Prensar
para sentir

Memoria Sistema - Producto

Fecha de elaboración: Mayo 2025

Memoria del sistema producto - Proyecto de grado.
"Prensar para sentir" Pontificia Universidad Javeriana Cali.
Diseño de Comunicación Visual.

Texto y diagramación
María Camila Gonzalez Botero

Hecho en Cali, Colombia.

Pontificia Universidad JAVERIANA Cali

SOMOS TODOS

FACULTAD DE CREACIÓN Y HÁBITAT

Páginas por *explorar*

Tema....1
Justificación....2
Planteamiento....3
Objetivos....4
Expertos aliados....5
Usuarios....6
Proceso creativo....7
Descripción del sistema....8
Identidad visual....9
Kit de conexión y transformación....13
Experiencia guiada....15
Estrategia digital....16
Validación....17
Resultados....18
Agradecimientos....19
Referencias....20

Una pausa *para sentir*

¡Holaa! Este proyecto es una invitación a detenerse, observar y sentir. A través del prensado botánico, se construye un sistema que entrelaza naturaleza, creatividad y bienestar emocional.

Aquí no solo descubrirás un producto de diseño, sino una experiencia que transforma lo cotidiano en ritual, lo efímero en memoria, y lo creativo en emoción.

Prensar para sentir es una propuesta sensible y consciente, pensada para reconectar con lo esencial: lo natural, lo emocional, lo humano.

Cuándo el ruido se vuelve *cotidiano...*

Al hablar de salud mental y conexión con la naturaleza no hablamos de dos temas separados. Hablamos, en realidad, de una misma raíz que atraviesa el cuerpo, la mente y el entorno. Actualmente, la salud mental se tambalea, y la conexión con la naturaleza se desvanece.

En Colombia, el 66,3% de las personas afirma haber enfrentado algún problema de salud mental en su vida (*Minsalud, 2023*). En mujeres jóvenes, esta cifra asciende al 74,5%, reflejando un paisaje emocional frágil, especialmente en quienes habitan entornos urbanos cada vez más desconectados de lo natural..

Vivimos inmersos en rutinas que nos exigen velocidad, productividad y desconexión. El afuera se llena de pantallas y concreto, y el adentro se vuelve cada vez más difícil de habitar. ¿Cuándo fue la última vez que observamos nuestro alrededor sin prisa, que nos detuvimos a ver sus formas, a contemplarlo, a conectar, simplemente estar?

Edward O. Wilson (1989) define la biofilia como esa tendencia innata de los seres humanos a sentirse identificados con la naturaleza. Es una memoria ancestral que vive en nuestros cuerpos, aunque muchas veces la hayamos silenciado. Y sin embargo, en el ritmo actual del mundo, esa conexión parece perderse, ignorada entre notificaciones y agendas.

Este proyecto surge para preguntarse: ¿y si prensar una flor pudiera ayudarnos a reencontrar el equilibrio? ¿Y si una actividad creativa pudiera devolvernos la calma?.

Hacia donde apunta *este proyecto*

Objetivo general

Desarrollar una estrategia a través de un enfoque experiencial que relacione el prensado botánico como un medio creativo para favorecer el reconocimiento de la biofilia y su conexión con el bienestar emocional.

Objetivos específicos

- Analizar la relación entre la biofilia y el bienestar emocional, identificando su importancia en la actualidad y su impacto en la calidad de vida.
- Investigar el prensado botánico como una práctica creativa y terapéutica, explorando sus beneficios en la conexión con la naturaleza.
- Diseñar una experiencia que utilice el prensado botánico como una práctica creativa para favorecer el reconocimiento de la biofilia y su relación con el bienestar emocional.

Voces de la *experiencia*

Nada florece solo. Por eso, este proyecto, que busca reconectar con la naturaleza desde lo sensible, también fue nutrido por expertas que han hecho del “buen vivir” y del “crear con propósito” su filosofía de vida.

Marcela - Biofílica

Biofílica es un estudio de diseño botánico en Cali que promueve el “buen vivir” a través de la integración de plantas en la vida cotidiana. **Su experiencia inspiró la conexión entre biofilia y prensado botánico, y validó el potencial de esta práctica como una herramienta emocional.**

María Camila Díaz

Psicoterapeuta y coach creativa, quién ha hecho de la introspección y la creatividad sus principales herramientas terapéuticas. **Su enfoque humanista aportó profundidad al diseño de la experiencia, resaltando el valor de la creatividad y la naturaleza como vehículo para el bienestar emocional.**

Usuario Objetivo

Mujeres jóvenes y adultas entre los 19 y 54 años, sensibles al bienestar emocional y abiertas a prácticas creativas.

Buscan espacios de pausa, conexión interior y expresión a través de lo manual. Ven en la naturaleza una aliada emocional y en el arte, una forma de cuidado.

Usuario Potencial

Personas diversas, jóvenes y adultos que tal vez no partan del interés por la naturaleza o el bienestar.

Sin embargo, se acercan por curiosidad, deseo de compartir, o búsqueda de nuevas formas de habitar su cotidianidad. Son exploradores emocionales en potencia.

Quienes buscan *reconectar*

Este proyecto no fue pensado para un perfil ideal, sino para personas reales: Aquellas que, en medio del ruido cotidiano, sienten el deseo o la necesidad de reconectar consigo mismas y con lo natural.

Herbarium
Metodología

Design thinking + DCU

El Prensado
(Definición del problema y Oportunidades)

Definición del problema, oportunidades, mapas de empatía, arquetipos

La Preservación
(Prototipado y Validación)

Prototipado, validación con usuarios, feedback, ajustes y mejoras

La Recolección
(Investigación y Comprensión)

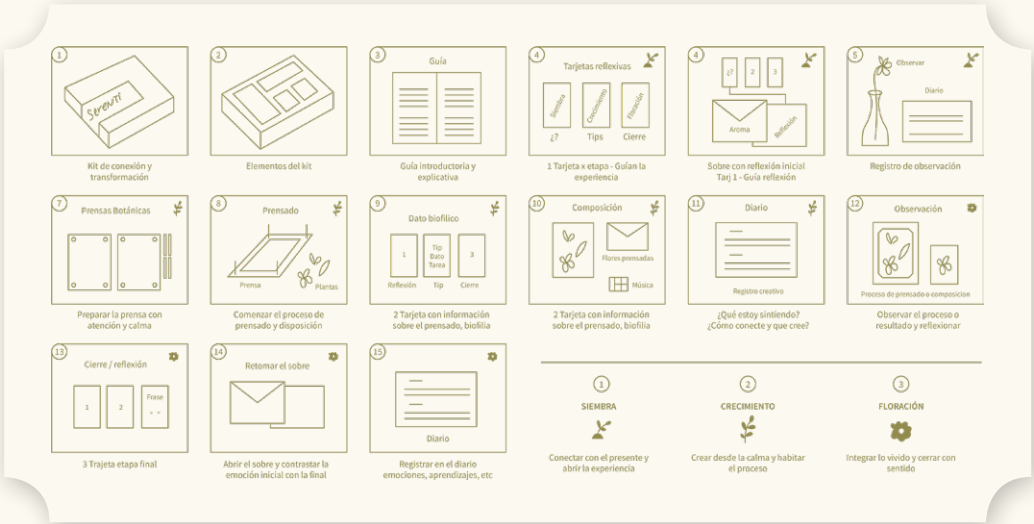
Investigación, entrevistas, encuestas, observación

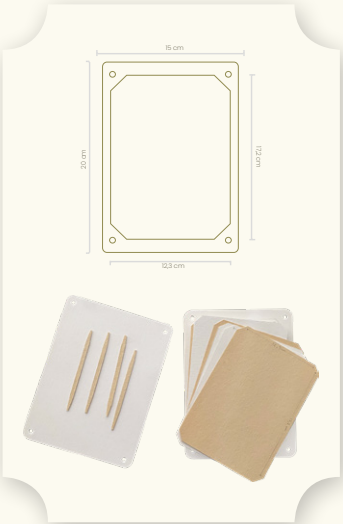
La Composición
(Conceptualización e Ideación)

Exploración, ideación, lluvia de ideas, moodboard

Proceso de *creación*

El proceso creativo fue un ejercicio de exploración. Las decisiones sobre tamaños, materiales y formas buscaron generar una experiencia cercana y significativa.





Este sistema esta diseñado para integrar lo visual, lo sensorial y lo emociona guiando un recorrido de conexión con la naturaleza y con uno mismo.

Kit de conexión y transformación

- Prensa botánica
- Guía de experiencia
- Tarjetas guía
- Diario
- Sobre

Identidad Visual

Concepto de marca, identidad visual, elementos gráficos, aplicaciones.

Experiencia

El kit ofrece una experiencia guíada para realizar de manera individual o grupal.

Comunicación

Contenido digital para difusión y tips, datos, consejos para que se continué forma autónoma.

Sistema *producto*

Identidad *visual*

Del nombre al símbolo

Serentí nace de la unión entre "ser" y "en ti", como una invitación a reconectar con uno mismo. Su identidad visual, inspirada en lo botánico, combina una flor en crecimiento (representando los procesos naturales, creativos y emocionales)con una paleta cálida y natural, reflejando transformación, calma y conexión interior.

Variaciones

Serentí

Serentí

Construcción

Gama Cromática

HEX: #c3be6c
RGB: 195, 190, 108
CMYK: 29, 17, 67, 2

HEX: #918b51
RGB: 145, 139, 81
CMYK: 41, 31, 71,20

HEX: #fcfaf0
RGB: 225, 250, 240
CMYK: 2, 1, 8, 0

HEX: #c78c8f
RGB: 199, 140, 143
CMYK: 20, 50, 33, 6

HEX: #e4c8ba

HEX: #66613a

HEX: #ede4df

Tipografías

Zt Neue Ralewe

Aa Bb Cc

Source Sans Variable

Aa Bb Cc

Manual de marca Serentí

Kit de conexión & *transformación*

Pensado como un ritual cotidiano, el kit invita a reconectar con la naturaleza y con uno mismo a través de una experiencia sensorial y reflexiva. **Incluye una prensa botánica, un diario de registro, cartas guía para acompañar cada etapa, un sobre con intención aromática y una guía ilustrada.**

Cada elemento está diseñado para facilitar el proceso de prensado floral mientras despierta la calma, la observación y la introspección.

Prensar
para
sentir
Cartas para
Sentir
Arma tu
Serenti
¡Hola!
Kit de Conexión &
Transformación

Experiencia *guiada*

Objetivo: Facilitar una experiencia creativa, reflexiva y sensorial que despierte la observación, calma, concentración y conexión personal con la naturaleza a través del prensado botánico, favoreciendo el bienestar emocional desde una práctica cotidiana y accesible.

Etapa	*Objetivo*	*Acciones*	*Elementos*
	Conectar con el presente y abrir la experiencia	Observar, oler, escribir intención, activar la presencia	• Sobre con intención (aroma) • Tarjeta de Siembra • Diario
	Crear desde la calma y habitar el proceso	Prensar con intención, registrar, observar, fluir	• Prensa botánica • Tarjeta de Crece • Flores • Música (auditivo)
	Integrar lo vivido y cerrar con sentido	Observar el proceso/ resultado, reflexionar y conectar	• Tarjeta de Florece • Diario • Sobre inicial

Comunicación *digital*

Propósito

Usar las redes sociales como puente para:

- Promover y difundir el kit de manera emocional y visual.
- Educar sobre la biofilia, el bienestar y el prensado botánico.
- Acompañar la experiencia del usuario con contenidos que le permitan continuarla de forma autónoma.

Habitando la *experiencia*

Mejora en la guía de armado de la prensa, detallar paso a paso

Añadir explicación del proceso de prensado (preparación de las flores)

Mejorar la guía de experiencia explicando como se utiliza cada elemento del kit

"Me gustó mucho, la experiencia te lleva a concentrarte tanto en la actividad y estar en presencia que olvidas por un momento las cargas y preocupaciones que tienes"

"Bastante disfrutable, nunca había hecho una actividad similar, pero me sirvió para abstraerme y descansar"

Aprender de lo *que florece*

El proyecto permitió materializar una estrategia sensible que entrelaza biofilia, creatividad y bienestar emocional en un sistema que va más allá del producto: Serentí se convierte en un ritual cotidiano de autocuidado y conexión natural.

Los resultados obtenidos evidencian que el diseño del kit, desde su identidad visual hasta los elementos que lo componen, fue percibido por los usuarios como una experiencia emocionalmente significativa, capaz de generar calma, introspección y refugio.

La validación confirmó su efectividad como herramienta de bienestar, destacando su impacto positivo y revelando oportunidades de mejora en el proceso de prensado, así como posibilidades de crecimiento y expansión futura del sistema.

A quienes construyeron *conmigo...*

Cada paso de este proyecto estuvo acompañado por el amor, la confianza y la paciencia de quienes caminaron conmigo. ***Gracias a mi familia y amigos****, por su guía, apoyo constante y palabras oportunas en cada etapa del camino.*

A mi directora, ***Diana Patricia Umaña****, gracias por su guía y su orientación clara, por acompañarme con sabiduría y confianza en cada decisión tomada.*

A ***Jere****, gracias por su paciencia infinita y presencia los días de caos y en los momentos de calma.*

Y especialmente, a mis padres, por su apoyo incondicional y por enseñarme con el ejemplo. Este proyecto es por ustedes y para ustedes.

Lo leído, lo citado
lo aprendido

Pacto Global Red Colombia. (n.d.). Encuesta revela desconexión de los colombianos con la biodiversidad antes de la COP16. https://www.pactoglobal-colombia.org/news/encuesta-revela-desconexion-de-los-colombianos-con-la-biodiversidad-antes-de-la-cop16.html

De Salud Y Protección Social De Colombia, M. (n.d.). Encuesta de Minsalud revela que el 66,3% de los colombianos declara haber enfrentado algún problema de salud mental. https://www.minsalud.gov.co/Paginas/66-porciento-de-colombianos-declara-haber-enfrentado-algun-problema-de-salud-mental.aspx

De Salud Y Protección Social De Colombia. (2022) Salud mental, problema de salud pública de la vida cotidiana. https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Salud-mental-problema-de-salud-publica-y-de-la-vida-cotidiana.aspx

Sánchez Miranda, M. P., & De La Garza González, A. (s. f.). Biofilia y emociones: su impacto en un curso de educación ambiental. Revista Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas. Recuperado 1 de marzo de 2023, de https://www.redalyc.org/pdf/5039/503950656008.pdf

Schwartz, S. (2024). Oshibana: Press your way into patience and harmony with this historical Japanese art form. Mother Earth News, 323, 34–37. https://research.ebsco.com/linkprocessor/plink?id=f31142a3-c39e-31b6-903c-42490f77c2b8.

World Health Organization: WHO. (2022, June 17). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response?utm_source=chatgpt.com

Prensar para sentir