOS?



ESTAMOS EN:

Calle Lautaro #487  
por 18 de Septiembre



## CONTÁCTANOS

 +56 959969148

 @centro\_integral\_conociendome

 Centro Integral Conociéndome



“ Una mente calmada trae fortaleza interna y autoestima, eso es muy importante para la salud mental ”

Para agendar una cita, comunicarse a través de:

 +56959969148

# PROPUESTA 3



**¿QUÉ BUSCA LA TERAPIA PARA EL TEA?**

Logo: Centro Internacional Convulsión



**Los tratamientos para el trastorno del espectro autista (TEA) buscan reducir los síntomas que interfieren en el funcionamiento diario y la calidad de vida.**

El TEA afecta a cada persona de manera distinta, lo que significa que las personas con TEA tienen fortalezas y desafíos únicos y distintas necesidades de tratamiento. Por lo tanto, los planes de tratamiento generalmente incluyen varios profesionales y son adaptados a la persona.

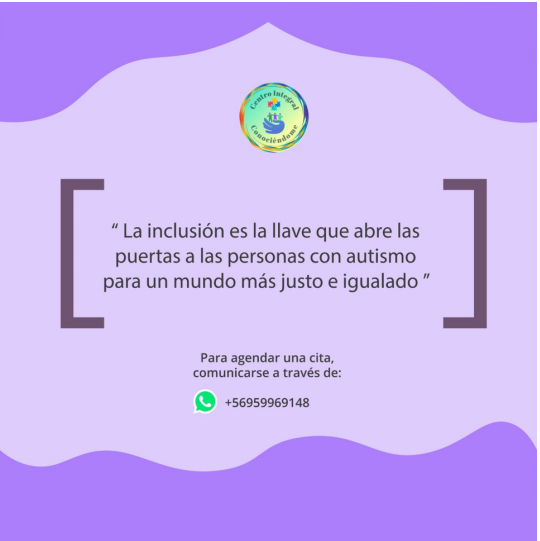
Logo: Centro Internacional Convulsión



**Los tratamientos se pueden dar en entornos de educación, de salud, de la comunidad, en el hogar, o en una combinación de entornos.** A medida que las personas con TEA salen de la escuela secundaria superior y se van haciendo adultas, recibir servicios adicionales que puede ayudarlas a mejorar su salud y funcionamiento diario, y facilitar su participación social y comunitaria.

Algunas podrían necesitar ayuda para continuar con su educación, completar capacitación laboral, encontrar empleo y conseguir vivienda y transporte.

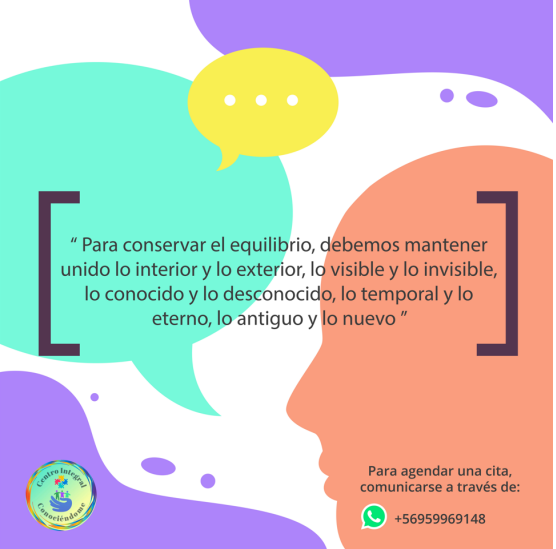
Logo: Centro Internacional Convulsión



**“ La inclusión es la llave que abre las puertas a las personas con autismo para un mundo más justo e igualado ”**

Para agendar una cita, comunicarse a través de:  
+56959969148

Logo: Centro Internacional Convulsión



**“ Para conservar el equilibrio, debemos mantener unido lo interior y lo exterior, lo visible y lo invisible, lo conocido y lo desconocido, lo temporal y lo eterno, lo antiguo y lo nuevo ”**

Para agendar una cita, comunicarse a través de:  
+56959969148

Logo: Centro Internacional Convulsión



**HORARIOS DE ATENCIÓN EN**  
*La semana*

Logo: Centro Internacional Convulsión

# PROPUESTA 3

**¿DONDE ENCONTRARNOS?**



**ESTAMOS EN:**


Calle Lautaro #487  
por 18 de Septiembre



**HORARIOS DE ATENCIÓN EN**  
*La semana*



**HORARIOS DISPONIBLES EN**  
*La semana*



# PROPUESTA 3

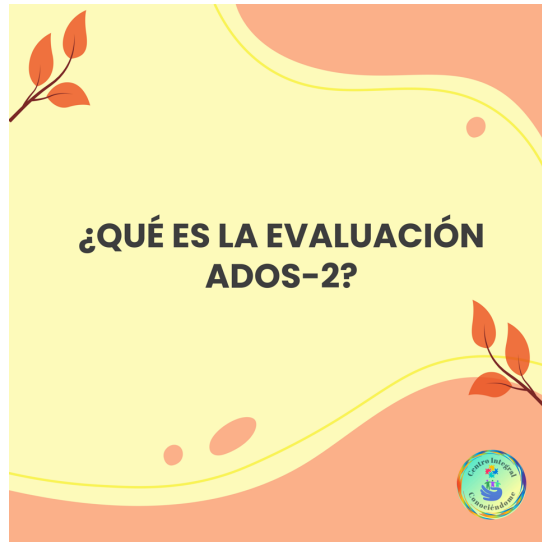


## CONTÁCTANOS

-  +56 959969148
-  @centro\_integral\_conociendome
-  Centro Integral Conociéndome



# NUEVOS DISEÑOS



## ¿QUÉ ES LA EVALUACIÓN ADOS-2?



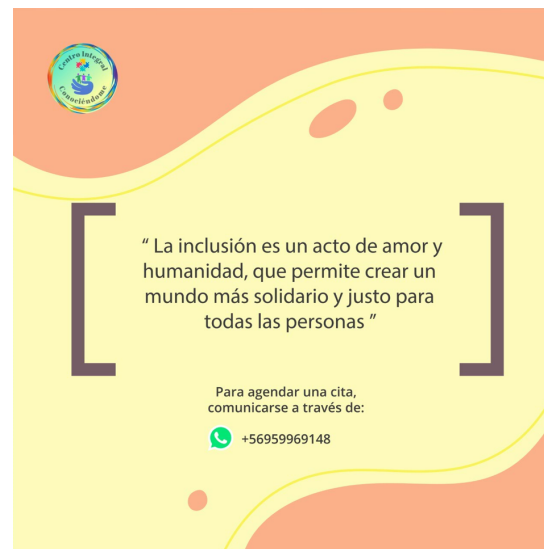
El test ADOS-2 es una escala de diagnóstico específica para el autismo que permite la evaluación de la **comunicación, interacción social, el uso imaginativo de objetos e incluso el juego**.

El test ADOS-2 está diseñado para personas desde los 12 meses de edad. Entre 12 y 30 meses el test entrega un rango de preocupación mientras que para personas sobre los 31 meses entrega un diagnóstico.



El test ADOS-2 debe ser aplicado por alguien con experiencia en personas con autismo y **que esté certificado para tomarlo**. Es una escala de evaluación compleja y amplia, ya que, depende de entender el comportamiento del paciente en distintas facetas de su vida.

La escala de observación **consiste en 5 módulos** donde cada uno de éstos está destinado a ser aplicados a personas de acuerdo a su edad cronológica y un nivel de lenguaje determinado.



“ La inclusión es un acto de amor y humanidad, que permite crear un mundo más solidario y justo para todas las personas ”

Para agendar una cita,  
comunicarse a través de:

 +56959969148

## Propuesta 4 (Nuevos diseños)

Para finalizar con los diseños de posts y historias (Formatos de instagram), se optó por realizar dos diseños que se habían enseñado como bocetos en el análisis de un inicio, uno de ellos es sobre las especialidades del centro integral Conociéndome y el otro es sobre un recordatorio diario.


También se añadieron dos diseños de post más, uno de ellos es sobre Tips para una buena salud mental en donde se decidió añadir una fotografía al programa de illustrator, mientras que en el segundo diseño se decidió hacerlo sobre el Dia Internacional del Autismo, donde de igual forma que en el primero, se decidió por utilizar una fotografía.

# Propuesta 4 (Nuevos diseños)




### TIPS PARA UNA BUENA SALUD MENTAL

- Procura descansar correctamente o darte descansos luego de estar enfocado haciendo algo
- Pasa mas tiempo con las personas que quieres y te hacen sentir bien, ayuda a mejorar el bienestar personal
- Procura darte un tiempo para comer, es recomendable evitar los azúcares, el alcohol o la cafeína
- Colocate una meta, fíjate diariamente objetivos que puedas alcanzar y aquellas prioridades que desees lograr. Reconoce tus logros y esfuerzos
- Pide ayuda cuando lo necesites, se sincero contigo mismo y solicita ayuda de un especialista cuando te sientas mal



### NUESTRAS ESPECIALIDADES

-  Terapia TEA
-  Psicología
-  Evaluación Ados-2
-  Trabajo deportivo como terapia
-  Asesoría familiar

Para agendar una cita, comunicarse a través de:  
 +56959969148

### ¡FELIZ DÍA INTERNACIONAL DEL AUTISMO!



Recuerda que el cambio de rutinas y otros factores afecta de manera especial a los niños y adolescentes con autismo. Por ello, debemos comprender su realidad y facilitarles apoyo.

Procura ser creativo a la hora de crear juegos o proyectos que los mantengan focalizados en esa afición en particular.



### RECORDATORIO

#### Diario



- ✓ Disfruta de algo que te gusta
- ✓ Realiza ejercicios de respiración
- ✓ Proyecta pensamientos positivos

OKAY



# EXPERIENCIAS ADQUIRIDAS

## Conocimientos técnicos adquiridos

- En esta primera práctica laboral, logre adquirir algunos conocimientos sobre tácticas de marketing y publicidad para redes sociales ya que, para realizar el análisis sobre el centro integral conociendome, quise entregar una opinión, consejos y recomendaciones más profesionales por lo que, me informe mediante varios talleres gratis sobre marketing y publicidad para redes sociales en donde hallé varias ideas que se podrían implementar en centro integral, también hallé varios tips para el manejo de redes sociales para una empresa o pyme.

## Habilidades Interpersonales adquiridas

- Mis habilidades interpersonales adquiridas en esta primera práctica laboral fueron principalmente la organización de tiempos para rendir correctamente con la entrega de lo solicitado en la fecha acordada. Por otro lado, también aprendí a ser más autocrítico con mi trabajo y el saber recibir las sugerencias de correcciones de una forma más positiva porque es debido a estas en que yo pude ver cambios y mejoras con cada nuevo cada diseño que realizada para la empresa.



# CONCLUSIÓN

Durante los meses en los que trabajé para el Centro Integral Conociéndome, logre desarrollar nuevas habilidades que en un futuro me podran ayudar como diseñadora, así mismo, logre poner a prueba mis conocimientos adquiridos en la Carrera de Diseño Multimedia y a las vez pude reforzarlos con las nuevas habilidades aprendí durante mi estada como practicante en el centro integral Conociendome

Gracias a mi primera práctica laboral en el Centro Integral Conociéndome es que tuve la oportunidad de poder desempeñarme como Diseñadora Multimedial en un ambiente laboral real, lo cual me será de mucha ayuda en mi formación como Diseñadora Multimedial profesional en un futuro próximo.

# REFERENCIAS



[1] Instagram Centro Integral Conociéndome [https://www.instagram.com/centro\\_integral\\_conociendome/](https://www.instagram.com/centro_integral_conociendome/)

# ANEXOS

## Trabajos Realizados



<https://drive.google.com/drive/folders/1HkBxoUjA4NvdIVfm3ilUa0Ah919T71dU?usp=sharing>

## Bitacora



[https://drive.google.com/file/d/1qCg\\_AnXS21NUGUCvH0uvBBOhsaxqKHLc/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1qCg_AnXS21NUGUCvH0uvBBOhsaxqKHLc/view?usp=sharing)