

Explórate

el placer comienza en ti



Sistema estratégico





Explorate

el placer comienza en ti



Maria Alejandra Ruiz Diaz
Énfasis en identidad corporativa
y editorial

卷一

¿Alguna vez te has preguntado cómo
las personas con discapacidades físicas
motoras experimentan el placer?

Esta misma pregunta fue la chispa que
encendió este proyecto y dio vida a

Explorate

el placer comienza en ti





Bueno, pero... Explórate,
¿qué es exactamente?

En pocas palabras, Explórate es un juego diseñado para que todas las personas, independientemente de sus capacidades, puedan explorar su cuerpo, sus sensaciones y su bienestar emocional.

Más allá de eso, el tema surge de la experiencia personal de su creadora, Alejandra, una joven con discapacidad física motora que siempre ha estado interesada en el tema de la sexualidad, pero que nunca tuvo acceso a información adecuada sobre cómo explorarla de manera satisfactoria.

Y es así como se define la intención de abordar el tema de la exploración del placer en jóvenes con discapacidades motoras.

Objetivo de este Sistema estratégico

Informar sobre la importancia de la exploración del placer para el bienestar emocional de jóvenes con discapacidades motoras.

Antes de seguir... resaltemos dos puntos importantes de explórate...



Es un sistema pensado para que las personas con discapacidades motoras descubran el placer y el autoconocimiento de una manera accesible y sensorial.



El juego va más allá de lo físico y lo que se conoce como sexual, abordando el placer desde la conexión con uno mismo y el bienestar emocional.



Para esto dividámoslo en tres fases



¿De qué trata esta estrategia?

4 pág



¿Qué contiene y para qué sirve?

5 pág



¿Cómo jugar?

13 pág

1

¿De qué trata esta estrategia?

Es una estrategia de sensibilización para jóvenes con discapacidades motoras, cuyo objetivo principal es promover **el autoconocimiento del placer como vía hacia el bienestar emocional**.

Está basada en la idea de que el juego es una de las formas más efectivas

Estrategia

Procesos informativos
y experienciales

Objetivo

Además de educar, también
invitan a la acción y
reflexión personal.

Para aprender, permitiendo a los usuarios experimentar el contenido de manera lúdica y atractiva.

La estrategia guía al usuario a través de tres etapas clave:

1

Proceso Informativo

En esta fase, el juego introduce conceptos fundamentales sobre la exploración del placer mediante instrucciones claras y detalladas. Las cartas contienen actividades educativas diseñadas para que los jóvenes comprendan la relación entre el placer sensorial y el bienestar emocional de manera accesible y sencilla.

2

Proceso Experiencial

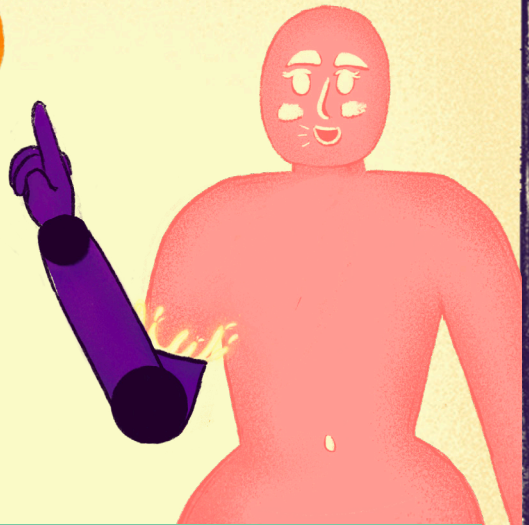
A medida que los usuarios avanzan en el juego, experimentan de forma práctica lo aprendido en la etapa informativa. Las dinámicas del juego permiten la activación de los sentidos y fomentan el autoconocimiento a través de la interacción con las diferentes actividades propuestas en el tablero.

3

Reflexión y Autonomía

El juego no solo educa, sino que también invita a la reflexión. Cada actividad proporciona un espacio para que los usuarios piensen sobre sus preferencias y emociones, promoviendo una mayor conciencia sobre cómo el placer contribuye a su bienestar emocional. A medida que avanzan, los jóvenes desarrollan autonomía y construyen su propio conocimiento a través de una exploración cada vez más autodirigida.

Ahora que ya entiendes nuestra estrategia, veamos que trae el juego



2

¿Qué contiene y para qué sirve?

Tablero de juego

Representa el camino que seguirás. En diferentes casillas, encontrarás símbolos y mensajes que guiarán tus acciones.



Cartas

El juego parte de 44 cartas que están divididas en tres grupos de diferentes:



Grupo 1

Los retos (22 cartas)

Este grupo tiene Actividades sensoriales y ejercicios de respiración, con el objetivo de que explores de forma física tu placer.



Anverso



Reverso

¿Y las cartas como están compuestas?

En cada grupo va cambiando, ya vas a ir viendo...



Recuerda

Es la primera sección de estas cartas, donde se inicia invitando al usuario a estar dispuesto con los retos

Ilustración

Crean una idea de lo que trata el reto, junto con el nombre del reto.

Instrucciones

Se dan las indicaciones para realizar el reto que la carta propone

Pregunta de reflexion

Ya en la última parte de la carta se cierra con una pregunta para reflexionar sobre lo que se hizo en el reto

Grupo 2

Las preguntas (12 cartas)

En este grupo hay Preguntas que te invitan a cuestionarte, a pensar gustos o deseos que tienes sobre el placer.



Anverso



Reverso



Ilustración

La carta inicia con una ilustración que crea una idea de lo que va a tratar la pregunta.

Nombre de pregunta

Al igual que la ilustración este título da una idea del tema a tocar.

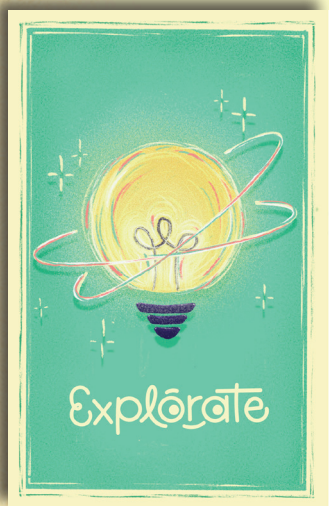
Pregunta curiosa

Ya la parte principal de la carta son las preguntas donde invitan a los usuarios a cuestionarse diferentes temas.

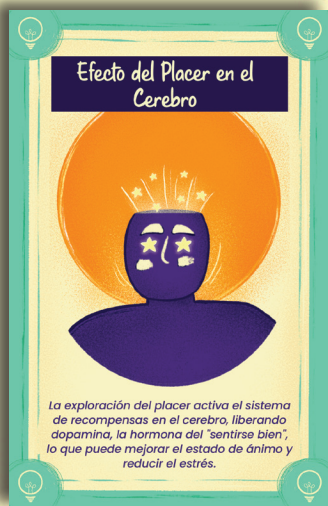
Grupo 3

Los datos curiosos (10 cartas)

Este grupo contiene Información curiosa y educativa sobre el placer y sus beneficios en el bienestar.



Anverso



Reverso

Objetos sensoriales

El juego trae diferentes objetos para que los usuarios se motiven a realizar los retos propuestos por las cartas del grupo 1, que te invitan a explorar tus sentidos de manera lúdica y a descubrir nuevas sensaciones.

En esta edición de Explorate, el juego trae 5 objetos diferentes:



Tres aceites corporales con aromas diferentes



Amaderado



Coco

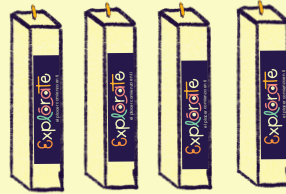


Naranja

Estos tres aceites funcionan para explorar tanto el tacto como el olfato.



4 velas mini



Las velas sirven para explorar varios sentidos, como la vista el olfato y aunque con mucha precaución el tacto.



1 Brocha



Este objeto ayuda a explorar el sentido del tacto



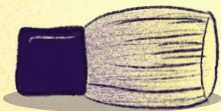
1 bolsa con canicas



Esta bolsa ayuda a explorar el tacto y el oído



1 brocha



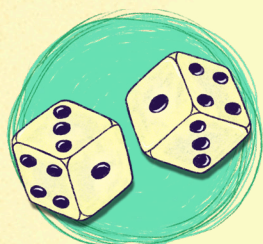
La brocha ayuda a explorar el sentido del tacto

La idea de que son objetos que podemos tener en casa, es para que no se cohiban a seguir experimentando con otras cosas.



Fichas de personaje y dados

El juego viene con 4 personaje que cumplen la función de representar al jugador para avanzar en el tablero y también vienen dos dados que te indican cuántas casillas avanzar.



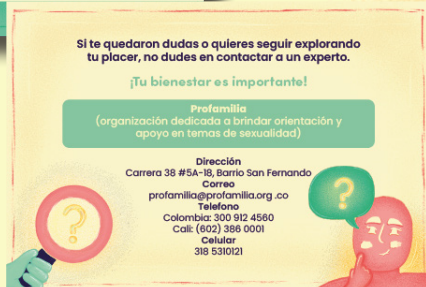
Sobre secreto

El juego incluye un sobre el cual tiene como indicación no abrirse hasta llegar al final del juego, el cual contiene un mensaje para el jugador.



Anverso

La información de esta cara de la tarjeta, es un mensaje felicitando al jugador por haberse permitido explorar su placer e invitándolo a que se premie con un momento íntimo con el mismo.



Reverso

En este lado se comparte información sobre líneas de atención con profesionales, para quienes hayan quedado con dudas sobre el tema o deseen profundizar más sobre el tema con expertos.

Manual de instrucciones

Para lograr con su objetivo, el juego incluye un manual dividido en tres fases, inicia explicando que trae el juego, como prepararse para jugar y por ultimo la explicación detallada de como jugar.



Portada

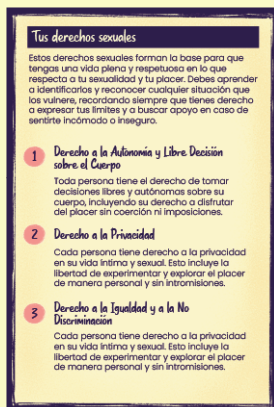


Contraportada

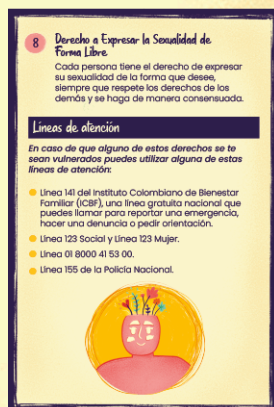
Ademas, por cuestiones de prevención y al ser un tema importante y sensible, el manual incluye una sección de derechos sexuales y líneas de atención.



Portadilla para separarla sección, para que resalte y se le de atención.



Introducción y 8 derechos que se les podría llegar a vulnerar a los jugadores.



Líneas de atención en caso de que alguno de los derechos sean vulnerados.



Bueno, pero y... ¿todo esto como me lo entregan?

Caja

Todo el contenido viene organizado en una caja de tamaño medio, diseñada para ser fácilmente transportable. Los objetos están separados en bolsas individuales, con el objetivo de que, después de haber experimentado el juego, puedan seguir utilizándolos y llevarlos a donde deseen.



¡Listo! ahora vamos a la parte de empezar a jugar



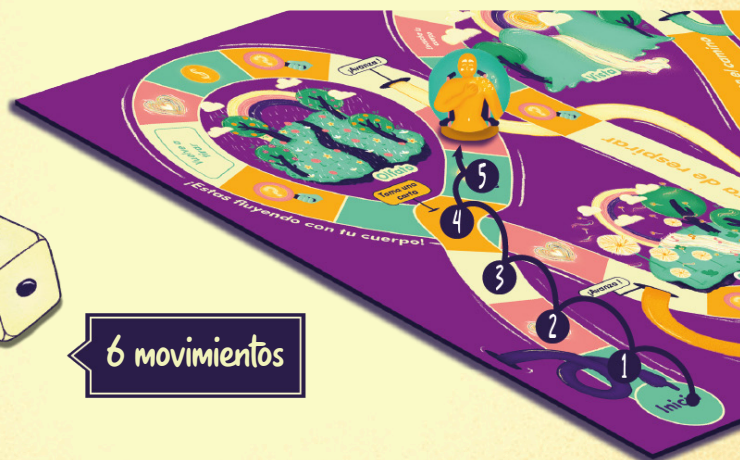
3 ¿Cómo jugar?

Para avanzar en el Tablero

Lanza el dado y mueve tu ficha el número de casillas correspondiente.



6 movimientos



Acciones en las Casillas

Cuando termines en los diferentes símbolos de las casillas debes realizar las acciones correspondientes a cada una.



Retos

Escoger una carta al azar del grupo retos.



Avanza

Se debe mover la ficha hasta la casilla que la mano indique.



Preguntas

Escoger una carta al azar del grupo pregunta.



Frases

Estas casillas muestran frases para tomar una pausa antes del siguiente tiro.



Datos

Escoger una carta al azar del grupo datos curiosos.



Atajo

Se debe seguir avanzando por el nuevo camino que te ayuda a cortar camino.



Comodín

Se puede escoger cualquier carta de los tres grupos.



Acciones

Aquí se cambian los movimiento o acción a realizar, al caer en ella se debe hacer lo que indica.



Toma una carta

Al igual que el comodín en esta casilla puedes escoger cualquier carta de los tres grupos.

Fin del juego

Una vez que llegues al final del tablero ¡es momento de abrir el sobre! Este contiene un mensaje especial para cerrar la experiencia de juego y celebrar lo que descubriste en el camino.

Aquí es donde se abre el sobre que ya e habia mencionado



Por último...

Se realizaron tres poster promocionales para el juego donde se resalta beneficio de explórate

La idea es que vayan ubicados en diferentes centros de salud

Explórate

¡Un viaje por tus sentidos!

Autoestima
Fortalece la confianza al explorar y valorar las propias sensaciones.

Bienestar
Ejercicios prácticos de los 5 sentidos.

Salud emocional
Fomenta la reflexión y la autocomprensión.

Autoexploración
Ideal para jugar solo o en pareja.

Juego de mesa diseñada para jóvenes con discapacidades motoras, que te permitirá, a través de tus sentidos, conocer mejor tu cuerpo y los pequeños placeres de la vida.

Explórate

¡Un viaje por tus sentidos!

Bienestar

Ejercicios prácticos de los 5 sentidos.

Autoexploración

Ideal para jugar solo o en pareja.



Autoestima

Fortalece la confianza al explorar y valorar las propias sensaciones.

Salud emocional

Fomenta la reflexión y la autocomprensión.

Juego de mesa diseñada para jóvenes con discapacidades motoras, que te permitirá, a través de tus sentidos, conocer mejor tu cuerpo y los pequeños placeres de la vida.

Explórate

¡Un viaje por tus sentidos!

Salud emocional

Fomenta la reflexión y la autocomprensión.

Bienestar

Ejercicios prácticos de los 5 sentidos.



Autoexploración

Ideal para jugar solo o en pareja.

Autoestima

Fortalece la confianza al explorar y valorar las propias sensaciones.

Juego de mesa diseñada para jóvenes con discapacidades motoras, que te permitirá, a través de tus sentidos, conocer mejor tu cuerpo y los pequeños placeres de la vida.

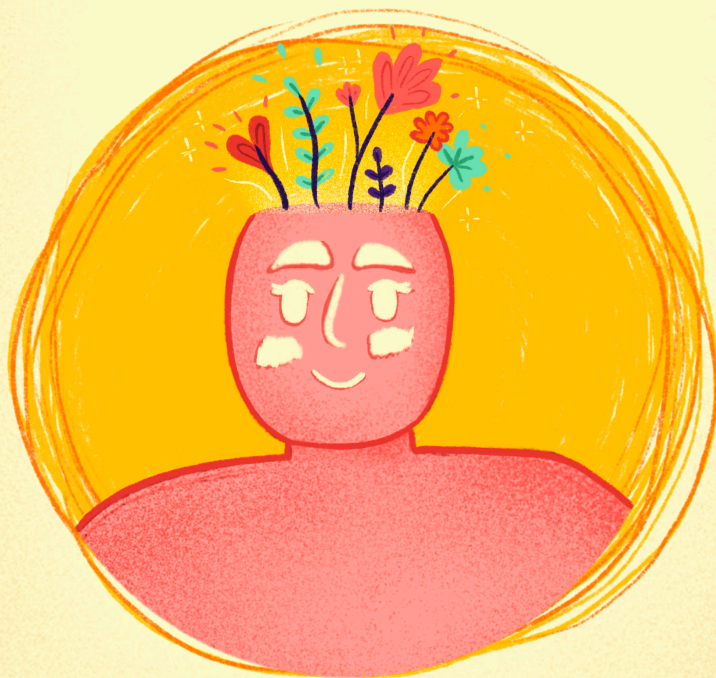
Agradecimientos

Quiero expresar mi más profundo agradecimiento a todas las personas que han sido parte de este camino y que, con su amor y apoyo, me han permitido llegar hasta aquí.

A mis padres, **Marisol Díaz y Adalberto Ruiz**, por ser un pilar inquebrantable en mi vida. Gracias por siempre creer en mí, por confiar en cada paso que he dado y por hacer todo lo posible para brindarme las oportunidades que me han traído hasta aquí. Si hoy alcanzo esta meta, es gracias a ustedes.

A **mi pareja**, por ser mi apoyo incondicional, mi refugio emocional y por acompañarme con paciencia y amor en cada etapa de este proceso. Tu presencia ha sido fundamental para seguir adelante.

A mis dos lucecitas, a mis sobrinos **Sami y Nico**, quienes iluminan mi vida. Gracias a ustedes, encontré la inspiración y la motivación para seguir creciendo, trabajando en mis proyectos y en mí misma.







Explorate

el placer comienza en ti