



Universidad Zaragoza

UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA

TRABAJO DE FIN DE GRADO

**Diseño de una aplicación para ayudar a los
adolescentes a mejorar su salud**

**App design for helping teenagers improving
their health**

SERGIO CUEVAS BERNAD

Director: Ignacio Gil Pérez

Grado en Ingeniería de Diseño Industrial y Desarrollo de Producto
2023

■ Resumen

En el siguiente proyecto, se aborda el proceso de diseño de un prototipo de aplicación móvil (app) para el público adolescente, que tiene el objetivo de mejorar distintos aspectos de su salud.

Para ello, se han establecido cinco fases, una fase de investigación donde se ha identificado un uso excesivo de las Redes sociales (RRSS) mediante la investigación de usuario, el estudio del mercado y las entrevistas. Una segunda fase de diseño donde se definen los requisitos necesarios para mejorar estas malas prácticas y una tercera donde se diseñan física y visualmente todos los elementos que compondrán las distintas pantallas. Finalmente en la cuarta fase, mediante un prototipo, se realiza un test para identificar los errores y poder adecuar el diseño al usuario.

La filosofía de diseño utilizada es la “User Centered Design” (UCD), la cual busca dar la mejor solución a los problemas que experimentan los usuarios finales, en el contexto del proyecto se comprueba de forma directa mediante las entrevistas y los Test de Usuario.

Este proceso concluye con un prototipo avanzado de una app que permite a los usuarios adolescentes, analizar sus hábitos de uso y crear retos que les permitan hacer un uso más reducido y consciente de las RRSS.

Este documento, muestra paso a paso todo el proceso desde el planteamiento del objetivo hasta el diseño final.

■ Índice

Introducción	5
Contexto	5
Objetivos y alcance	5
Planificación	6
Metodología	6
1 Información y análisis	7
Investigación de Usuario	8
Journey Map	8
Entrevistas	9
Conclusiones Investigación	12
Estudio de Mercado	13
Fabulous	13
Teen Ink	14
Space	15
Conclusiones Estudio de Mercado	17
Discusión y selección	18
2 Diseño conceptual y lógico	19
Definición del concepto	20
Diseño lógico	21
3 Diseño Físico y Visual	23
Wireframes	24
Guía de estilo	25
Mockups	26
4 Test de usuario	27
Test de Guerrilla	28
Test de usabilidad	30
5 Diseño Final	34
Resultado	35
Conclusiones	36
Valoración personal	37
Índice de elementos auxiliares	38
Bibliografía	40

Anexos	41
Anexo A Estudio Persona	43
Anexo B Valoración	47
Anexo C Entrevistas	48
Adolescente 1	48
Adolescente 2	48
Profesional de la salud	49
Profesional de la educación	49
Anexo D Estudio de Mercado	51
Fabulous	51
Teen Ink	54
Space	56
Anexo E Funciones	58
Anexo F Inventario	60
Anexo G Wireframes	66
Anexo H Guía de estilo	79
Anexo I Mockups	82
Anexo J Test de Guerrilla	87
Descripción	87
Resultados y cambios	89
Anexo K Test de usabilidad	95
Descripción	95
Resultado	98
Conclusiones	103
Cambios	105
Glosario	109

00

■ Introducción

Contexto

Objetivo y alcance

Estudio de Mercado

Metodología

■ Introducción

Contexto

La salud es un concepto abstracto cuya definición ha variado con el tiempo; actualmente la salud se concibe gracias a la definición aportada por la OMS en 1946 como “un estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” eliminando su concepción previa en base a la no enfermedad y contemplando un bienestar dependiente de la percepción del sujeto.

Es por ello que no se puede comprender la salud de forma binaria o exacta, el término del bienestar personal debe entenderse de forma holística valorando todas sus causas; en lo que refiere a los adolescentes, damos por sentado que gozan de una buena salud y es que apenas han desarrollado malas costumbres o han realizado acciones nocivas de forma reiterada; así mismo lo expresan ellos pensando que en el caso de enfermar no han hecho nada para merecerlo, lo cual les genera una sensación de inmunidad [1] que desatiende su capacidad de evitar los problemas de salud. Esto supone una dicotomía con las conclusiones de la OMS, la cual afirma que la mayoría de los problemas de salud que afecta a los adolescentes son evitables [2].

Sin embargo, la morbilidad en los adolescentes existe y el sedentarismo, las relaciones tóxicas, la mala alimentación, las insuficientes horas de sueño o los problemas mentales son problemas frecuentes y en especial aumento estos últimos [3]. La adolescencia es la etapa en la que se empieza a desarrollar la personalidad desligada de la figura parental, el cuerpo sufre grandes cambios a nivel físico y hormonal, surge una búsqueda de autonomía y libertad que culminará en su adultez [4], una etapa de grandes cambios e incertidumbre donde se sienten incomprendidos a veces hasta por ellos mismos; este caos e incertidumbre puede desembocar en comportamientos perjudiciales para ellos que con la repetición se conviertan en hábitos que perduren durante toda su vida.

Por suerte, esto también resulta una gran posibilidad, asentar una buena base de formación y costumbres de salud aportará unos grandes beneficios futuros, no solo para ellos sino para toda la sociedad.

Objetivos y alcance

El objetivo del proyecto consiste en identificar y tratar los aspectos que afectan de forma negativa la salud de los adolescentes mediante el desarrollo de una aplicación móvil.

Para lograrlo se plantea descubrir, mediante la investigación del usuario, los hábitos cotidianos que más problemas pueden generar en el futuro y seleccionar la opción que mayor viabilidad ofrezca según el impacto su impacto, la capacidad de ser solucionada mediante una app y las alternativas existentes en el mercado.

La solución a esta problemática se materializa en el desarrollo de un prototipo estético de la aplicación a nivel conceptual, lógico y visual. El cual se pone a prueba en test de usuario con el fin de verificar la capacidad de los usuarios de utilizar la aplicación y comprobar la adecuación del diseño visual a las preferencias de los adolescentes.

Planificación

Para cumplir los objetivos propuestos se crea un cronograma [Imagen 1] orientativo de las siguientes fases del proyecto:

- 1 Información y análisis
- 2 Diseño conceptual y lógico
- 3 Diseño Físico y visual
- 4 Test de Usuario
- 5 Diseño y documentación

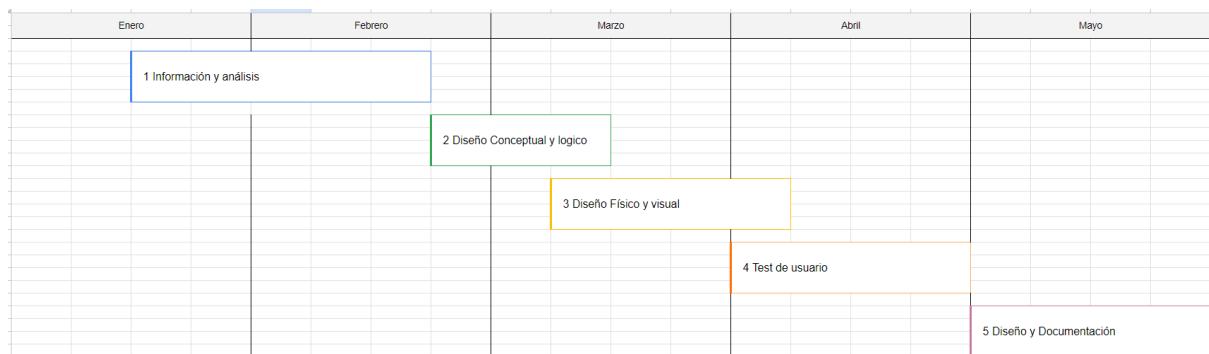


Imagen 1

Metodología

La metodología utilizada se basa en el Diseño Centrado en el Usuario, una filosofía de diseño que tiene por objeto la creación de productos que resuelvan necesidades concretas de sus usuarios finales. Esta forma de entender el diseño fué desarrollada por Donald Norman en los 80 y presenta la ventaja de ayudar a reconocer las necesidades y las preferencias del usuario centrándose en la usabilidad del producto.

Para su aplicación en este proyecto se realiza una investigación del usuario objetivo mediante un Customer Journey, un estudio Persona y unas entrevistas tanto a perfiles adolescentes como profesionales que trabajan con ellos. En el apartado de diseño se genera una idea que consiga solucionar la problemática objetivo, ajustando sus funciones a las necesidades observadas y adaptando el diseño a la preferencias específicas de los adolescentes. Este resultado pasa un examen realizado por usuarios mediante los test.

01

Información y análisis

- Investigación de Usuario
- Estudio de Mercado
- Discusión y Selección

La primera fase de este proyecto consiste en **detectar los problemas que afectan a los adolescentes, observar la oferta actual del mercado y seleccionar la opción más viable** para el contexto de este proyecto.

Para la identificación de los problemas, se explora el día a día de un adolescente mediante un Journey Map cuyas observaciones se contrastan con la experiencia de los propios usuarios mediante entrevistas. Se analiza la oferta actual en busca de factores de éxito de cara al futuro diseño y se decide cuál es la opción de mayor potencial.

■ Investigación de Usuario

Los adolescentes son un grupo poblacional especial por su transitoriedad entre la niñez y la edad adulta, no se enmarcan en ninguno de estos grupos poblacionales y tienen necesidades específicas que no siempre son atendidas con la personalización necesaria.

El objetivo de esta investigación es detectar los principales causantes de los problemas de salud de los adolescentes. Para ello se analizan las diferentes partes del día y se comprueba esta información con profesionales y los propios adolescentes mediante entrevistas.

Journey Map

El journey map es una herramienta utilizada para analizar la experiencia de un cliente en su interacción con un producto, aplicada a este proyecto, se amplía el espacio temporal a un día completo y el producto se convierte en su propia vida, de esta forma, se analizan sus acciones cotidianas en un día genérico escolar según: su estado de ánimo, los aspectos positivos, los negativos y las oportunidades que ofrecen. El Journey Map se puede observar en la parte superior del Table Miro[8] con el que se ha trabajado durante todo el proyecto. El acceso al tablero a continuación.

Tablero Miro

Se observan diferentes tipologías de problemas dependiendo del momento del día en que se encuentran; por la mañana se observan problemas relacionados con la salud mental, como la falta de motivación por afrontar el día, o una mala calidad del descanso, estos problemas se atribuyen principalmente al estilo de vida, aspectos como su higiene del sueño, la forma de empezar el día o el entusiasmo por su rutina. Durante las horas lectivas; los problemas que pueden experimentar son mentales en su relación con los estudios aunque principalmente sociales, para los adolescentes las amistades son un aspecto relevante en su vida y pueden llegar a experimentar soledad y marginación.

En el tiempo libre existen diferentes actividades que puede realizar según sus preferencias, en consecuencia, se desarrollan cuatro perfiles de adolescentes según el

método Persona [Anexo A] permitiendo hacer una observación más precisa en función de sus hábitos de tiempo libre. Los adolescentes descritos se enmarcan en los siguientes estereotipos:

- **“Gamer” o jugador de videojuegos**, utiliza su tiempo libre para estar en casa jugando con el ordenador o la consola. El entretenimiento es de gran importancia para él, puede llegar a invertir todo su tiempo libre en ocio llegando a dejar de cuidar aspectos relevantes de su vida por jugar durante más tiempo.
- **Activo**, realiza diferentes actividades extraescolares, lo que supone una gran responsabilidad y aunque realiza actividades que disfruta de forma voluntaria la falta de tiempo para él y a penas tener descansos puede llegar a generar estrés y ansiedad.
- **Social**, pasa su tiempo libre con sus amigos en el parque, tiene muchas y buenas relaciones lo que supone un gran apoyo para él aunque esto a veces le supone una gran presión ya que se preocupa por la imagen física y virtual. Se compara en exceso y puede sentir falta de confianza en sí mismo.
- **Casero**, permanece en casa la gran parte de su tiempo libre sin aficiones destacables. Se siente agusto con su día a día y pasando tiempo solo, esto le lleva a evitar situaciones sociales y a llevar un estilo de vida algo sedentario.

Llegada la noche, los problemas son variados, las principales acciones perjudiciales se basan en las relaciones con su familia o con el descanso y la sobreexcitación en las horas previas a irse a la cama.

Un aspecto a destacar de gran importancia es la poca influencia de los adolescentes en su alimentación, por lo general esta viene determinada en su mayoría por la familia por lo que se convierte en un factor más difícil de abordar que el resto pues envuelve a una mayor cantidad de personas.

La realización del análisis muestra cómo **los problemas de salud que afectan a los adolescentes pueden ser de cualquier tipo y pueden ser generados en todas las etapas del día**, una observación coherente con la compleja concepción de la salud. Otra conclusión de este estudio es que en función del momento del día se observan diferentes problemas de salud; siendo en los primeros y últimos momentos del día principalmente mentales; durante las horas escolares se acentúan los problemas en el ámbito de la salud social; durante la tarde, en su tiempo libre, los problemas son variados en función de sus actividades.

Para priorizar las oportunidades se realiza una valoración [Anexo B], donde se observan individualmente todas las posibles soluciones encontradas en el journey map. Para ello se identifica a cuál de los perfiles de usuario afecta y se estima la viabilidad de solución, es decir, la capacidad de solución de dicho problema mediante el uso de una app y el impacto que supondría en la salud del usuario final.

Se descubre que la mayoría de proposiciones son comunes a todos los perfiles, exceptuando las que hacen referencia a los videojuegos, las cuales son exclusivas del “gamer”. Otra observación son las propuestas más viables, estas son las que se desarrollan en los primeros y los últimos compases del día, en contraposición con las detectadas en el ambiente escolar, que resultan las más difíciles de solucionar. Una observación interesante es que, **las acciones concretas o hábitos son más viables que las soluciones subjetivas como las que dependen de sentimientos o la actitud**. Respecto al impacto de las soluciones en los adolescentes, las más favorables son aquellas específicas como el uso de dispositivos electrónicos en conjunto con la mejora del descanso, la salud mental y la actitud mientras que las referentes a la formación de los usuarios son las más irrelevantes.

Entrevistas

En el análisis anterior se han observado multitud de posibilidades por lo que es necesario priorizar, por ello se procede a realizar 4 entrevistas, 2 a adolescentes y otras 2 a profesionales que trabajen de forma habitual con ellos donde poder considerar nuevos puntos de vista. El objetivo de estas entrevistas es ver según el criterio profesional, cuáles son los problemas más recurrentes y según los adolescentes, los que más experimentan.

Adolescentes

Las entrevistas con los adolescentes, se realizan en un formato similar a una conversación, donde se hace un recorrido por su día a día, dejando su libre expresión en las partes que más le interesan enfatizando en los problemas que más experimenta.

El primero, un adolescente de 14 años comenta cómo encontró en el deporte (Muay Thai) una gran motivación para abandonar la vida sedentaria, actualmente considera que lleva un estilo de vida saludable, su madre se encarga de su alimentación que por lo general es variada y abundante, es responsable con los estudios a raíz de reflexionar acerca de su propio hermano el cual, al dejar los estudios tuvo que empezar a trabajar a una temprana edad y aunque los estudios son importantes para él pero no es constante en su trabajo. El aspecto más relevante de la entrevista fue su relación con el móvil, en especial las redes sociales de Instagram y Tik Tok, pasa un tiempo excesivo con él y en casi cualquier momento del día, a veces hasta sin darse cuenta, lo cuál comentaba con cierta despreocupación.

La segunda, una chica de 17 años estudiante de segundo de bachiller, la cual dedica gran parte de su tiempo y esfuerzo en los estudios, lo considera una parte prioritaria en su vida y aunque le genera cierto estrés, especialmente las fechas de exámenes, lo considera inevitable. El aspecto que con mayor alegría comenta son sus relaciones de amistad, supone un gran alivio después de tantas horas de trabajo, considera que sin el buen ambiente en clase no sería capaz de llevar a cabo todo lo que hace. Destaca también el uso excesivo de redes sociales, no le supone una preocupación, pero es consciente de que cada vez que tiene un rato libre coge el teléfono durante un tiempo indefinido “hasta que se aburre o se duerme”, llegando a interferir en su sueño. Otro aspecto a destacar es la falta

de actividad física, comenta como su priorización de los estudios hace que pase gran parte del día sentada sin realizar ningún tipo de actividad.

Comentando la rutina de dos adolescentes se descubren ciertos problemas que empiezan a preocuparles, en el perfil más joven, se observa una falta de autocontrol en relación al uso de la tecnología, en especial el móvil y también falta de disciplina en los estudios y tareas escolares. Estas carencias se pueden achacar a dos factores, a la ignorancia de sus perjuicios y la falta de energía o motivación suficiente para su realización.

En la chica de 17 años se observa principalmente un problema en la relación con los estudios, lo que genera estrés y ansiedad, esta problemática también se transfiere a otros aspectos como la falta de tiempo libre o llevar una vida inactiva físicamente. De nuevo aparece la relación con la tecnología y en especial las RRSS, lo cual genera problemas mentales y sociales, esto puede deberse a la falta de autocontrol y una excesiva preocupación por su imagen social.

Profesionales

Las entrevistas con profesionales se realizaron de una forma diferente, se conoce un poco el perfil del entrevistado mediante su experiencia profesional y se le pregunta acerca de ciertos problemas encontrados en el Journey Map, los cuales buscan que él propio entrevistado se exprese según su perspectiva.

El primer profesional entrevistado es un graduado en Magisterio de primaria, imparte clases extraescolares a niños y adolescentes y es entrenador de fútbol de equipos principalmente compuestos por adolescentes. Su perspectiva en la actividad física y la sociabilidad han sido muy provechosas, en su opinión la mayoría de los niños y preadolescentes realiza alguna actividad extraescolar, y es en la adolescencia donde esta cifra disminuye mucho porque pierden el interés o lo realizaban por obligación. En general considera deficiente la actividad física de los adolescentes y bajo su criterio se debe a una incomprensión de su valor. Comentó como en sus entrenamientos, le sirve de gran ayuda la propuesta de objetivos y la competitividad, esto favorece la participación y la implicación. Destaca también la dificultad que experimentan los adolescentes para concentrarse en los apartados más teóricos y las tareas impuestas que no se adaptan a sus gustos.

La última entrevista es a una profesional de la salud, con cuatro años de experiencia laboral en la especialidad de psiquiatría. Según su experiencia, mayoritariamente con niños y adolescentes, la salud mental es mejorable y un gran causante es el desconocimiento de sus causas y efectos. Los problemas que afectan a los pacientes que acuden a terapia por lo general son debido a entornos familiares difíciles, ansiedad escolar o estados depresivos prolongados. Destaca como no todos los problemas tienen solución pero sí se pueden afrontar de una forma más positiva y evitar las situaciones conflictivas. Las principales recomendaciones que ofrece son prácticas de relajación, realización de actividad física, disminución del uso de pantallas y exponer sus problemas con personas de confianza.

En esta segunda ronda de entrevistas, se observan las perspectivas de los profesionales. El profesional de la educación destaca la insuficiente actividad física, debida a la falta de iniciativa por parte de los adolescentes, y la falta de concentración en la

realización de tareas y actividades escolares, lo cual parte de una falta de interés y adaptación a sus gustos. La profesional de la salud comenta como muchos problemas mentales pueden basarse en aspectos sociales, recalcando la importancia de las buenas relaciones de amistad en el colegio y las relaciones familiares.

En concordancia con el journey map, los adolescentes y profesionales entrevistados comentan problemas en todas las áreas de la salud y debidas a diversos factores, esto aporta una amplia oportunidad temática para la aplicación y la asociada dificultad en la selección.

La transcripción completa de las entrevistas se encuentra en [Anexo C].

Conclusiones Investigación

- Los adolescentes son conscientes de su uso excesivo de las redes sociales pero no les supone una preocupación.
- Los problemas mentales en los adolescentes son comunes.
- Las relaciones personales, el entorno familiar y la relación con la tecnología son los mayores causantes de problemas mentales en adolescentes que requieren de consulta médica.
- La personalización de las tareas ayuda a mantener la atención.
- La competición en los juegos ayuda a esforzarse.
- La cantidad de actividad física realizada se polariza en la adolescencia.
- Los resultados académicos son importantes para los adolescentes y les puede generar estrés.
- La falta de descanso afecta a los adolescentes, principalmente por una mala higiene del sueño.
- La alimentación de los adolescentes, en su mayoría, no depende de ellos.
- Algunos malos hábitos pueden surgir por un exceso de tiempo libre y aburrimiento.
- Los problemas observados son variados y están causados por más de un factor.

■ Estudio de Mercado

En el estudio de Mercado se analizan aplicaciones ya existentes que hayan demostrado satisfacer alguno de los objetivos de este proyecto. El objetivo es encontrar las características especiales que tienen en función de la misión que persiguen. En este caso se analiza una aplicación que fomente el bienestar y la salud, se ha tomado una página Web para el estudio de los adolescentes y procedente de la problemática observada en las entrevistas, el uso excesivo de pantallas y en especial de Redes sociales se añade a este estudio una nueva aplicación en este respecto.

Fabulous

La búsqueda en esta aplicación se centra en: descubrir las funciones que ofrece Fabulous [5] para promover la salud y el bienestar general así como las características visuales en las que se apoya para presentar esta información.

Fabulous, una aplicación que ayuda a llevar un estilo de vida más saludable de forma progresiva, se proponen sencillos hábitos y rituales para mejorar la calidad del sueño, la motivación y la salud en general [Imagen 2]. Las funciones se pueden clasificar en tres grandes grupos: acción, lo que engloba a los hábitos y rutinas; información, en sus pantallas descriptivas acerca del progreso y los beneficios esperados y; acompañamiento, en su versión de pago especialmente mediante el acceso a la comunidad y un coach.

Estéticamente está definida por Material Design, unos patrones de diseño generados por Google basados en la representación de elementos y sus funciones por medio de su apariencia. Fabulous se caracteriza por el uso simple y descriptivo de los elementos de diseño, formas semejantes a la función que realizan, uso de una jerarquía de colores representante de la frecuencia de uso y una distribución de los elementos en el espacio marcado por los huecos en blanco y el sistema al que pertenece [Imagen 3]. Esta aplicación crea un conjunto de fácil navegación, el diseño es intuitivo y ágil generando sensación global de ligereza y tranquilidad, tanto por los colores y las formas como por la cantidad de texto, pues existen pocos elementos en la pantalla y se reconocen fácilmente.

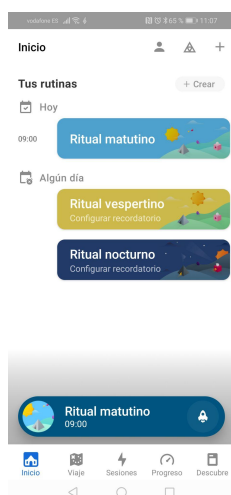


Imagen 2

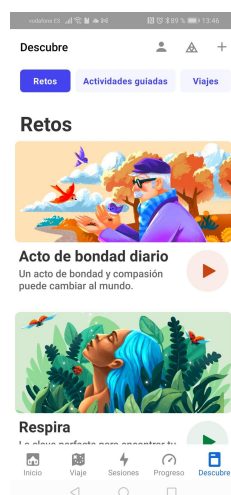


Imagen 3

De esta aplicación se pueden extraer conclusiones valiosas pues tiene un gran éxito en el mercado con más de 10M de descargar y el reconocimiento de Google como mejor aplicación del cuidado personal en 2018. Las funciones que ofrece para el cuidado son muy variadas pero consisten en la **eliminación de malos hábitos y la creación de unos beneficiosos**. Visualmente sirve de ejemplo por su sencillez y accesibilidad, esto se debe en gran medida al estilo Material Design y una correcta experiencia de usuario.

Teen Ink

A continuación se analiza Teen Ink [6] una revista digital escrita por y para adolescentes donde se publica todo tipo de contenido destinado a este público, de su web se busca detectar las características específicas del diseño para adolescentes tanto visual como lógico.

En su página web podemos acceder a todas las publicaciones de los usuarios, el contenido es muy diverso, artículos de poesía, comentarios de libros, contenido artístico incluso actividades extraescolares. Así como es su contenido, es la interfaz, pues aunque predominan cierto carácter con el uso de verde fosforito y las formas rectas [Imagen 4] **el estilo general es singular y variado**, cada apartado demuestra la personalidad del autor.

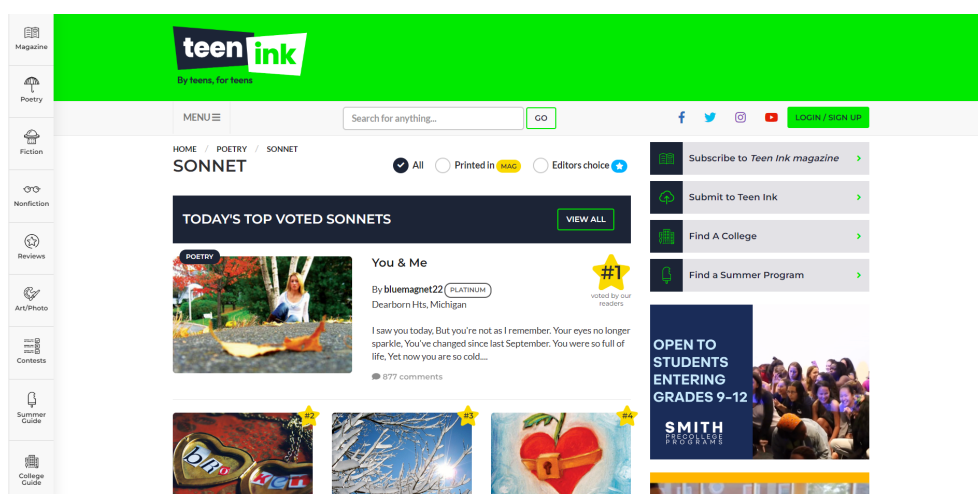


Imagen 4

Destacable en esta página web **el lenguaje, se dirige de forma directa al lector, es muy descriptivo y en un vocabulario simple**, como es el propio de un adolescente. Un aspecto reconocible en diseño para adolescentes es **la sociabilidad**, la opción de compartir una publicación es siempre visible, todas las publicaciones siguen una jerarquía en función la valoración de los usuarios, incluso los propios perfiles tienen un sistema de valoración según su grado de participación en la comunidad.

En esta página web se pueden observar las adaptaciones visuales para el público adolescente, contiene una interfaz llamativa donde el diseño cobra una mayor prioridad respecto al contenido textual, además a diferencia de Fabulous, el aspecto global no es tan

homogéneo, existe gran variedad cromática y un alto contraste entre cada elemento. En adaptación al adolescente es destacable también la escritura y simpleza en la comunicación en conjunto con la sociabilidad.

Space

En este análisis se prioriza el diseño conceptual, cuales son las funciones que ofrece para hacer del teléfono un uso más reducido; también se observa el diseño lógico y la forma de organizar estas funciones en las diferentes pantallas.

Space es una aplicación dedicada a la reducción del uso del teléfono móvil **sus principales funciones se pueden clasificar en 2 categorías, la información y la actuación**. En el caso de la información, Space contiene un apartado de progreso donde **muestra el uso reciente del teléfono según su tiempo de uso y el número de desbloques** dividido por aplicaciones, también aporta en forma de “Tips” o consejos diarios acerca de un uso razonable del teléfono y por último ligado a la función objetivo, muestra en la pantalla principal el tiempo de uso y número de lanzamientos del día actual acompañado del objetivo establecido [Imagen 5].

Como forma de actuación Space cuenta con un “Kit de herramientas” [Imagen 6] donde **permite establecer ciertas limitaciones al uso del teléfono**, estas son la interrupción de la sesión, la interrupción de desbloqueo, el bloqueo de notificaciones y el tiempo Space, donde no se podrá hacer uso del teléfono durante un periodo estipulado.



Imagen 5

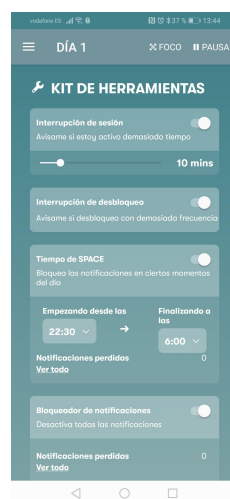


Imagen 6

En esta ocasión Space ofrece una funcionalidad más reducida y directa, el objetivo es más concreto, reducir el uso del teléfono, lo cual hace una aplicación de mayor eficiencia ya que evita toda función que no aporte directamente a este objetivo, aunque en comparación con Fabulous se destaca una experiencia de usuario más descuidada y requiere un mayor esfuerzo por parte del usuario para empezar a utilizarla.

El análisis completo de cada aplicación se puede apreciar en [Anexo D]

Conclusiones Estudio de Mercado

- Las aplicaciones actuales utilizan funciones que aportan información acerca del objetivo y un método de actuación.
- El método utilizado para la mejora del bienestar mediante apps se basa en la creación de hábitos saludables y la eliminación de los perjudiciales.
- Las aplicaciones para el bienestar tienen un enfoque holístico.
- El diseño enfocado al bienestar, se basa en la simpleza y facilidad en la interacción
- El diseño para adolescentes se diferencia por un énfasis en los elementos visuales, la comunicación y la experiencia de usuario.
- El estilo del diseño para adolescentes es heterogéneo y variable.
- Los adolescentes valoran especialmente la socialización y la comunicación entre usuarios.
- Las herramientas principales para la disminución del uso del teléfono se basan en las limitaciones y bloqueos.
- Las aplicaciones con objetivos, contienen varios tipos de recordatorios para el usuario.
- Cuantas menos funciones y pantallas contiene la aplicación mayor eficiencia.
- El ámbito de la salud y bienestar está explotado
- Existen pocas aplicaciones en el mercado destinadas exclusivamente a adolescentes.
- No existen aplicaciones específicas para reducir el uso de RRSS.

■ Discusión y selección

Las ideas más interesantes que se van a valorar son las siguientes:

- **Ayudar a llevar un estilo de vida más activo**, lo cual surge de la deficiente actividad física actual, esta propuesta resulta atractiva por el gran impacto que tiene, aunque lleva asociado el gran inconveniente de la dificultad. Resulta interesante aportar una nueva perspectiva, más cercana y motivadora en la realización de la actividad física que se adapte a las preferencias de este grupo específico.
- **Ayudar a hacer un uso más sano de las Redes Sociales**, los adolescentes utilizan las redes sociales durante varias horas al día, conscientes de ello les gustaría modificar este hábito y esta puede resultar la herramienta que necesitan para conseguirlo, resulta algo paradójico su disminución mediante el teléfono y difícil en medida que en muchos casos no valoran su uso elevado como un problema.
- **Promover la tranquilidad y bienestar mental**, esta idea viene dada por los crecientes problemas mentales y la falta de prevención que padecen los adolescentes, resulta positivo aportar una herramienta que les haga conscientes de su importancia y su capacidad de solución. En este respecto, los adolescentes son desconocedores de su capacidad de influir y pueden subestimar los efectos de la aplicación.
- **Mejora integral de la salud**, de forma similar a Fabulous, con la adaptación necesaria para el contexto de un adolescentes, el cual abarca todos los problemas generalmente experimentados por un adolescente y sirve como acompañante o tutor en la salud para la prevención de enfermedades. El principal inconveniente es obviamente su dificultad, tanto en la efectividad como en su desarrollo y creación.

Previo a la selección se deben tener en cuenta ciertas limitaciones que afectan al futuro desarrollo, en primer lugar, se trata del desarrollo de una aplicación móvil, una herramienta puntual a la que se accede en determinados momentos del día, y que está limitada en funcionalidad por su propia naturaleza y la implicación del usuario, por lo que **el objetivo a tratar debe ser acorde a las posibilidades de una App**.

En segundo lugar están las limitaciones del propio diseñador, no solo por la capacidad artística, sino por el hecho de ser un mero conocedor de ciertos aspectos de la salud, los tratamientos deben desarrollados individualmente por especialistas en sus respectivas áreas; en consecuencia **el foco del proyecto no es el material de la aplicación, sino el desarrollo de la plataforma en la que se apoya**.

En tercer y último lugar, como bien comenta la médica entrevistada, no todos nuestros problemas están bajo nuestro control. Como se observa la alimentación viene en gran medida proporcionada por la familia, las actividades extraescolares pueden venir dictadas por los progenitores y algunos problemas de salud mental vienen determinados por

factores externos. En conclusión, **dedicar los esfuerzos a las causas del sufrimiento que están en nuestro control.**

Como se ha comentado, las acciones concretas presentan una mayor viabilidad lo que favorece a la práctica de ejercicio y la reducción de las redes sociales. Si se valora su aplicación en el mercado, todas cobran cierto valor por adaptarse a un grupo poblacional más reducido, aunque por tipología destaca las redes sociales, ya que ese matiz específico la hace diferente. Todas las propuestas presentan cierto grado de dificultad, en el caso de la salud mental y el ejercicio se añade el conocimiento en el ámbito de trabajo, pues este debe ser generado por un profesional competente. En el caso de las redes sociales o el trabajo integral de la salud, cobra una mayor relevancia la metodología de trabajo, esta se debe adaptar a los usuarios y favorecer la adherencia aportando resultados. Por último y esta vez, sí que es menos importante, se valora el interés del diseñador, pues la motivación por la idea ayuda a trabajar más y con mayor ímpetu, lo que conlleva un mejor resultado.

Teniendo en cuenta lo expuesto, se procede a realizar una evaluación ponderada donde se evalúan las aplicaciones con valores del 1 al 5 según su inclusión en el mercado, lo satisfecha que está esa necesidad actualmente; la necesidad o demanda por los adolescentes de esa problemática, es decir, cuan útil será esa aplicación para ellos; en tercer lugar la dificultad en el desarrollo de la aplicación y el cumplimiento del objetivo y por último el propio interés subjetivo del desarrollador de la aplicación. Se pondera la valoración según la prioridad del criterio y se elige la de la mayor suma

	Mercado	x4	Utilidad	x5	Dificultad	x4	Interés	x3	Total
Ejercicio	3	12	5	25	3	12	3	9	58
Salud Mental	3	12	5	25	2	8	3	9	54
RRSS	4	16	5	25	3	12	3	9	62
Integral	2	8	4	20	2	8	4	12	48

Tabla 1

La selección da por vencedora la aplicación que favorece un uso más sano de las Redes Sociales, principalmente por su mayor distinción en el mercado, en el resto de categorías obtiene unos valores más cercanos a la media.

Durante el desarrollo de esta fase de investigación se ha ido sintetizando la información mediante un mapa conceptual el cual se puede observar en el siguiente enlace al tablero Miro.

[Tablero Miro](#)

02

Diseño conceptual y lógico

- Definición del concepto
- Diseño Lógico

En esta segunda fase se desarrolla el diseño conceptual y lógico, estas partes responden al ¿Qué realiza la aplicación? y ¿Cómo lo realiza?. La primera tarea es responder a ¿Cómo mejorar el uso de las RRSS en adolescentes? Una vez desarrolladas las funciones que harán esto posible, toca organizarlas mediante una estructura lógica que alberga todas las pantallas. Para definir el ¿Cómo? se listan todos los elementos en un Inventario.

■ Definición del concepto

En este punto se puede considerar una evolución en el objetivo principal, **el diseño de una aplicación para mejorar la salud de los adolescentes desemboca en una aplicación que ayuda a los adolescentes a hacer un uso más sano de las Redes Sociales**. Para conseguir este objetivo, se define este uso más sano como, un uso menor y más consciente. Los usos de estas aplicaciones pueden superar fácilmente las 3 horas diarias haciéndoles más propensos a desarrollar trastornos mentales como la depresión y la ansiedad [11] y en segundo lugar un uso más consciente, que sea el usuario conocedor de cómo invierte el tiempo y de cuándo lo realiza.

Para conseguirlo, se aportan dos grupos funcionales principales, como en las aplicaciones observadas, la información y la actuación. Mediante la información se busca enseñar al adolescente del tiempo que dedica y con ello invitar a la reflexión para poder adueñarse de nuevo de su tiempo. Mediante la actuación se promueve la implementación de medidas que limiten el uso de determinadas aplicaciones y que indique cuando se está haciendo un uso previamente restringido; **para definir estas limitaciones se definen los retos**, grupos de limitaciones en un espacio temporal que permite llevar un seguimiento.

En adaptación a este grupo poblacional, se propone la socialización y la gamificación. Mediante la socialización, se aporta al usuario un acompañamiento mediante un personaje asociado al perfil y en la realización de sus metas, favoreciendo la participación y la competición, no solo compartiendo sus logros sino en la propia aplicación mediante la participación múltiple, privada o pública. Para favorecer el aspecto lúdico de la aplicación se plasman elementos habituales en los videojuegos como los desafíos, los niveles de experiencia, las recompensas o la personalización de un personaje, todo ello para favorecer la experiencia del usuario y asociarlo a un juego y no a una imposición por salud.

La definición detallada de las funciones se puede apreciar en [Anexo E].

Diseño Lógico

Para organizar las funciones se clasifican por grupos y se estructuran en un esqueleto de la aplicación donde cada elemento representa una de las futuras pantallas. El resultado es visible a continuación en [Imagen 7]:

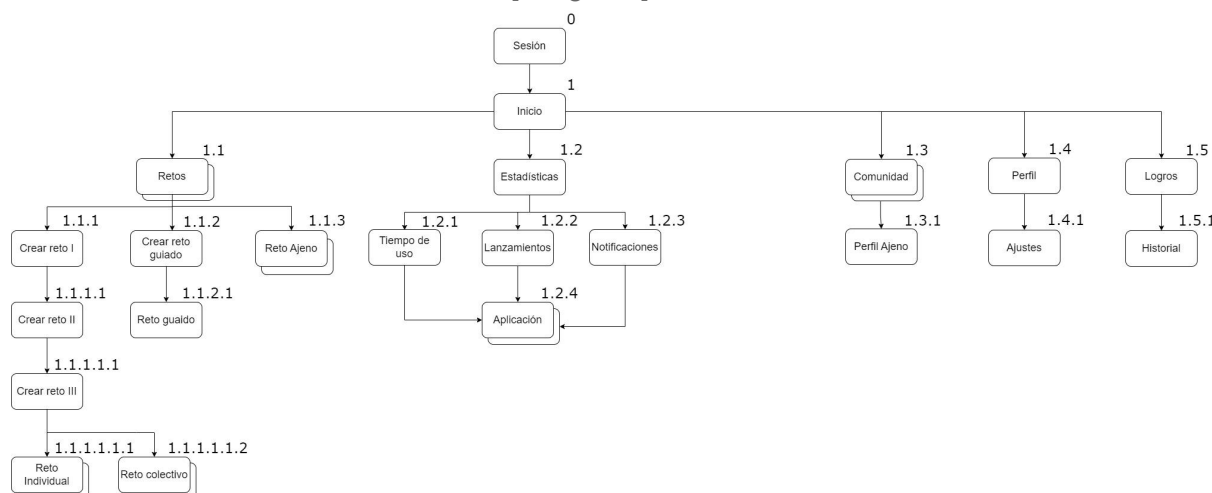


Imagen 7

Donde en primera instancia en *0 Sesión* se registra un nuevo usuario o inicia sesión y desde donde se accede a *1 Inicio* una pantalla muy relevante en este modelo, sirve en primer lugar como puente de acceso al resto de funcionalidades por lo que cobra gran importancia su accesibilidad y en segundo lugar, como adaptación al público adolescente busca aportar una valoración rápida del uso reciente de las RRSS mediante el personaje por lo que busca ser una pantalla ágil y visual.

La primera pantalla a la que acceder desde Main es la *1.1 Retos* donde se aporta todas las funciones asociadas a la actuación en forma de retos, esta primera pantalla sirve como distribuidora entre las tres tipologías de retos cada una representada por una rama, *1.1.1 Crear reto* donde se realiza el proceso de creación de un reto personalizado a través de 3 pantallas y que culmina con el reto per sé *1.1.1.1.1 Reto individual* y *1.1.1.1.2 Reto colectivo*. La segunda rama *1.1.2 Crear reto guiado* hace referencia al tipo del reto con el mismo nombre donde, en adaptación a los usuarios más noveles, la aplicación decide las limitaciones del propio reto. La tercera rama *1.1.3 Reto Ajeno* incluye los retos creados por otra persona, donde se incluyen los retos públicos a los que poder unirse y los retos ajenos que podría observar y copiar.

El segundo grupo de pantallas representa la información del uso de las RRSS, la primera de ellas *1.2 Resumen* como su nombre indica es una visión global los tres datos que aporta la aplicación acerca de las diferentes aplicaciones las cuales son en sí mismas una nueva pantalla de nivel inferior, estas son *1.2.1 Tiempo de uso*, *1.2.2 Lanzamiento* y *1.2.3 Notificaciones* todas ellas autoexplicativas por el nombre, en estas se ofrecen un gráfico de los diferentes valores a lo largo del tiempo, una segregación por aplicación y un selector del rango temporal en el que observarlas, por último en *1.2.4 Aplicación* se pueden observar todos estos datos con un mapa de calor por horas de una única aplicación.

Se crea un apartado para el aspecto social *1.3 Comunidad*, donde gestionar las amistades, observar el ranking global de la aplicación y gestionar las peticiones de amistad y retos desde donde se puede acceder a los perfiles de los diferentes usuarios *1.3.1 Perfil* para visualizar su progreso y sus preferencias visuales.

Incluye un apartado del perfil propio *1.4 Perfil* donde acceder a *1.4.1 Ajustes* y gestionar las preferencias y los datos de la sesión. En último lugar nombrar *1.5 Logros* donde observar la consecución de diferentes desafíos predefinidos por la aplicación y las recompensas asociadas que permiten personalizar ciertos aspectos mediante desbloqueables, el progreso general se podrá observar mediante *1.5.1 Historial* que representará de forma cronológica los hitos en el uso de la aplicación.

Para completar la definición textual de la aplicación se debe también nombrar los elementos que permitirán hacer todas estas funciones previamente descritas, para ello se utiliza un Inventario de contenido observable en [Anexo F] donde se detalla, la función y los elementos que contiene cada una de estas pantallas.

Para definir en profundidad la acción más compleja de la aplicación, el proceso de creación de un reto personalizado, se ha utilizado un Flujograma de operaciones el cuál ayuda a esquematizar todas las vertientes del proceso. Se puede apreciar en la siguiente [Imagen 8].

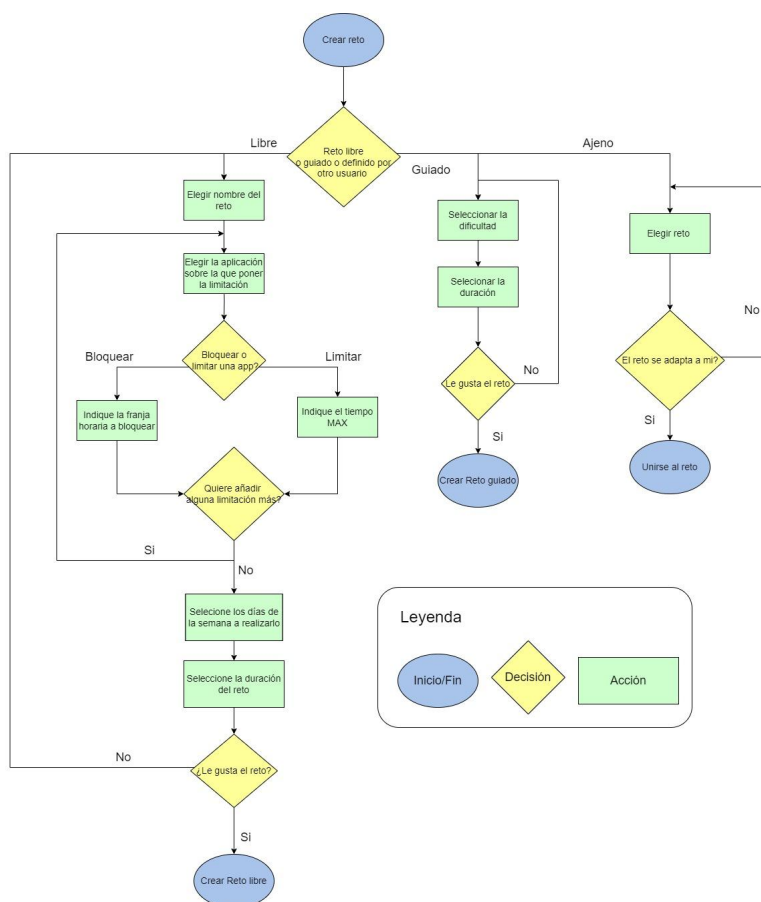


Imagen 8

03

Diseño físico y visual

- Wireframes
- Guía de estilo
- Mockups

En la tercera fase del proyecto se abandona el plano textual, las palabras se convierten en formas y colores para crear la definición física y visual. En este apartado se definen todos los aspectos visuales de la aplicación. Para ello se comienza diseñando unas plantillas o Wireframes que soporten todos los elementos que aparecen en cada una de las pantallas y se genera una guía visual con la cual homogeneizar el estilo y aportar personalidad.

■ Wireframes

Los Wireframes son los planos en los que se apoyan los elementos de la pantalla. Para definirlos se organizan todos los elementos del inventario de forma lógica y que permitan la usabilidad necesaria para un adolescente. En la definición de estos modelos se han tenido en cuenta especialmente los dos siguientes factores.

Navegación

Para garantizar una buena experiencia de usuario se ha desarrollado una **navegación basada en la jerarquía de las interacciones**. Para ello se han conectado las pantallas que albergan las acciones primordiales, la pantalla principal, las estadísticas y los retos mediante un “Navigation bar” acompañado de un botón FAB el cual representa la creación de un reto [Imagen 9]. Esta navegación varía en el caso de acceder a una pantalla diferente a las principales, pues se permite su navegación mediante botones de retroceso y otro de Inicio. También se acompaña con diferentes “tabs” en la parte superior de la pantalla para albergar las variantes de una misma tipología de elementos, esta distribución se puede observar en la siguiente imagen [Imagen 10].



Imagen 9



Imagen 10

Accesibilidad

Otra faceta prioritaria en la disposición y elección de los elementos es mantener un aspecto atractivo y accesible para los adolescentes, para conseguirlo se utilizan de forma recurrente los elementos visuales, los cuales permiten una comprensión más ágil que el texto y generan una experiencia más agradable y cercana. El principal objetivo es crear un resultado que resulte sencillo y rápido pues la atención de los adolescentes es reducida y se basan en experiencias previas o deducciones con apenas reflexión.

Una de las características más destacable en el aspecto visual de la aplicación y que aporta gran agilidad es el uso de un personaje en la pantalla principal como elemento representativo del perfil actual y como valoración del uso reciente de las RRSS. Este valor

se implementa también en los propios retos y las estadísticas, para representar la información se priorizan los elementos visuales y no textuales.

Se explican de forma individual cada pantalla de los Wireframes en [Anexo G].

El diseño conceptual, el diseño lógico y la creación de los Wireframes, se realizan siguiendo un proceso iterativo en el que cada repetición corrige la versión anterior modificando todos los elementos anteriores que son dependientes, se puede observar un primer esbozo de estas partes en el siguiente tablero Miro [8], donde en su parte superior se incluyen las primeras iteraciones de este proceso.

Tablero Miro

Estos Wireframes han servido para elaborar un test de guerrilla donde se ponía a prueba su comprensión lógica y la arquitectura de la App. El test se puede observar en la [Fase 5 Test de Usuario].

■ Guía de estilo

Se desarrolla una base visual para homogeneizar todos los elementos repetitivos y aportar así de personalidad al conjunto. En esta guía de estilo se definen las tipografías, los colores, los espacios entre elementos, los botones, iconos y demás elementos de interacción.

En esta aplicación se han utilizado como inspiración dos casos de éxito; por un lado en lo referente al diseño de los elementos se ha estudiado y utilizado la guía Material Design 3 [9]. Para aportar carácter y los valores de la confianza y tranquilidad se utiliza un personaje similar a Headspace [10]. Se presentan en [Imagen 11] los elementos más destacables del carácter: la letra, el color principal y el personaje, NOMEDI. Nombre procedente del objetivo en inglés NO MEDIA, se ha elegido por su facilidad en la pronunciación, gancho y descripción implícita.

El desarrollo completo de la guía de estilo se puede ver en [Anexo H]



Imagen 11

■ Mockups

Para concluir con un primer modelo visual de la aplicación, se aplica la guía de estilo en cada uno de los Wireframes, no todos los elementos están definidos por lo que se toman también ciertas decisiones visuales que mantenga el carácter general de la aplicación, estas nuevas pantallas se conocen como “Mockups”. Un ejemplo de ello es la siguiente, donde se han incorporado los selectores verticales, el menú de navegación y el selector de día pero se han debido definir de forma congruente los dos gráficos que muestran parte de la información que aporta la App.[Imagen 12]

Tras la elaboración de las pantallas se realiza un prototipo en el cual se incluyen las pantallas auxiliares que permiten simular un funcionamiento teórico de la aplicación. Con este prototipo se realizarán los test de usabilidad.

El diseño de todas las pantallas al completo se puede apreciar en el [Anexo I]

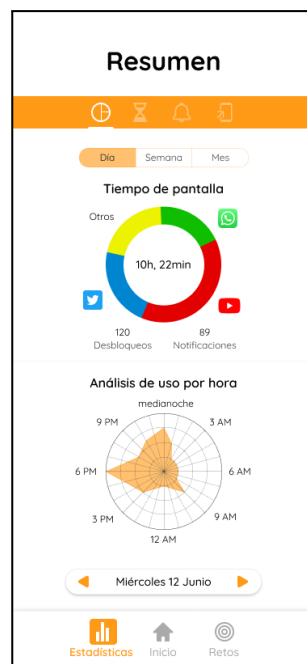


Imagen 12

04

Test de usuario

- Test de guerrilla
- Test de usabilidad

Uno de los requerimientos más importantes del proyecto es la adaptación a los adolescentes. Para comprobarlo de forma empírica se propone la realización de dos Test de Usuario, en este caso se lleva a cabo un Test de Guerrilla mediante la plataforma Figma [12] tras el desarrollo de los Wireframes que ponga a prueba el diseño lógico y de forma más exhaustiva se valora el diseño Visual mediante un Test de Usabilidad.

■ Test de guerilla

Descripción

Utilizando los Wireframes, se crea un prototipo de baja fidelidad. Pese a su baja definición, es la mejor representación de la aplicación y se puede utilizar para este primer Test rápido. En él se toman a tres adolescentes, usuarios frecuentes de redes sociales, que intentarán resolver cuatro pruebas en las que se valora la arquitectura de la aplicación, la colocación de los elementos en las pantallas y su propia comprensión. Las pruebas y los resultados son las siguientes:

1 Crear un reto personalizado

Donde los usuarios completan el proceso de creación, interpretando los elementos que lo componen y sus descripciones. Es primordial en este apartado la comprensión de las limitaciones, pues es un elemento poco común y puede resultar ambiguo.

En el proceso de creación del reto se han observado ciertos problemas, la más destacable de ellas es la **dificultad en la comprensión**. Los usuarios encontraban de forma sencilla el botón FAB pero invierten cierto tiempo en decidir qué tipo de reto elegir, finalmente por deducción accedían al reto personalizado. Esta dificultad se observa también en la creación de las limitaciones pues los usuarios conseguían crearlas mediante prueba y error pero no eran capaces de razonar cada acción aislada. En conclusión, **los retos y las limitaciones requieren de explicación**. Los elementos que no han sido utilizados con anterioridad por los usuarios no son comprensibles y deben tratarse de forma diferente.

Uno de los cambios es añadir una pequeña descripción debajo de las limitaciones por tratarse de un elemento aislado y en el caso de los retos valorar la posibilidad de unas pantallas introductorias. El último cambio es el orden de presentación de los elementos en la pantalla de la duración, pues esta debe seguir el mismo orden que el proceso mental de los usuarios, en este caso se valora primero el Inicio y el final del reto y se continúa por la frecuencia semanal.

2 Observar un reto completado y explicarlo

En esta prueba los usuarios deben acceder a un reto completado e interpretar la información que lo compone, para esta prueba se valoran especialmente sus comentarios durante la realización.

En esta prueba todos los usuarios han sido capaces de acceder hasta el reto completado e interpretar la información de forma correcta exceptuando una incomprensión en Logrado/Fallido. Tras conversar con él se observó que su confusión se debía principalmente a dos motivos, los colores utilizados y el orden de los elementos. Los elementos de un color similar se interpretan con algún tipo de relación pues la representación de Logrado y el progreso tenían un verde similar y al encontrarse de forma seguida asoció que representaban lo mismo. Aunque haya sido un único error en los tres test, denota una incongruencia en el diseño que dificulta la comprensión

De este error se denota un error en la distribución de los elementos y la selección de los colores, por lo que se concluye la necesidad de establecer colores diferenciados para elementos distintos y **utilizar el espacio como herramienta diferenciadora**.

3 Unirse a un reto de la comunidad

Una prueba sencilla con un objetivo muy específico, verificar que ruta utilizan para unirse a un reto.

Esta prueba tenía un objetivo muy claro por lo que se ha comprobado con exactitud que **no resulta lógico colocar “unirse a reto” en el botón de creación de reto**. Los usuarios acceden en primer lugar al apartado de Retos, tras no encontrarlo prueban rutas alternativas como mediante la comunidad y finalmente en la creación de un reto.

Por lo que se elimina esta opción y esta pantalla 1.1.3 Unirse a reto y se incluye como subapartado en los retos populares.

4 Comprobar el uso de Instagram el Mes anterior

Para esta última prueba se valora la comprensión conceptual de la aplicación mediante el uso de las estadísticas y comprobar si la presentación de la información resulta lógica.

En esta prueba se ha comprobado como el apartado de Estadísticas resulta lógico con el propósito de la aplicación y además a pesar de utilizar un doble selector resulta comprensible. La información también se interpreta de forma sencilla y se concluye como un apartado muy correcto donde se debe aplicar un diseño visual que mantengan esta comprensión. El único aspecto a destacar fué el comentario de un usuario que no apreciaba diferencia entre los dos primeros iconos del “tab” superior. Lo cual supone el único cambio propuesto en esta prueba, utilizar elementos bien diferenciados en los selectores superiores que representan elementos diferentes.

Se puede apreciar un Informe más detallado en el [Anexo J]

■ Test de usabilidad

Descripción

Tras la completa definición visual, se elabora un prototipo estético que simula el funcionamiento de la aplicación y permite realizar el siguiente Test de usabilidad. En él se han limitado las funciones a realizar a las exclusivamente necesarias para el prototipo por lo que no permite un uso erróneo; aunque se han diseñado algunas de las opciones en los selectores, como en *1.1 Retos*, donde pueden hacer uso del tab y explorar las opciones o en *1.2 Estadísticas* donde se han creado varias interacciones en los selectores temporales y de tipología de la información. Estas opciones tienen la intención de permitir al usuario seguir su propio modelo mental sin hacer que pierda el tiempo en opciones erróneas, como en el proceso de creación del reto para el cual solo se definen las opciones descritas en la prueba 1.

Se puede hacer uso de este prototipo mediante el siguiente enlace: [Prototipo](#)

Para la realización de este test, se han tomado los siguientes participantes:

- Un adolescente de 14 años, estudiante de 4 de la Eso, perfil activo y social sin experiencia en aplicaciones de retos. Usuario habitual de TikTok e Instagram con una media de unas 3 horas diarias.
- Un adolescente de 16 años, perfil casero y gamer sin experiencia en aplicaciones de retos, utiliza las redes sociales para consumir contenido de Tik Tok unas 4 horas diarias.
- Un adolescente de 15 años, perfil activo sin experiencia en aplicaciones de retos. Consume mucho TikTok e Instagram, unas 4 o 5 horas diarias.
- Un joven de 23 años, perfil casero ha utilizado una aplicación para dejar de fumar, con ligeros conocimientos de diseño web y usuario frecuente de redes sociales, unas 2 horas diarias.
- Una joven de 23 años estudiante de medicina, muy activa y sin conocimientos previos, apenas utiliza las redes sociales 30 minutos al día.

Estos participantes, deben resolver 4 pruebas. En ellas se pone a prueba el diseño visual mediante la navegación por las diferentes pantallas y el uso de los “tabs”, la interpretación de los elementos visuales y la creación de un reto personalizado.

Para la valoración de este test se toman medidas objetivas como el tiempo invertido y las interacciones erróneas y subjetivas como los comentarios, sus expresiones faciales y una definición de errores. Los resultados del test permitirán extraer unas conclusiones claras a las que se aporta una solución mediante cambios en el diseño.

Las pruebas que los usuarios deben completar son las siguientes:

1 Entender el uso de las RRSS

En esta prueba se prioriza la evaluación de dos aspectos del diseño, por un lado la usabilidad del doble selector en la parte superior del apartado de estadísticas, este doble selector fue un apartado donde los usuarios invirtiendo cierto tiempo en comprender en el test anterior y es necesario evaluar su comprensión tras el diseño visual. Por otro lado, la accesibilidad de la información ¿Serán los usuarios capaces de identificar a qué franja temporal y a qué tipología corresponde la información que observan?. Para averiguarlo deben responder a 4 preguntas cuya respuesta se sitúa en diferentes elementos de este apartado.

2 Crear un reto personalizado

En esta prueba y de forma complementaria al primer test, se comprueba la facilidad con la que los usuarios completan el proceso de creación del reto. En esta prueba se valora ¿Cuánto tiempo invierten los usuarios en la creación de las dos limitaciones? Los usuarios deben comprender las limitaciones de forma aislada e interpretar el proceso de creación, seleccionar la aplicación deseada, elegir el tipo de limitación mediante el selector e introducir la cantidad mediante un toque que completa el campo de forma automática. En la segunda pantalla de este proceso se comprueba la accesibilidad de la selección de las fechas mediante el calendario, se han utilizado patrones de interacción habituales y se consideran de fácil comprensión y navegación, solo deben acceder al segundo calendario, pasar al siguiente mes utilizando las flechas y seleccionar el día 10. En la última pantalla de la tercera y última pantalla se valora la velocidad pues es una pantalla sencilla donde se reconoce fácilmente el botón de invitar y la selección es un proceso sencillo.

3 Ver qué días ha fallado el reto y eliminarlo

Los objetivos de esta prueba son comprobar la accesibilidad de la información de un reto tras el cambio de orden concluido en [Test de guerrilla] y la implantación del diseño visual. También se comprueba de nuevo el acceso a un reto ya creado ¿El usuario accede mediante los retos o mediante el Perfil? y se incluye en esta prueba la eliminación del reto para comprobar donde intuye el usuario que se encuentra esta opción.

4 Comprobar las invitaciones a retos y unirse a uno

En esta prueba tiene un objetivo lógico, comprobar ¿Qué ruta utilizan los usuarios para acceder a una invitación de reto? y ¿Para unirse a un reto ajeno?. En el caso de las invitaciones se propone mediante el apartado de Amigos y un doble selector con el que también evaluar su usabilidad, para unirse a un reto, como se observó en el anterior test se propone mediante el apartado de Retos y no como un proceso de creación, en este caso se interpreta también que los usuarios puedan acceder, como en la prueba anterior, visitando un perfil ajeno.

Resultados

Los resultados de este Test se deben diferenciar en función del participante pues se han incluido 2 jóvenes, estos han completado los test con facilidad, a diferencia de los usuarios adolescentes que han sufrido mayores dificultades. **El aspecto diferenciador entre jóvenes y adolescentes es su capacidad de atención**, los adolescentes, son más

inmediatos e intuitivos; no prestaban atención a los textos, en primer lugar interpretaban las imágenes e intentaban interactuar en caso de que hubiera alguna acción, en caso de duda leían la descripción y buscaban la información requerida.

1 En la primera prueba la interpretación de la información algo incorrecta, sin embargo la navegación por el contrario fué un éxito, el principal problema observado es la comprensión del estado actual por parte de los adolescentes, es decir ¿Dónde se encuentra? Para responder a las preguntas los usuarios buscaban cualquier solución plausible a esa pregunta sin considerar si correspondía específicamente a esa aplicación o a ese periodo temporal. Esto se considera un error leve pues los adolescentes buscaban responder de forma rápida a la pregunta y esta incompreensión se atribuye al nerviosismo asociado a la realización del test y ser la primera prueba, pues se giraban repetidamente a cámara tras la respuesta buscando la aprobación del examinador. Dejando a un lado los usuarios, este error denota un problema en interpretación de la información en las pantallas, no es suficientemente claro el estado actual del usuario, de lo que se deduce un exceso de información que impide priorizar el estado y un insuficiente contraste en los selectores y títulos que lo indican.

2 En la segunda prueba se ha obtenido un resultado esperado, completando el proceso de forma sencilla aunque con un mayor uso de tiempo en el apartado de las limitaciones y la selección de las fechas. Estos errores se consideran fruto de una mala selección en los patrones de interacción en la introducción de datos manual lo cual es un problema leve y de fácil solución mediante la implementación de unos genéricos. La accesibilidad del calendario, se considera que las flechas son reconocibles pero resulta imposible salir de él si no es seleccionando la fecha adecuada, los toques erróneos de los usuarios en la parte de fuera del calendario para retroceder denotan una necesidad de un botón de salida. Ambos errores se restringen a la propia interacción y no supone una incompreensión de la tarea.

3 La tercera prueba muestra como no es tan claro el acceso a mis retos, especialmente para los adolescentes, este problema se asocia principalmente a las dimensiones del prototipo, pues los usuarios debían deslizar la pantalla para poder visualizar el menú inferior, pero también denota falta de intuición de los usuarios en la localización de los retos. Lo cual es un error leve y asociado a la falta de uso, se considera un concepto de fácil aprendizaje en un uso frecuente de la app.

4 La ubicación de la información dentro de la arquitectura resultó obvia para los jóvenes pero no tanto para los adolescentes. Esto denota una falta de comprensión por parte de los adolescentes que priorizan el reto antes que una invitación, probablemente debido por la falta de reflexión acerca de la prueba y búsqueda de la solución más fácil conocida, los Retos, pantalla con la que ya habían interactuado. Este error lógico se atribuye a una falta de experiencia con la aplicación y tras varios usos se convierte en una cuestión menor.

Conclusiones y cambios

La principal conclusión de este test es la **prioridad del diseño visual**, los adolescentes navegan con velocidad por las pantallas y dedican poca atención a leer o identificar los elementos, por lo que los elementos complementarios pasan a un plano superficial cobrando especial importancia los gráficos, las imágenes y sus ideas previas.

En este respecto los cambios propuestos enfatizan la identificación de los elementos interactivos y los de más uso, como botones de creación y selección, para ello se han rediseñado visualmente utilizando el color Naranja de la aplicación. En segundo lugar se han eliminado o simplificado elementos auxiliares, como los textos, los cuales se han reducido al máximo, la rapidez con la que los adolescentes interpretan la información y navegan hace que los elementos secundarios solo se interpretan como ruido visual. Otro cambio que se ha implementado es la modificación de los patrones de selección en el reto, los altos tiempo de interacción denotaban una incompreensión que se soluciona por el uso de patrones genéricos y no la introducción manual Y por último se define un proceso “Onboarding” de cuatro pantallas donde se describen las principales de cada pantalla del menú de navegación. Este proceso se puede observar en la [Imagen 13] a continuación.

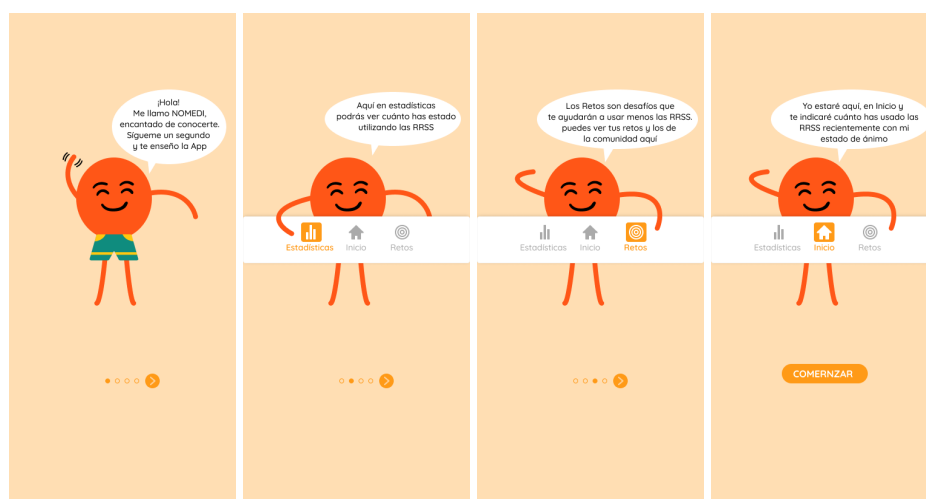


Imagen 13

El informe completo se puede observar en el [Anexo K]

05

Diseño final

- Resultado

■ Resultado

Una vez completadas todas las fases del proyecto, se consigue como resultado una aplicación completa y optimizada que permite a los usuarios hacer un uso más sano de las redes sociales.

Una app que se adapta a los adolescentes mediante su diseño conceptual al tratar una problemática real de los usuarios, en su diseño lógico al aportar una estructura sencilla destinada al uso de un adolescente y que a su vez cubre las necesidades informativas y funcionales encontradas, y en su diseño visual por aportar esta información de forma rápida y atractiva para este público.

A continuación se puede ver una imagen de presentación de la app. [Imagen 14]

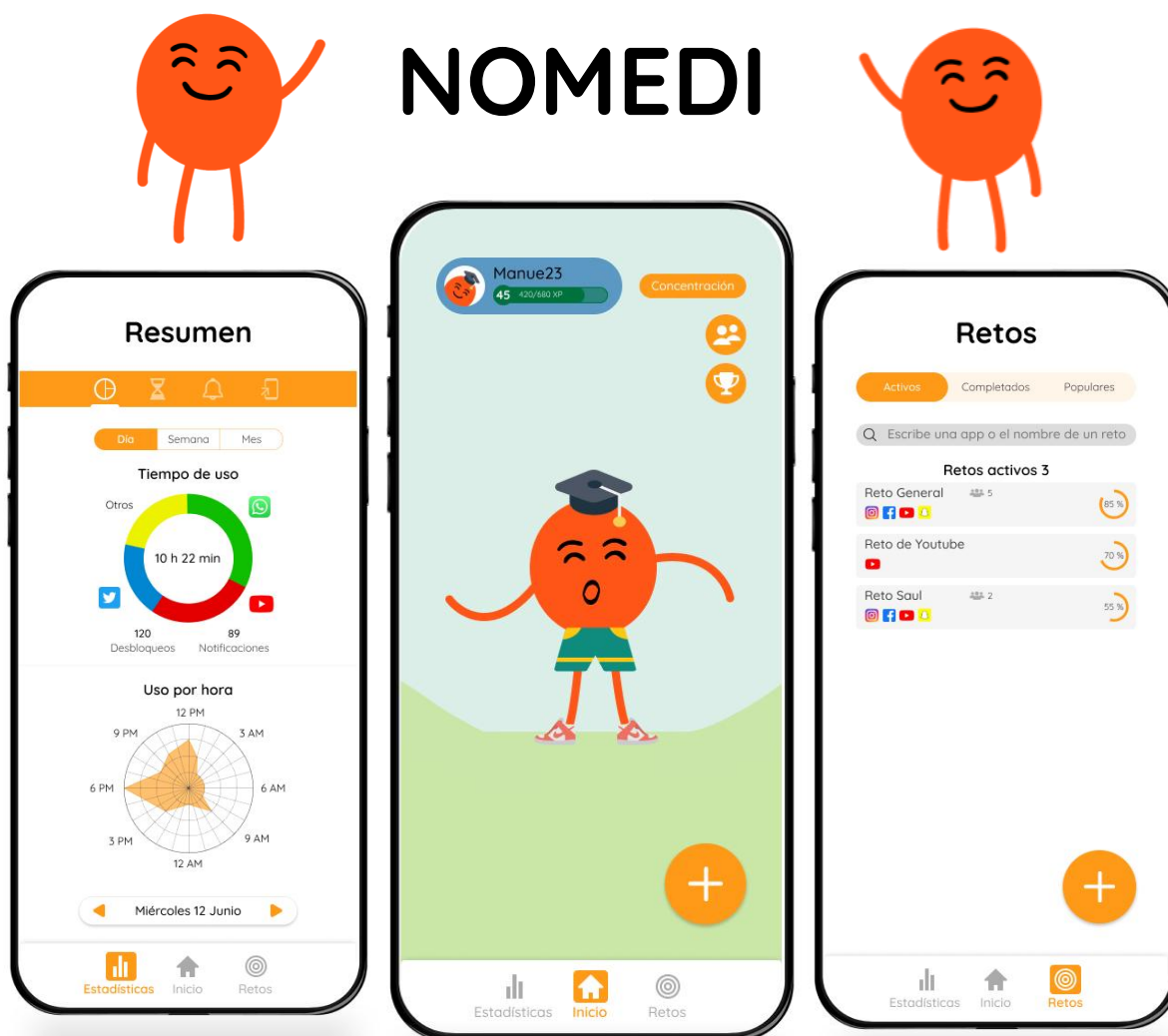


Imagen 14

■ Conclusiones

Tras haber completado todas las fases del proyecto, se puede afirmar que se ha alcanzado un resultado satisfactorio. Se ha identificado un uso perjudicial de las redes sociales de forma generalizada y se ha desarrollado en base a las preferencias de inmediatez, accesibilidad y sociabilidad de los adolescentes, un prototipo de aplicación que permite mejorar estos hábitos mediante la información y la creación de retos.

Dado que se trata de un proyecto de diseño las palabras no son suficientes para describir el resultado pues la mayor conclusión que se puede obtener es el propio prototipo de la aplicación.

El siguiente paso en este proyecto es la creación de un prototipo con el cual verificar la capacidad de reducir el uso de RRSS en un grupo piloto con el cual llevar un seguimiento de sus hábitos de uso, identificando cuales son las herramientas que más ayudan en este respecto y qué nuevas herramientas se podrían implementar.

Para ello se precisa de una nueva fase de diseño, en la que se desarrolla en profundidad un modelo visual con el cual un equipo de desarrolladores pueda trabajar en un modelo funcional, con todo el proceso de programación, depuración de errores y lanzamiento necesario.

Previo a la inclusión al mercado se requiere también un rediseño gráfico del personaje principal y todos los elementos de personalización que este ofrece, NOMEDI representa la mayor diferenciación a nivel visual en el mercado y debe ser accesible y atractivo para el público adolescente.

Estas modificaciones permitirían el lanzamiento de la aplicación al mercado y con ello los primeros usuarios que aportarían feedback para continuar este proceso continuo de mejora.

Cada año y de forma más prematura niños y adolescentes usan las RRSS sin caer en las consecuencias que tienen para ellos, no solo por la vida que dejan de experimentar más allá de la pantalla sino por los perjuicios cada vez más estudiados de este tipo de aplicaciones. NOMEDI aporta a los más pequeños una herramienta para romper con esta continua búsqueda de entretenimiento digital y volver a disfrutar de una etapa tan noble y bonita como la adolescencia.

■ Valoración personal

Este proyecto, ha sido muy lucrativo a nivel personal pues me ha aportado mucha consciencia sobre mi propio abuso de las RRSS, desde el inicio del proyecto empecé a fijarme en los niños, adolescentes e incluso jóvenes y el uso tan elevado que hacen del teléfono, es habitual ver a grupos de adolescentes reunidos donde cada uno se encuentra sumergido en su pequeño mundo digital obviando la propia realidad. Y es una pena pensar en todas las experiencias que dejan y dejamos de vivir por refrescar la página una y otra vez en busca de una nueva publicación con la que entretenernos.

Personalmente ha sido un trabajo muy satisfactorio, he aprendido acerca de la salud, sobre la investigación de usuario y el desarrollo de una App. Aunque más allá de los conocimientos teóricos, me llevo la satisfacción personal por trabajar de forma constante, aprender a autogestionarme y por primera vez en tantos trabajos académicos, ser capaz de distribuir de forma equitativa el trabajo en todas las fases del proyecto.

En todos estos años de formación universitaria, este ha sido el proyecto más largo y exigente. Y no solo me refiero a nivel de horas, la gran diferencia ha sido la profundidad y sentido que alcanza cada una de las fases del proyecto, por primera vez no estaba construyendo un puzzle cuyas piezas hacía encajar, estaba construyendo una estructura en la que la firmeza de los pisos venía determinada por la firmeza de los cimientos.

Índice de elementos auxiliares

Imágenes

Imagen 1 Cronograma	6
Imagen 2 y 3 Fabulous	13
Imagen 4 Teen Ink	14
Imágenes 5 y 6 Space	15
Imagen 7 Sitemap	21
Imagen 8 Flujograma	22
Imágenes 9 y 10 Navegación	24
Imagen 11 Resumen guía de estilo	25
Imagen 12 Mockup Inicio	26
Imagen 13 OnBoarding	33
Imagen 14 Presentación	35
Imágenes 15,16,17,1,19,20,21,22 Fabulous	53
Imágenes 23,24 y 25 Teen Ink	55
Imágenes 26, 27, 28 y 29 Space	57
Imágenes 30 y 31 Wireframes Sesión	66
Imágenes 32 y 33 Wireframe Main	66
Imágenes 34, 35 y 36 Wireframe Retos	67
Imágenes 37, 38 y 39 Wireframe Crear Retos I	68
Imagen 40 Wireframe Crear Reto II	69
Imágenes 41 y 42 Wireframe Crear Reto III	69
Imagen 43 Wireframe Reto Individual	70
Imagen 44 Wireframe Reto Colectivo	71
Imagen 45 Wireframe Crear reto guiado	71
Imagen 46 Wireframe Unirse reto	72
Imagen 47 Wireframe Reto ajeno	72
Imagen 48 Wireframe Estadísticas	73
Imagen 49 Wireframe Tiempo de uso, Lanzamientos y aplicación	74
Imagen 50 Wireframe Aplicación	74
Imágenes 51, 52, 53 y 54 Wireframe Comunidad	75
Imagen 55 Wireframe Perfil ajeno	76
Imagen 56 Wireframe Perfil	76
Imagen 57 Wireframe Ajustes	77
Imagen 58 Wireframe Logros	77
Imagen 59 Wireframe Historial	78
Imágenes 60 y 61 Guía de Estilo	80
Imágenes 62 y 63 Mockup Inicio de Sesión	82
Imágenes 64, 65, 66, 67, 68 y 69 Mockup Main	82
Imágenes 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81 y 82 Mockups de Retos	83
Imágenes 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91 y 92 Mockups Crear reto	84
Imágenes 93, 94, 95, 96 y 97 Mockups Estadísticas	84
Imágenes 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105 y 106 Mockups Comunidad	85
Imágenes 107, 108, 109 y 110 Mockup Perfil	86

Imágenes 111 y 112 Mockups Logros	86
Imágenes 113, 114, 115 y 116 Mockups Auxiliares	86
Imágenes 117, 118, 119, 120, 121 y 122 Cambios Reto 1 Test 1	89
Imágenes 123 y 124 Cambios Reto 2 Test 1	92
Imágenes 125 Cambios Reto 3 Test 1	93
Imágenes 126 y 127 Cambios Reto 4 Test 1	94
Imágenes 128 Prototipo	96
Imágenes 129 y 130 Cambios Accesibilidad Inicio	106
Imágenes 131 y 132 Cambios Crear Reto	106
Imágenes 133, 134 y 135 Cambios Crear Reto II	107
Imágenes 136 y 137 Cambios Calendario	107
Imágenes 138 y 139 Cambios Crear Reto III	107
Imágenes 140 y 141 Cambios Reto Guiado	108
Imágenes 142 y 143 Cambios Accesibilidad Información	108
Imágenes 144 y 145 Cambios Tabs Comunidad	109

Tablas

Tabla 1 Selección	18
Tabla 2 Valoración	47
Tabla 3 Funciones	59
Tabla 4 Inventario	60
Tabla 5 Prueba 1 Test 1	89
Tabla 6 Prueba 2 Test 1	91
Tabla 7 Prueba 3 Test 1	93
Tabla 8 Prueba 4 Test 1	94
Tabla 9 Prueba 1 Test 2	100
Tabla 10 Prueba 2 Test 2	101
Tabla 11 Prueba 3 Test 2	102
Tabla 12 Prueba 4 Test 2	103
Tabla 13 Conclusiones y cambios Test 2	104

Bibliografía

- [1] Portero Lopez, Paloma; Cirne Lima, Roberta y Mathieu, Gladys. La intervención con adolescentes y jóvenes en la prevención y promoción de la salud. *Rev. Esp. Salud Pública* vol.76, n.5 [online]. 2002.
- [2] Grupo de Estudio OMS/FNUAP/UNICEF sobre Programación para la Salud de los Adolescentes (1995 : Saillon, Suiza) & Organización Mundial de la Salud.. Programación para la salud de los adolescentes : *informe de un Grupo de Estudio OMS/FNUAP/UNICEF sobre Programación para la Salud de los Adolescentes*. Organización Mundial de la Salud. 1999
- [3] Moreno C, Ramos P, Rivera F et al. Informe técnico de los resultados obtenidos por el Estudio Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) 2018 en España. *Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social*, 2019
- [4] Natalia Cuadra Blog Instituto de Bioética N°15 *Redes sociales y Salud Mental*. 2019
- [5] FABULOUS. *Fabulous*. Google play
<https://play.google.com/store/apps/details?id=co.thefabulous.app&hl=es&gl=US> . 2022
- [6] Teen Ink. *Teen Ink*. <https://www.teenink.com>
- [7] Mobifolio. *Space*. Google play
https://play.google.com/store/apps/details?id=mrigapps.andriod.breakfree.deux&hl=es_419&gl=US 2023
- [8] Miro. *Miro*. online. <https://miro.com/es>
- [9] Google *Material Design*. <https://m3.material.io>
- [10] Headspace INC. *Headspace*. <https://www.headspace.com/es>
- [11] Cramer S, Inkster B. *#StatusOfMind: Social Media on Young People's Mental Health and Wellbeing*. RSPH. 2017;8-10.
- [12] Figma. *Figma*. <https://www.figma.com>

Anexos

- Anexo A Estudio Persona
- Anexo B Valoración
- Anexo C Entrevistas
- Anexo D Estudio de Mercado
- Anexo E Funciones

- Anexo F Inventario
- Anexo G Wireframes
- Anexo H Guía de estilo
- Anexo I Mock ups
- Anexo J Test de guerrilla
- Anexo K Test de usabilidad

Anexo A Estudio Persona

Gamer	
	Motivaciones • Ser el mejor de su clase en un juego móvil. • Comprarse el próximo videojuego para la PlayStation Preocupaciones • No tener tiempo para sus videojuegos • No aprobar las asignaturas y ser castigado por sus padres sin jugar • Ser superado por sus amigos en el videojuego de moda Estado de salud Físicamente es poco activo, lleva una vida algo sedentaria y pasa mucho tiempo delante de la pantalla, socialmente es muy abierto con sus padres pero le cuesta coger confianza con los compañeros, disfruta mucho de su día a día.
Nombre Alejandro Moreno Edad 14 Personalidad Es introvertido y tímido, suele pasar desapercibido. Le gustan los retos y se implica mucho por dar lo mejor de él, tiene mal perder.	

Gamer	
Escenario de uso • Alejandro se ha dado cuenta de que dedica mucho tiempo jugando a videojuegos y ya no disfruta como antes pero no puede dejarlo, por lo que decide descargar la aplicación para empezar a hacer un uso más racional de los videojuegos. • Alejandro lleva varios días olvidándose de hacer los deberes debido al tiempo excesivo que dedica a sus videojuegos. Por lo que descarga la aplicación para gestionar mejor su tiempo y llegar a todas sus tareas • Alejandro ha empezado a descuidar alguna de las cosas que le gusta hacer como quedar con sus amigos, pasear a su perro o leer porque últimamente solo juega a videojuegos y evita el resto de pasatiempos y decide descargar la aplicación para hacer un uso más racional y hacer más cosas en su día.	Historia de uso • Alejandro acaba de llegar a casa del colegio y como gamer le apetece jugar a videojuegos todo el rato posible pero se acuerda de que quiere aprobar las asignaturas y debe hacer los deberes para practicar para el examen. Por lo que quiere gestionar bien su tiempo para cumplir con sus obligaciones escolares y poder tener tiempo para jugar. • Alejandro ha tenido un día duro en el colegio y tras descansar un poco se pone a jugar a videojuegos, como se ha dado cuenta de que suele abusar de los videojuegos quiere encontrar una actividad alternativa para dedicar su tiempo libre y desearía que fuera algo que le divierta tanto como los videojuegos.

Activo



Nombre Laura Olmos

Edad 13

Personalidad

Es una chica muy simpática y risueña, se lleva bien todo el mundo. Hace muchas actividades extraescolares pero no sabe que es lo que le gusta realmente.

Motivaciones

- Tocar la guitarra en la banda de su ciudad
- Sacar una nota media de 9 o más
- Ser cinturón negro de Judo

Preocupaciones

- No ser suficiente para alcanzar sus metas
- El estrés de los próximos exámenes finales
- Una discusión con su mejor amiga

Estado de salud

Tiene una muy buena salud en general, realiza mucha actividad física y cuida su alimentación, mentalmente tiene algo de estrés y ansiedad por la gran cantidad de actividades que realiza lo que repercute en su descanso. Tiene muchos amigos diferentes y no ha desarrollado mucho una personalidad.

Activo

Escenario de uso

- Laura siente como algunos días le cuesta llegar a todas las cosas que se propone por lo que descarga la aplicación para gestionar mejor su tiempo y conseguir cumplir todos sus objetivos.
- Laura hace muchas cosas durante el día y esto le genera estrés el cuál no sabe gestionar ya que quiere alcanzar sus metas por lo que descarga la aplicación para aprender a gestionarlo y llevar una vida más relajada.
- Laura ha terminado los exámenes y han sido unos días duros mentalmente para ella por lo que para que no se vuelva a repetir descarga la aplicación para así cuidar su salud mental día a día y no sufrir tanto en momentos de mucho trabajo.

Historia de uso

- Como Laura lleva todo el día haciendo actividades y se encuentra algo cansada al llegar a casa le cuesta relajarse y como quiere desconectar del día y relajarse abre la aplicación para encontrar un momento para ella olvidándose de todo lo que ha hecho.
- Como Laura lleva unos días donde no para de estudiar y realizar actividades sufre algo de ansiedad y quiere relajarse, descansar un poco y poder afrontar los días venideros con algo más de calma. Para así seguir haciendo lo que hace siempre y disfruta pero sin sentirse preocupada.

Social



Nombre Jorge Miranda

Edad 16

Personalidad

Es un chico atrevido y dinámico, tiene gran capacidad de liderazgo y le gusta ser el centro de atención. Es algo narcisista y le cuesta coger confianza con las personas.

Motivaciones

- Alcanzar 1000 seguidos en Instagram
- Salir con la chica que le gusta de su clase

Preocupaciones

- Ser rechazo por las chicas
- No conseguir cierta cantidad de Likes en las redes sociales

Estado de salud

Tiene una vida activa y saludable, socialmente tiene muchas y buenas relaciones, se cuida por lo general aunque a veces fuma y bebe con su grupo de amigos. Se cohibe en su casa y solo confía en sus amigos.

Social

Escenario de uso

- Jorge lleva una temporada donde tras quedar con sus amigos, cuando llega a su casa piensa mucho en las cosas que ha dicho y como han reaccionado los demás por lo que se descarga la aplicación para aceptar esta circunstancia y mejorar sus relaciones
- Jorge se da cuenta de que pasa mucho tiempo en las redes sociales y esto le afecta anímicamente y tampoco está orgulloso de la cantidad de tiempo que dedica. Ha intentado disminuir el uso un par de veces pero ante la imposibilidad decide descargar la aplicación para hacer un uso más sano y comedido.

Historia de uso

- Como Jorge acaba de quedar con sus amigos en el parque y de vuelta a su casa está algo preocupado por las cosas que han hablado y porque su amigo Raúl le ha tratado algo mal quiere poder calmar esa rumiación de pensamientos y desea afrontar esas situaciones con mayor soltura y confianza para así seguir quedando con sus amigos y disfrutar de su compañía como siempre.
- Como Jorge cree que lleva ya un largo rato en Twitter e Instagram quiere descansar un poco de las Redes Sociales para así poder descansar un poco la vista y la mente y poder hacer otra cosa que también le interese. Desearía ser consciente de cuanto tiempo pasa para así poder parar sin desperdiciar tanto tiempo.

Casero



Nombre Belén Fernández

Edad 15

Personalidad

Es una chica simpática e inteligente, disfruta mucho de su tiempo libre en casa con su familia y sus mascotas. Es algo reservada socialmente.

Motivaciones

- Ir a la casa del pueblo a pasar tiempo con sus abuelos.
- Quedar con sus amigas por la noche para dormir juntas

Preocupaciones

- No aprobar las asignaturas del instituto
- Perder a sus amigas cuando tengan que elegir universidad
- Pasar mucho tiempo en soledad

Estado de salud

Goza de un buen estado de salud, es muy alegre y casi nunca se aburre, lleva una vida algo inactiva físicamente aunque siempre esté haciendo cosas en su casa. Lleva una buena alimentación por lo general, socialmente le cuesta conocer a nuevas personas y evita situaciones incómodas.

Casero

Escenario de uso

- Belén lleva un temporada en la que se aburre en su casa y busca nuevas actividades o pasatiempo con los que entretenerse pero por miedo o vergüenza no se atreve a empezar por lo que decide descargar la aplicación para ganar confianza y afrontar estas situaciones.
- Belén está preparando los exámenes finales y esto le está empezando a agobiar un poco, está preocupada por no aprobarlos y tener que repetir curso y perder a sus amigas, por ello descarga la aplicación para gestionar mejor sus inquietudes y poder relajarse en momentos de estrés.
- Belén pasa mucho tiempo sola en casa y en algunos momentos de aburrimiento empieza a desarrollar algo de ansiedad y depresión, cada le cuesta más quedarse sola por lo que descarga la aplicación para informarse sobre como gestionar su tiempo y mejorar la relación consigo misma controlando sus pensamientos.

Historia de uso

- Como Belén ha terminado la semana y se ha aburrido mucho en su casa, siente que quiere empezar a practicar algún deporte para sentirse bien y hacer nuevos amigos. Desea perder el miedo a las situaciones nuevas y a socializar.
- Como Belén ha llegado del colegio algo preocupada porque siente que no va a poder aprobar el examen próximo quiere relajarse para así poder estudiar con tranquilidad. Desearía poder afrontar estas situaciones con calma y confianza, sin tener que preocuparse por el resultado

Anexo B Valoración

Oportunidades	Usuario				Viabilidad	Impacto
	Gamer	Social	Activo	Casero		
Ayudar a tener un horario habitual para despertarse						
Ayudar a empezar el día con una rutina						
Ayudar a salir de la como con propósito y buena actitud						
Promover el cuidado físico y la higiene						
Ayudar a sentirse bien con respecto a la imagen personal						
Informar acerca de la importancia de una buena alimentación						
Ayudar a elegir productos variados y de calidad						
Promover el desayuno en familia						
Recordar qué material se debe llevar al colegio						
Ayudar a medir mejor los tiempos por la mañana						
Promover una actitud productiva en las aulas						
Ayudar a sentirse cómodo en le ambiente escolar						
Aportar herramientas para tomar apuntes y aprender						
Fomentar la actividad física en el tiempo libre						
Ayudar a crear relaciones de calidad						
Informar acerca de cantidad de comida y calidad de la misma						
Informarles acerca de la importancia y utilidad del descanso						
Fomentar ir andando o en bicicleta en vez de en coche						
Incentivar a los adolescentes a buscar una pasión						
Fomentar el probar cosas nuevas y encontrar una actividad propia						
Impulsar su búsqueda de autonomía y personalidad						
Fomentar la satisfacción de esforzarse y el trabajo						
Promover valores laborales						
Incentivar el tener amigos con los que sentirse cómodo						
Ayudar a crear nuevas relaciones y exponerse a situaciones diferentes						
Fomentar la actividad física durante el tiempo de ocio						
Ayudar al estudiante a afrontar las tareas de forma productiva						
Aportar herramientas para solventar problemas o ser capaz de buscar la solución						
Proponer actividades donde el adolescente pueda enfocarse						
Ayudar a gestionar su tiempo libre de forma positiva						
Ayudar a disfrutar del tiempo en familia						
Promover un uso razonable de dispositivos electrónicos						
Fomentar un uso moderado y positivo de las RRSS						
Fomentar un uso comedido de los videojuegos						
Ayudar a enfocar el tiempo de jugar como una forma de diversión y entretenimiento						
Promover la socialización a través de juegos de forma sana						
Promover ayudar en las tareas de casa						
Fomentar el hablar con la familia mientras se cena						
Promover el reposo mental y físico previo a las horas de sueño						
Ayudar a crear una rutina nocturna que mejore el descanso						
Promover momentos de reflexión y relajación						
Ayudar al adolescente a descansar						
Ayudar a desconectar del día						
Fomentar el preparar el próximo día						

Tabla 2

■ Anexo C Entrevistas

Adolescente 1

Tiene 14 años y estudia segundo de la ESO en el Lucas Mallada.

Se ha repasado su rutina diaria dejándole expplayarse en los temas que más le interesaban o que se sentía más cómodo de tratar, se ha escuchado su perspectiva acerca de la salud y cómo la enfoca él. En términos general, lleva un estilo de vida saludable, cuidando todas sus facetas, lleva un horario habitual de sueño, realiza 4 comidas al día las cuales son preparadas todas ellas en su casa y con alimentación variada ya que le gusta todo, en el colegio se esfuerza y saca buenas notas, tienes relaciones satisfactorias con sus amigos que suele ver una vez a la semana y apenas juega videojuegos únicamente al “Clash Royale” un juego para el móvil, la gran parte de su tiempo libre lo dedica a entrenar, practica Muay Thai y prefiere estar en el gimnasio que en casa ya que ahí se suele aburrir, dedica unas 2-3 horas diarias.

Los aspectos más destacables fueron su motivación tanto por el entrenamiento como los estudios, comentaba como antes jugaba mucho a videojuegos en su casa pero desde que empezó a entrenar encontró un gusto nuevo y que disfrutaba más, acude siempre que puede al gimnasio y prácticamente lo ha sustituido por su tiempo en casa. En lo que respecta a los estudios, comenta como no solía gustarle estudiar y era más bien una obligación para él, fué a raíz de reflexionar acerca de la experiencia de su hermano, el cuál comenzó a trabajar muy joven, le hizo empezar a afrontar la secundaria de forma productiva y con ello poder entrar en la universidad.

Otro punto interesante que destacó fué su relación con las redes sociales, en especial Instagram, comentaba como pasa bastante tiempo en ella incluso más del que le gustaría, tenía la costumbre de mirarlo “a todas horas” al despertarse, en el baño o al irse a dormir, por lo general durante poco tiempo pero por las noche sí que puede estar 1 hora o más seguida consultando las redes, no produce contenido, la mayoría del tiempo habla con sus amigos por Instagram, mira algún TikTok sin temática concreta o lee noticias de actualidad en Twitter.

Adolescente 2

Se ha repasado brevemente su rutina diaria desde el despertar hasta la hora de dormir, de forma general lleva una rutina sólida donde se despierta a las 7 de la mañana y comienza el día lavándose y desayunando.

En clases se siente bastante a gusto principalmente por el ambiente y los compañeros, no tiene una gran motivación por los estudios, ya que no sabía muy bien que estudiar posteriormente pero, disfruta mucho de estar en clase y socializar. Las tareas o estudios los lleva al día y con buenas notas, en su opinión más por hábitos y rutinas que por una motivación propia. Fuera del colegio realiza natación y acude a una academia de matemáticas aunque su tiempo libre lo invertía principalmente a quedar con sus amigas ya que es lo que más disfruta o utiliza el móvil principalmente en RRSS o escuchando música.

Destacaba el tiempo que utilizaba el móvil, una media de casi 4 horas al día principalmente en Instagram y TikTok, en las cuales solo consume contenido y muchas veces de forma inconsciente porque se aburre o en los tiempos muertos entre actividades.

La alimentación para ella no era una preocupación, son sus padres quienes deciden qué se come y por lo general incluye bastante fruta y verdura en su dieta simplemente por costumbre y gusto.

Anímicamente disfruta mucho de sus días aunque experimenta algo de estrés sobre todo en las fechas cercanas a exámenes, su mayor inquietud es suspender.

Para ella la salud no es una preocupación aunque es consciente de que podría cuidarse más el estado físico y el descanso.

Profesional de la salud

Estudiante de Medicina en su cuarto año de residencia MIR en la especialidad de psiquiatría, con experiencia laboral en Huesca, Zaragoza y Madrid.

Se ha comentado el entendimiento más integral de la salud que se pudo extraer del pequeño estudio al principio del proyecto y comenta como lo conocía e incluso lo ha estudiado, más específicamente lo ha denominado el enfoque biopsicosocial, en esencia observar la salud como el resultado de innumerables variables y no únicamente las enfermedades.

En sus años de experiencia ha tratado en especial al público joven, según ella, son los más afectados por la salud mental y que en su mayoría no se trata de una enfermedad específica con unas pautas determinadas sino un pequeño área o enfoque en su vida que les resulta perjudicial. Los estados depresivos prolongados, ansiedad en relación a las labores escolares, acoso social o dificultades para afrontar la situación familiar son los casos más frecuentes en consulta. Un punto muy importante a destacar es el grado de control que tiene el paciente en la causa de su malestar, ya que muchas circunstancias están dadas por su entorno como lo son la familia o los compañeros de clase, por ello, se deben diferenciar las causas externas y las internas, a nivel externo se le recomienda evitar esos entornos o circunstancias más dañinas o aportar herramientas para afrontarlas de forma más positiva, a nivel interno, el trabajo psicológico ayuda a lidiar con lo que provoca mentalmente y es aquí donde existe el mayor grado de actuación debido al gran desconocimiento acerca de prácticas para mejorar la salud mental.

Algunas de las herramientas utilizadas son los ejercicios de relajación, el acompañamiento psicológico puntual, ejercicio físico, la recomendación de hábitos relajantes y evasión de los más dañinos; la última herramienta en los pacientes jóvenes son los fármacos.

Para ella la salud mental no se encuentra en un buen estado pero comenta con esperanza como cada vez se fomenta más este tipo de prácticas y se normalizan estos problemas para promover una mejor salud mental; por último como recomendaciones al

público general comenta: la exposición de los problemas, no tener miedo a hablar con las personas de confianza las circunstancias que se experimentan y para los más jóvenes, disminuir el uso de pantallas o dispositivos electrónicos y sustituirlos por relaciones sociales reales y actividad física.

Profesional de la educación

Es graduado en Magisterio de primaria con experiencia en clases extraescolares y como entrenador de fútbol de niños y adolescentes. Ha sido una charla muy productiva acerca de su visión de la actividad física, la motivación y la sociabilidad tanto en sus clases como en los entrenamientos.

Comenta como a nivel de motivación y disfrute hay una grandes diferencias, ya que muchos realizan las actividades por voluntad propia y realmente se involucran y se esfuerzan en la realización de las tareas y otro grupo que están ahí por obligación o forzados a realizar cierta actividad, estos últimos evitan la participación y no disfrutan de las actividades; en su experiencia es a los 14 años, o inicios de la adolescencia es cuando estos últimos abandonan las actividades.

En lo que refiere a la actividad física, algunos adolescentes no realizan ninguna actividad física y los que sí que la realizaban como era el fútbol en su caso, realizaban bastante hasta 4 o 5 entrenamientos por semana. Comenta como por lo general o tienen un deporte o especialización concreta en un deporte al que acuden con frecuencia o no desarrollan ninguna actividad o de forma esporádica.

A nivel social, las relaciones suelen ser bastante sanas y en su opinión gracias a un fomento por su parte desde el primer momento de un sentimiento de grupo o equipo. Esto ayudó a que en su equipo de fútbol pasan rápidamente de ser completos desconocidos a ser un grupo de amigos dentro y fuera del terreno de juego.

Anímicamente, cuanto mayor es el nivel y la edad, mayor esfuerzo se realiza, aumenta el compromiso y con ello el disfrute y progreso en la actividad. En el caso del fútbol, Victor desempeña la labor de entrenador y destaca no solo su faceta física sino también el aspecto psicológico, destaca los momentos donde en cierto ejercicio no se están haciendo las cosas bien y él en primera instancia prueba con un refuerzo positivo a modo de motivación; en caso de no funcionar su segunda opción es la reflexión, a través de preguntas les hace darse cuenta del motivo de su trabajo y con ello crear su propia motivación por la consecución de un objetivo como es ganar un partido o mejorar cierto aspecto.

Como punto destacable también comenta cómo los ejercicios o actividades que más gustan son los que despiertan su espíritu competitivo, cuando sienten que pueden ganar e intentar al máximo optimizar su desempeño y por otro lado lo que menos les gusta o disfrutan son la parte más teórica y pasivas donde únicamente escuchan una lección y no son participantes directos.

■ Anexo D Estudio de Mercado

Fabulous

Fabulous, una aplicación que **ayuda a llevar un estilo de vida más saludable a través de pequeños hábitos diarios** basados en estudios de la universidad de Duke acerca de la psicología conductual.

De forma progresiva, se proponen sencillos hábitos para mejorar, la calidad del sueño, la motivación, el cumplimiento de tareas y la salud en general. Mostrando información acerca de sus beneficios, registrando el progreso y acompañamiento en el proceso. También ofrece en su versión de pago la mejora de todas estas funciones, sesiones de coach individual y el acceso a la comunidad de Fabulous.

Para esta aplicación se utiliza una organización bottom-up [Imagen 15] donde se muestran las diferentes secciones de forma separada. El modelo se divide en 5 apartados, accesibles desde un menú inferior. Inicio donde se presentan las tareas o rituales propuestas para el día de hoy a través de bloques organizados cronológicamente. En este acceso diario se pueden comprobar, modificar y crear los quehaceres diarios. Es la pantalla principal donde se pasará la mayoría del tiempo, contiene pocos elementos y distribuidos de forma limpia y clara [Imagen 16]. Apenas contiene decoración y sirve como plataforma de distribución a las pantallas de interacción como los rituales o consumo como las tareas específicas de estos anteriores [Imagen 17].

Mi viaje [Imagen 18] Fabulous se sirve de la información obtenida en el cuestionario inicial para crear una serie de desafíos personalizados, para todos ellos se ofrece un seguimiento, consejos, utilidad del hábito según estudios científicos y lecturas motivacionales. Es una pantalla de distribución donde poder acceder a toda la información específica de cada reto y como en el Inicio es una pantalla clara y limpia donde las posibilidades son claras y definidas.

Sesiones [Imagen 19] permite acceder a los grupos de sesiones propuestas para hacer un uso esporádico y concreto de alguna de sus rutinas de ejercicio, relajación, concentración entre otras. Una pantalla de distribución donde sobre un fondo blanco se muestran las temáticas de los retos propuestos, al igual que las anteriores es muy sencilla de identificar y utilizar.

Progreso [Imagen 20] se puede ver en un calendario mensual la consecución de los objetivos propuestos y también en formato cronológico, en esta pantalla la información se presenta de forma sintetizada y se puede acceder a ella en profundidad pulsando sobre ella. Es interesante la forma de presentar la información a través de dibujos y poco texto, no expresa una gran cantidad de información por lo que un diseño adecuado puede representar el progreso de forma completa, acompañada de otras pantallas auxiliares de forma específica para los diferentes formatos.

Descubre [Imagen 21] es una pantalla donde explorar los retos más populares por la comunidad, los viajes que propone y actividades guiadas. Todos ellos responden a las mismas temáticas pero se presentan en diferentes conceptos ya que la forma es homogénea. Tras completar cualquier reto, se permite compartirlo no solo en redes sociales sino en el propio foro de la aplicación (solo para la versión de pago) y muestra mensajes motivacionales.

En su versión de pago, permite acceder a todos los desafíos, modificar su duración y objetivo según preferencias, tener sesiones de coach individual con un profesional, acceder a la comunidad Fabulous y servirse de todos los planes y viajes que la aplicación ofrece.

Se pueden observar varios aspectos que denotan la calidad y profundidad de la aplicación y es que Fabulous ofrece multitud de posibilidades. Por un lado si el usuario es novel y no tiene experiencia se puede dejar llevar por Mi viaje, donde es la aplicación la que propone una serie de hábitos variados, si por el contrario tiene experiencia es él quien puede crear sus propios rituales seleccionando entre los más de 50 hábitos que tiene; es por ello que la experiencia del usuario no es ninguna barrera. Por otro lado ofrece también la posibilidad de hacer un uso esporádico a través de sus sesiones las cuales pueden durar desde 30s hasta 20 minutos o si se prefiere hacer un uso más riguroso a través de viajes y rituales diarios para los cuales se ofrece un progreso y un registro de la actividad desarrollada en la aplicación; por lo que la implicación o el uso que le quiera dar el usuario tampoco es un inconveniente.

Visualmente se caracteriza por su estilo Material Design donde sobre un fondo blanco se presentan los diferentes elementos emulando materiales a través de sus aspectos visuales tales como la forma, el color, su posición y textura. Esta normativa de Diseño fué desarrollada por Google y está presente en la mayoría de sus variantes como Gmail, Drive o Calender. Este diseño disminuye la necesidad de separación entre elementos, ya que están diferenciados por el marco al que pertenecen y genera una sensación de profundidad facilitando la identificación de los interactivables y diferenciando los diferentes sistemas. Predominan las formas curvas, apenas existen esquinas ni bordes sobre los dibujos o imágenes, las formas utilizadas son muy simples pero representativas, además sumado a los colores planos y hacen de la aplicación un entorno sencillo agradable de navegar; resulta ser un aspecto muy adecuado a la intención global de la aplicación de cuidado de la salud.

Destacar por último y en suma a su estilo estético es la simpleza presentada en sus principales pantallas, apenas existe texto en las pantallas de mayor uso y es a través de pantallas auxiliares [Imagen 22] donde se puede acceder a una mayor descripción o aspectos más complejos de las funciones; por lo que resulta un conjunto muy agradable y fácil de utilizar sin obviar la rigurosidad de una aplicación que mejora la salud a través de la psicología conductual.

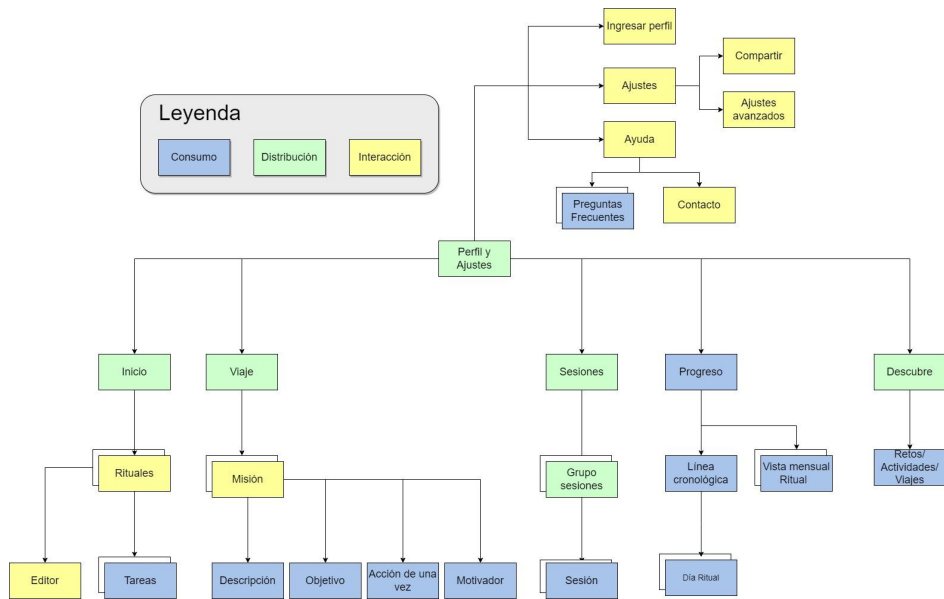


Imagen 15

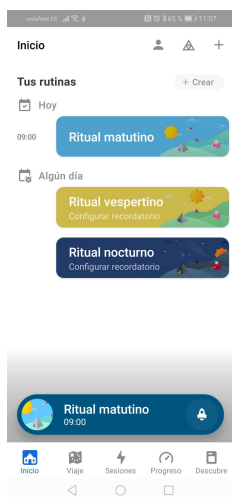


Imagen 16

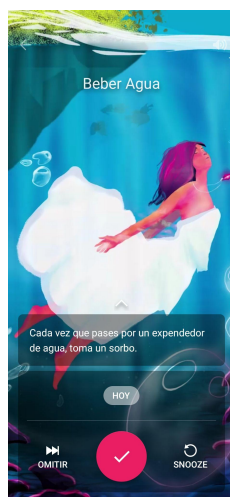


Imagen 17

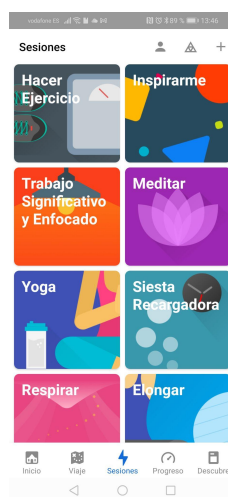


Imagen 18



Imagen 19

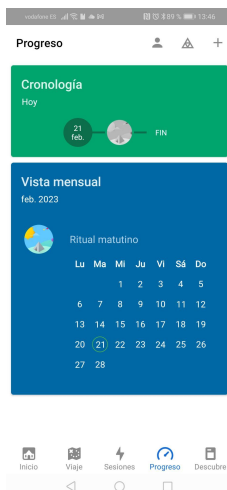


Imagen 19

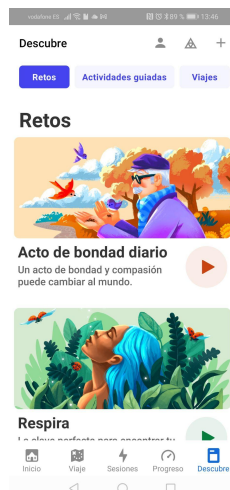


Imagen 18

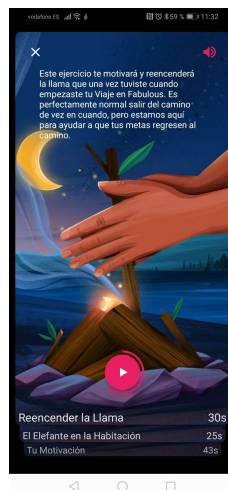


Imagen 22

Teen ink

Teen ink es una revista mensual escrita por y para adolescentes donde se publica todo tipo de información y contenido destinado a este público.

A través de una barra desplegable lateral se presentan los diferentes tipos de contenido que contiene la aplicación: La revista, artículos de poesía, ficción o no ficción, comentarios de libros, contenido artístico como dibujo, pintura, fotografía o vídeo, concursos y guías escolares y de actividades de verano. Un contenido muy variado del interés del público que se presenta siguiendo la misma estructura principal donde se mantienen las funciones más recurrentes en el borde derecho, un selector de búsqueda y un menú desplegable junto a los links de RRSS en la cabecera y las diferentes temáticas del contenido en la derecha. El contenido específico se mantiene siempre en el medio y se presenta a través de post seleccionables.

Resulta interesante la efectividad y singularidad del diseño, ya que cada post se presenta a través de una imagen representativa, un título, la tipología del contenido y una valoración, aparte de datos específicos del autor. [Figura 23] Lo cual resulta muy descriptivo a través de una mirada rápida principalmente por su contenido visual y no textual.

El diseño estético es muy diverso, existe el color base de la web el verde fosforito el cuál se repite en muchos elementos de interacción y el azul oscuro como color de contraste; el resto de elementos se sirven de colores variados sin corresponderse entre ellos así como las formas o los estilos los cuales dependen del post. Se puede apreciar un contraste entre la estructura base con la cuadrícula de cada elemento diferenciado del desorden o variedad de cada una de las publicaciones; la cuadrícula le aporta homogeneidad mientras cada elemento rompe de una forma diferente.

Otro aspecto a destacar y en concordancia con el diseño visual es el lenguaje, tanto en las publicaciones de los propios adolescentes [Figura 24] como las descripciones o los desplegables, son elementos muy descriptivos, que no dejen lugar a duda y también directo,

normalmente en tiempo presente con verbos claros. Así como en el diseño estético el copywriting es directo y descriptivo; así como son los adolescentes, el estilo es creativo sin seguir una tendencia concreta de forma estricta puede inspirarse en muchas y para crear un estilo único; tampoco enfatizan en los detalles, las formas no son exactas ni perfectas, se centra en la idea que representa.

Por último señalar el énfasis que tiene la web en el aspecto social y de comunidad [Figura 25]. En todas las publicaciones sale un indicativo de los comentarios que han recibido y su valoración por la comunidad. Además de poder compartir un post que les ha gustado en sus redes sociales, opción que aparece en todo momento.

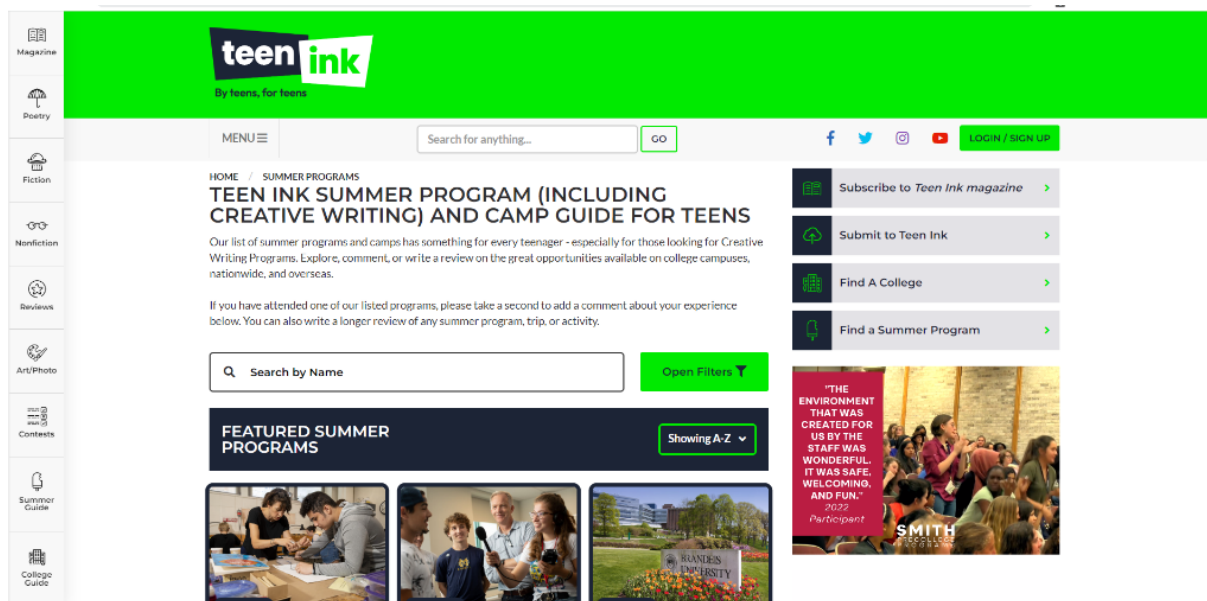


Figura 23



Imagen 24



Imagen 25

Space

Space es una aplicación diseñada para hacer un uso moderado del teléfono.

Para ello se sirve de dos conceptos, la información del usuario, a través de la cuál se hace consciente del uso que realiza del teléfono y la toma de acción, donde se actúa para disminuir ese tiempo.

Para informar al usuario del tiempo que utiliza en el teléfono tiene el apartado de Inicio [Imagen 26], donde se muestra el tiempo de uso del teléfono y el número de desbloques de ese día en comparación con un objetivo preestablecido. También se pueden ver las opciones de foco, un modo donde no se puede utilizar el móvil y la de pausa donde la app dejaría de contabilizar el tiempo de uso.

También se apoya en la pantalla de progreso donde se observan estadísticas acerca de el tiempo de uso y el número de desbloques clasificados por días, además ofrece la opción de compararlo con el uso de los amigos que tengan la app así como, en su versión de pago, un programa personalizado para mejorar estos valores.

Como parte de la información también contiene una pantalla de “Top tips” [Imagen 27] donde muestra estudios o datos curiosos acerca de los prejuicios del uso excesivo del teléfono o las ventajas de su uso moderado.

Como funciones para disminuir el uso del teléfono está el apartado de kit de herramientas [Imagen 28] donde se puede: interrumpir la sesión al cabo de un tiempo establecido, interrumpir si se desbloquea el teléfono de forma reiterada, la función SPACE donde bloquea las notificaciones y alertas del teléfono, el bloqueo de la pantalla tras un tiempo establecido y la exclusión tanto de aplicaciones durante el tiempo de SPACE o de llamadas telefónicas. Por lo general estas acciones se basan en la prevención de usos reiterados a través de bloqueos y restricción y la actuación en el caso de hacer un uso prolongado o nocivo a través de notificaciones y bloqueos de pantalla.

Otras de las funciones que se aportan son los retos programados o planes donde se proponen diferentes retos acerca del uso del teléfono para alcanzar una meta predefinida por la aplicación, además aporta información en el proceso acerca de los beneficios y estudios relacionados. También existe el apartado de logros, un curso de 8 días similar a estos planes de pago pero en versión reducida y una herramienta de geolocalización para saber en qué lugares hacemos un mayor uso del teléfono.

Por lo general es una App bastante simple como se puede ver por su Sitemap en la [Imagen 29], con pocos elementos decorativos, principalmente contiene elementos que aportan información de forma visual a través de gráficos y datos de apartados específicos. No contiene una gran profundidad en ningún apartado siendo el más amplio el del Perfil el cuál es el distribuido al resto de funciones aunque no queda demasiado clara cuál es la pantalla principal ya que la de Inicio no aporta gran información.

Como punto fuerte destacar la cantidad de funciones diferentes que aporta para hacer un uso moderado del teléfono y la cantidad de información que ofrece para así ser más consciente del tiempo invertido en él.

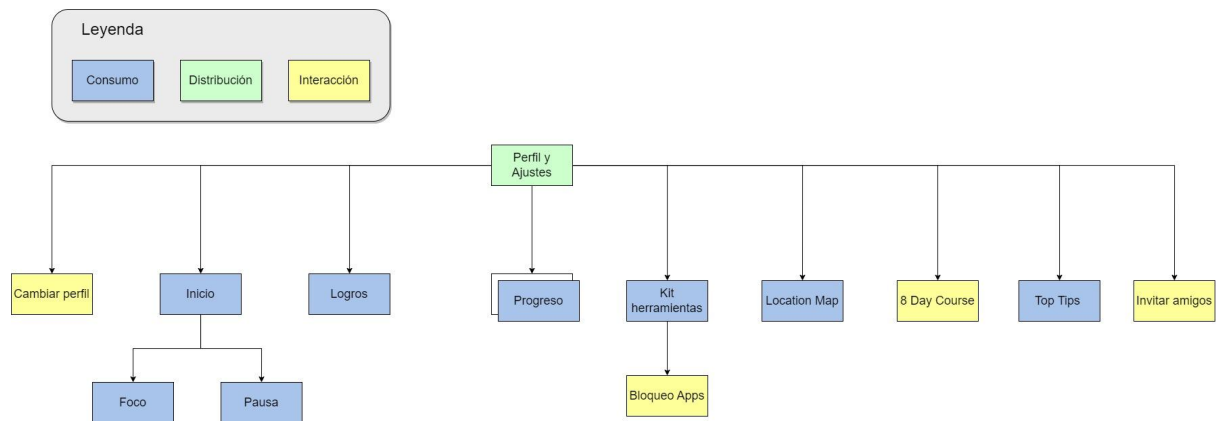


Imagen 26

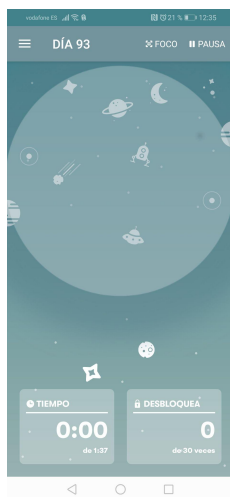


Imagen 27

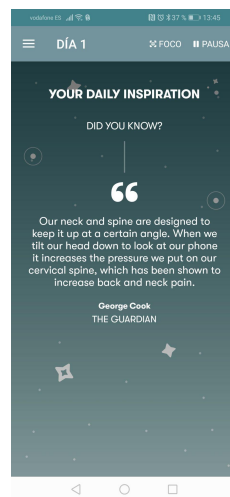


Imagen 28



Imagen 29

■ Anexo E Funciones

Retos

Crear reto personalizado

Demanda los siguientes datos para crear un reto personalizado:

- Nombre
- Las limitaciones (de 1 a 8)
- Los días de la semana a realizar el reto
- La duración del reto
- Los participantes

Las limitaciones de los retos son restricciones para una aplicación que hacen referencia al Tiempo máximo de uso en un día o un rango horario en el que no se puede utilizar la app.

Crear reto guiado

Demanda la dificultad del reto y la duración del mismo para crear un reto adaptado al uso habitual del teléfono del perfil activo

Unirse a retos públicos de otros usuarios

Permite buscar entre mis retos filtrados según si están activos o completados

Permite visualizar los retos más valorados

Permite visualizar y empezar los retos de la comunidad

Registra los retos del usuario pudiendo visualizar la información asociada

Permite visualizar la siguiente información de un reto activo:

- Nombre
- Progreso a través de un gráfico
- El porcentaje de consecución
- La relación logrado/fallido
- las limitaciones que contiene
- El calendario con el registro de la consecución

En el caso de un reto colectivo, muestra además un ranking con la puntuación de los usuarios

Gamificación

Hace una valoración respecto al uso pasado y la comunidad de la actividad más reciente en las RRSS. La valoración se realiza de forma visual a través del estado de ánimo del personaje que aparece en la pantalla principal.

Personalizar los siguientes aspectos del personaje:

- Color
- Accesorio en la cabeza
- Pantalón
- Zapatillas
- Fondo animado

Ofrece logros definidos por la aplicación

Los perfiles de usuario cuentan con un nivel de experiencia

Los logros son recompensados con puntos de experiencia

Los logros tienen asociadas recompensas en forma de accesorios para personalizar el personaje

Los perfiles de usuario tienen un icono asociado al personaje

Información

Permite observar información del uso de las RRSS en un espacio temporal a elegir (1 día/ 1Semana/ 1mes) organizada de la siguiente forma:

Un resumen del uso de las RRSS a través de un gráfico con las aplicaciones que más

tiempo han consumido y mapa de calor de las horas del día y su uso
Un gráfico de barras y un desglose con lo que supone cada aplicación respecto del total para la siguiente información:

- El número de lanzamientos de la aplicación
- El número de notificaciones
- El tiempo de uso

Un estudio de una aplicación concreta según el espacio temporal a definir incluyendo:

- Gráfico de barras con el tiempo de uso
- La media de uso
- La media de uso de la comunidad
- El número de lanzamientos
- El número de notificaciones
- Un mapa de calor con las horas de mayor actividad

En el caso de que la aplicación actualmente en uso esté asociada a un reto activo, muestra a través de un desplegable el reto, la limitación que tiene asociada, el % consumido de dicha limitación y el tiempo consumido en la sesión actual.

En caso de alcanzar un límite de uso establecido en algún reto lanza un Pop up que recuerde la limitación previamente establecida y ofrece alternativa de:

- Llamar a un amigo o familiar (redirigiendo a los contactos)
- Hacer algo de ejercicio (mostrando una imagen de un ejercicio básico y un número de series y de repeticiones 00x00)
- Una lectura reflexiva acerca del uso del teléfono

Muestra en las pantallas de carga información acerca de los prejuicios de un uso excesivo del teléfono y frases que inciten a la desconexión del teléfono

Social

Busca perfiles de usuario por el nombre

Gestiona un listado de amigos pudiendo agregar y eliminar amigos

Muestra un ranking de amigos organizados por su nivel de experiencia

Muestra un ranking de la comunidad organizados por su nivel de experiencia

Acceder al perfil de otro usuario para visualizar la siguiente información

- Nombre
- Icono
- Nivel de experiencia
- Estado actual de su muñeco
- Retos activos

Permite compartir en RRSS el estado actual del propio muñeco

Gestiona un apartado de solicitudes donde acepta o declina solicitudes de amistad e invitaciones a retos

Auxiliar

Gestiona Perfiles de usuario

Crear un nuevo usuario demandando el nombre de usuario un correo electrónico y una contraseña

Iniciar Sesión a través de un nombre/correo y contraseña

Modificar los datos asociados a un perfil de usuario

Activar y desactivar las notificaciones de la aplicación

Actuar y desactivar la aplicación

Permite hacer uso de un modo donde no se pueda salir de la pantalla durante un tiempo establecido

Muestra un historial de los trofeos, los logros y las recompensas asociadas en orden cronológico.

Anexo F Inventario

Jerarquía	Sección	Tipología	Función	Contenido
0	Registro	Distribución	Permite crear un nuevo usuario	Logo y nombre de la aplicación. Título de la pantalla. Descripción y campo a completar para los siguientes datos: -nombre - correo -contraseña -repetir contraseña. Botón para registrarse. Acceso al Inicio de sesión
0.1	Inicio Sesión	Distribución	Acceder al perfil de usuario deseado	Logo y nombre de la aplicación. Título de la pantalla. Descripción y campo a completar para los siguientes datos: -nombre - correo. Botón de Inicio de sesión. La posibilidad de restablecer la contraseña. Acceso al registro.
1	Inicio	Consumo y Distribución	Informar acerca del uso reciente de las RRSS y servir de puente al resto de funcionalidades	En el margen superior contiene los datos del perfil: Icono, Nivel de experiencia y nombre. Botón de modo enfocado. Botón de acceso a los trofeos. Botón de acceso a la comunidad. Botón para crear un reto. Barra de navegación inferior con acceso a las Estadísticas, La pantalla principal (actual) y los retos. En el centro de la pantalla aparece el muñeco.
1.1	Retos	Distribución	Permite consultar los retos activos, los completados por el usuario y ver los retos más populares en la comunidad.	Título de la pantalla. Selector entre retos activos / completados/ populares. Buscador de retos. Indicador de los retos que aparecen en pantalla. Todos los retos que pertenezcan descritos por: - nombre - Apps que incluye - % de consecución - *likes y comentarios - Botón para crear un reto - Barra de navegación inferior con acceso a Estadísticas, Principal y Retos.
1.1.1	Crear reto I	Interacción	Demandar el nombre y las limitaciones que contiene el reto a crear	Título. Botón volver. Descripción y campo a completar de "nombre". El creador de limitaciones donde añadir (6max) y eliminar limitaciones de tiempo o de rango horario a elegir para una aplicación concreta. Botón para acceder a la siguiente pantalla

1.1.1.1	Crear reto II	Interacción	Demandar los días de la semana a realizarlo y la duración del reto	Título. Botón de Inicio. Selector de los días de la semana a realizar el reto con una casilla seleccionable para cada uno. Selector de la fecha en la que terminará el reto a través de un calendario interactivo. Botones de avance y retroceso en el proceso de creación del reto
1.1.1.1.1	Crear reto III	Interacción	Ofrece la posibilidad de añadir participantes en el reto	Título. Botón de Inicio. Selección de los participantes (8 max) pudiendo añadir y eliminar amigos a través de solicitud y a una persona desconocida. Cada uno de ellos está descrito por su número de participante, su icono, su nombre y su nivel de experiencia. Botón para crear el reto. Botón para volver al paso anterior.
1.1.1.1.1.1	Reto Individual	Consumo	Muestra la información asociada a un reto personalizado individual	Título. Botón Inicio y retroceso. Progreso a través de un gráfico circular y textual. Fecha de creación y finalización. Relación Logrado/Fallido de forma textual y con una barra representativa. La racha de consecución actual y la mejor. Las limitaciones que contiene el reto en forma de listado. El calendario de consecución. **Likes y comentarios
1.1.1.1.1.2	Reto colectivo	Consumo	Muestra la información asociada a un reto personalizado colectivo	Título. Botón Inicio y retroceso. Progreso a través de un gráfico circular y textual. Fecha de creación y finalización. Relación Logrado/Fallido de forma textual y con una barra representativa. La racha de consecución actual y la mejor. Las limitaciones que contiene el reto en forma de listado. El calendario de consecución. Ranking de los participantes por puntuación en el reto
1.1.2	Crear reto guiado	Interacción	Demanda la información necesaria para crear un reto guiado	Título. Botón retroceso. Selector de dificultad entre: Fácil/ Intermedio/ Difícil, con una descripción de los objetivos de cada dificultad. Un Selector de la duración del reto entre 30/45/60/75/90 días y una breve explicación del proceso y los objetivos propuestos. Botón de crear reto

1.1.2.1	Reto guiado	Consumo	Muestra la información asociada a un reto guiado	Título. Botón Inicio y retroceso. Dificultad elegida. Progreso a través de un gráfico circular y textual. Fecha de creación y finalización. Relación Logrado/Fallido de forma textual y con una barra representativa. La racha de consecución actual y la mejor. Las limitaciones que contiene el reto en forma de listado. El calendario de consecución.
1.1.3	Reto ajeno	Consumo	Muestra la toda la información de un reto ajeno	Título. Botón Inicio y retroceso. Listado de las limitaciones que contiene. Los días que se debe realizar el reto. Qué día termina el reto. Quién ha creado el reto junto a su icono. Un apartado con los likes que ha recibido y los comentarios sobre él. Cada comentario incluye el autor y su icono encabezando el texto. Botón de Probar reto.
1.2	Estadísticas	Distribución	Mostrar información general del uso de las RRSS	Título Selector por iconos de Resumen/Lanzamientos/Notificaciones/ Tiempo de Uso. Selector Diario/Semanal/Mensual. Gráfico Resumen del tiempo de pantalla con el icono de cada aplicación que aparezca, tiempo total de uso y el número de lanzamientos y notificaciones.. Gráfico por horas del uso del teléfono. Menú inferior Estadísticas/Home/Retos
1.2.1	Tiempo de Uso	Consumo	Mostrar información acerca del tiempo de uso	Título Selector por iconos de Resumen/Lanzamientos/Notificaciones/Tiempo de Uso. Selector Diario/Semanal/Mensual. Gráfico de barras representativo de un espacio temporal indicado en el selector, leyenda en los márgenes inferior e izquierdo y un indicador de la media y la media de la comunidad de usuarios. Listado de las aplicaciones que ocupan el tiempo del día con su icono y tiempo utilizado. Indicador del día activo y un botón de siguiente y anterior. Barra inferior Estadísticas/Inicio/Retos

1.2.2	Lanzamientos	Consumo	Mostrar información acerca de los Lanzamientos	Título Selector por iconos de Resumen/Lanzamientos/Notificaciones/Tiempo de Uso. Selector Diario/Semanal/Mensual. Gráfico de barras representativo de un espacio temporal indicado en el selector, leyenda en los márgenes inferior e izquierdo y un indicador de la media y la media de la comunidad de usuarios. Listado de las aplicaciones que ocupan el tiempo del día con su icono y tiempo utilizado. Indicador del día activo y un botón de siguiente y anterior. Barra inferior Estadísticas/Inicio/Retos
1.2.3	Notificaciones	Consumo	Mostrar información acerca de las notificaciones	Título Selector por iconos de Resumen/Lanzamientos/Notificaciones/Tiempo de Uso. Selector Diario/Semanal/Mensual. Gráfico de barras representativo de un espacio temporal indicado en el selector, leyenda en los márgenes inferior e izquierdo y un indicador de la media y la media de la comunidad de usuarios. Listado de las aplicaciones que ocupan el tiempo del día con su icono y tiempo utilizado. Indicador del día activo y un botón de siguiente y anterior. Barra inferior Estadísticas/Inicio/Retos
1.2.4	App	Consumo	Mostrar información acerca del uso de una aplicación determinada	Título. Botón Inicio y retroceso. Icono de la aplicación actual. Selector Diario/Semanal/Mensual. Gráfico de barras representativo de un espacio temporal indicado en el selector, leyenda en los márgenes inferior e izquierdo y un indicador de la media y la media de la comunidad de usuarios. Número de desbloques y de notificaciones. Gráfico análisis del uso por hora. Visualizador del día actual y botón de siguiente y anterior. Menú inferior de Estadísticas/Home/Retos

1.3	Comunidad	Consumo	Permite visualizar el estado de la comunidad, los amigos y los retos más populares	Título. Botón de retroceso. Selector entre Amigos/Ranking/Peticiones. Amigos: Añadir amigo por búsqueda del nombre y botón de agregar. Listado de amigos con el número en la cabecera y todos ellos ordenados por nivel y representados por su icono y nombre de usuario. Ranking: Usuario actual en primer lugar y en color destacado. Listado ordenado por nivel de la comunidad de usuarios mostrando de cada uno de ellos su posición en el ranking, su icono y su nombre. Peticiones: Listado de Peticiones de amistad con el usuario que la envía, su icono y nivel y los botones de Aceptar y Rechazar. Listado de invitaciones a retos con su Nombre, las aplicaciones principales a las que alude, el creador de la invitación y el número de participantes máximo y los que se han unido además del botón para acceder al reto completo.
1.3.1	Perfil ajeno	Consumo	Muestra información general de otro usuario	Título. Botón Retroceso e Inicio. Descripción del usuario con su nombre, icono, nivel de experiencia y barra de la experiencia. Muñeco en su estado actual de personalización. Listado de retos con su Nombre, las aplicaciones principales a las que alude, el número de participantes y el botón para acceder al reto completo.
1.4	Perfil	Consumo	Muestra información general del perfil de usuario activo	Título. Botón Retroceso. Descripción del usuario con su nombre, icono, nivel de experiencia y barra de la experiencia. Botón de ajustes Muñeco en su estado actual de personalización. Botón de compartir Iconos representativos de los aspectos personalizables del Muñeco con un desglose de los objetos desbloqueados para dicho atuendo con un icono y una descripción.

1.4.2	Ajustes	Interacción	Permite modificar los datos del perfil	Título. Botón Inicio y retroceso. Icono descripción y campo de texto actual y botón para editar del nombre, Correo y contraseña. Botón e icono de cambiar de cuenta y cerrar sesión. Activables de "bloquear notificaciones" y "Desactivar aplicación". Acceso a: Preguntas frecuentes, Política y privacidad. Acerca de....
1.5	Logros	Consumo	Permite visualizar los logros conseguidos y los que quedan por conseguir	Título Botón de Retroceso. Listado de los logros con su icono Descripción y la recompensa asociada.
1.5.1	Historial	Consumo	Mostrar cronológicamente los logros conseguidos	Título. Botón Inicio y Retroceso. Ordenados cronológicamente: Logro obtenido/Acción realizada con su descripción, icono asociado, fecha de consecución y recompensa asociada.
Auxiliar	Desplegable	Consumo	Informar al usuario del uso actual de la aplicación en uso y el reto asociado a la misma	El imago tipo de la aplicación y un cuadro donde se indica el reto asociado a la aplicación en uso, la limitación de tiempo máximo precisa con el uso total del día y el consumo de la sesión actual
Auxiliar	Pop up	Interacción	Informa al usuario cuando se va a utilizar una aplicación que ha sido restringida para ese horario o se ha alcanzado el máximo diario	Contiene un mensaje de alerta sujetado por el personaje de la aplicación que dice como se va infringir uno de los retos propuestos, mostrando 3 posibles alternativas, realizar ejercicio, llamar a alguien o hacer una lectura inspiradora
Auxiliar	Pantalla de carga	Consumo	Hacer más amena la espera	Contiene una barra de carga y título de "Cargando..." junto a el personaje sosteniendo un cartel con un mensaje corto sobre el uso del teléfono o los prejuicios del uso excesivo
* exceptuando para un reto activo **Para un reto completado				

Tabla 4

Anexo G Wireframes

0 Sesión

The image shows two side-by-side wireframes for a mobile application's login and registration screens. Both screens feature a grey square placeholder for a logo at the top center. The left screen is titled 'Crea una nueva cuenta' (Create a new account) and contains four input fields: 'Nombre' (Name), 'Correo electrónico' (Email), 'Contraseña' (Password), and a second 'Contraseña' field for confirmation. Below these fields is a 'Regístrate' (Sign up) button and a link '¿Ya tienes una cuenta? Inicia Sesión' (Already have an account? Log in). The right screen is titled 'Crea una nueva cuenta' (Create a new account) and contains two input fields: 'Nombre o correo' (Name or email) and 'Contraseña' (Password). Below these fields is an 'Iniciar Sesión' (Log in) button, a link 'He olvidado la contraseña' (I forgot my password), and two links: 'No tengo cuenta' (I don't have an account) and 'Regístrate' (Sign up).

Pantalla genérica de Inicio de Sesión y Registro [Imágenes 30 y 31]; introducida por el Imagotipo de la aplicación en el centro superior y con el título de Crear una nueva cuenta empieza a demandar los datos necesarios en la secuencia de Título y campo de texto. Los datos demandados son el nombre de usuario, el correo electrónico, la contraseña y repetir contraseña. Incluye también funciones auxiliares al registro como el acceso al Inicio de sesión, el acceso a la ayuda en caso de no recordar la contraseña y por supuesto el botón principal de Registro.

1 Main

The image shows two side-by-side wireframes for the main screen of the application. Both screens feature a stick figure character in the center. The left screen has a header with a 'Nombre' field, a 'Modo enfocado' button, and a 'Retos' icon. Below the character is a large circular button with a plus sign. The bottom navigation bar has three icons: 'Estadísticas', 'Inicio', and 'Retos'. The right screen has a header with a 'Nombre' field, a 'Modo enfocado' button, and a 'Retos' icon. Below the character is a list of three buttons: 'Crear reto personalizado', 'Crear reto guiado', and 'Úneme a reto'.

La pantalla de Inicio es la más importante, en esta aplicación desempeña dos funciones primordiales. La representación del uso reciente del teléfono y la accesibilidad a los diferentes apartados de la aplicación. [Imágenes 32 y 33]

En primer plano aparece el muñeco o personaje asociado al perfil de usuario el cual sirve como representación del uso actual del teléfono; se realiza una evaluación del uso de las redes sociales en las últimas 6 horas teniendo en cuenta dos variables:

- El uso en esa misma franja horaria en los días anteriores
- El uso medio de la comunidad en ese misma franja horaria

Si el uso es superior a la media de los anteriores, el personaje aparece con un aspecto cansado, actúa de forma más lenta, anda cabizbajo, el paisaje se vuelve más oscuro, su carácter empeora y le salen ojeras. Si por el contrario el uso inferior a la media anterior, el muñeco, se siente contento y activo, marcha de forma implacable, el paisaje es luminoso y muestra una amplia sonrisa.

Por otro lado el objetivo de colocar el muñeco en la pantalla principal, sirve también para aportar la sensación de estar en un videojuego, donde se representa el progreso por un personaje, aporta un carácter cercano y simple; lo que intenta ser más accesible para un público adolescente, que se sientan cómodos y disfruten del uso de la aplicación y no la asocien a una obligación o una imposición para mejorar su salud.

En segundo lugar, la pantalla principal sirve como nexo entre todas las funciones que ofrece la aplicación. Se puede acceder a ellas a través de los botones en el margen superior e inferior.

En el margen superior, partiendo de la izquierda aparece una representación del perfil de usuario. En este caso se intenta aproximar al perfil de un videojuego, para ello se han incluido elementos típicos de estos como un icono el nombre de usuario y una barra de experiencia junto al nivel actual.

Continuando hacia la derecha está situado el botón de “Modo enfocado” donde activándose se accede a un temporizador el cual hace que el teléfono sólo pueda mostrar esta pantalla de cuenta atrás. Las constantes notificaciones y tentaciones de un teléfono y las RRSS dificulta la concentración de los adolescentes por lo que este modo es un refugio en las horas de trabajo con el que mantenerse enfocado a través de un objetivo.

Debajo se encuentran los botones para acceder al apartado de Logros, el cual es un trofeo y tres iconos de usuarios unidos los cuales representan el apartado de comunidad.

En el margen inferior aparece de forma aislada el botón de “Crear Reto” el cual toma un tamaño superior al resto de botones por ser de mayor prioridad y funcionalidad. Este despliega desde abajo un selector entre las 3 opciones para crear un reto; Crear un reto personalizado o crear un reto guiado o unirse a reto

En el menú inferior aparecen representadas las tres pantallas de distribución y que requieren de mayor accesibilidad. El Inicio o pantalla principal, las estadísticas de uso de las RRSS y los retos. Los tres están representados por un icono sencillo y un texto descriptivo.

1.1 Retos



A través de esta pantalla [Imágenes 34, 35 y 36] se puede acceder a todos los retos, sirve como clasificador de los retos a través de un selector en el margen superior, con el cual navegar entre los retos activos, los completados y los retos más votados de la comunidad. También incluye un buscador, en el

caso de tener muchos retos activos o completados es de utilidad un sistema de filtrado, en este caso el dato que mayor diferencias aporta entre retos es su nombre; también incluye en forma de texto un indicador de los retos que coinciden con la búsqueda actual.

Tras el filtrado aparecen los retos representados a través de listado de bloques descriptivos que se gestiona por un scroll vertical. Estos bloques actúan como botones y muestran la información más descriptiva del reto, la cual permite identificarlo para su selección y acceso. Los datos que se incluyen son:

- El nombre del reto
- Las aplicaciones a las que hacen referencia sus limitaciones.
- el porcentaje de consecución
- Número de me gustas y comentarios

En el caso de ser un reto activo, no aparecen las valoraciones o comentarios ya que estas funciones solo están disponibles para retos que el usuario haya completado. Para los retos completados si que aparecen estos datos y se sustituye el porcentaje de consecución por un indicador.

Para la navegación al ser una pantalla de distribución, solo se incluye la barra inferior común a estas tres pantallas y el botón de creación de reto.

1.1.1 Crear reto I

The first screenshot shows the 'Crear reto I' screen with a 'Nombre' input field and a 'Limitaciones 0/8' section with a '+' button. The second screenshot shows the 'Limitaciones 2/8' section with two active limitations: 'MAX 45 minutos al día' and 'De 12:00 a 18:00'. Below this is a 'Nueva limitación' section with a question '¿Qué aplicación quieres limitar?' and a '¿Cómo la vas limitar?' section with radio buttons for 'Tiempo Máximo diario' and 'Durante un tiempo'. The third screenshot shows the 'Aplicación a limitar' section with a question '¿Qué tipo de limitación?' and radio buttons for 'Tiempo Máximo' and 'Durante un tiempo'.

En esta Pantalla se demanda la información más descriptiva de un reto personalizado por el usuario [Imágenes 37, 38 y 39] aparece encabezada por un título descriptivo “Crear reto personalizado” y un botón en el margen superior izquierdo para volver atrás.

La primera información que se pide es un nombre para el reto, el

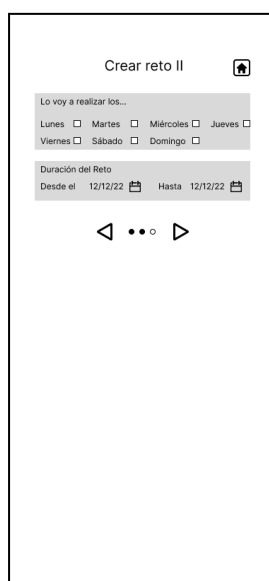
usuario podrá completarlo en la misma caja. En segundo lugar se pide la descripción del reto a través de sus Limitaciones; las limitaciones son las restricciones de uso que el usuario pone a las Redes Sociales disponibles en su Teléfono, estas pueden ser de dos tipos:

- Tiempo máximo de uso en un día
- Horas límite entre las cuales no se podrá utilizar.

Para añadir una limitación, se selecciona la Red Social a limitar, se elige el tipo limitación entre las dos anteriormente descritas y se indica la cantidad en minutos u horas demandadas. Se podrá crear hasta un máximo de 6 limitaciones, número elegido para fomentar la creación de varios retos en una misma cuenta y no uno único que incluya todos los desafíos y dificulte su consecución, esta limitación también ayuda a crear retos con un carácter más general y más usuarios puedan estar interesados en compartirlo y valorarlo.

Tras la caja de selección de las limitaciones aparece centrado un indicador de en cuál de las tres pantallas del proceso de creación del reto se sitúa el usuario y unas flechas que permiten ir hacia delante o hacia detrás este mismo proceso.

1.1.1.1 Crear reto II



En esta segunda parte del proceso de creación del reto se demanda información acerca de cuándo se realizará. [Imagen 40]

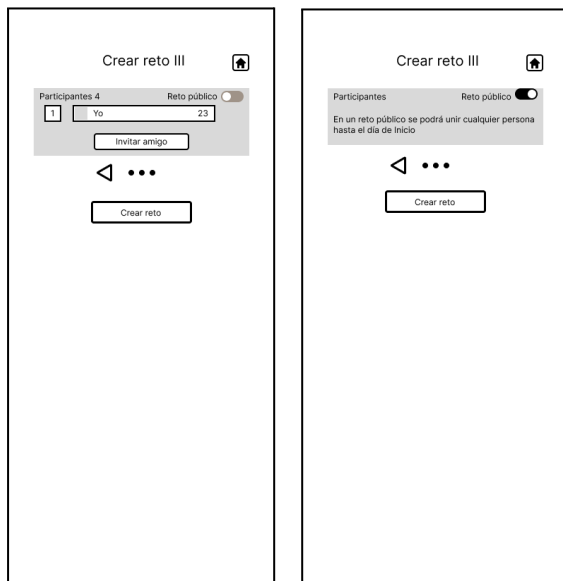
Encabezada con el mismo título descriptivo y en este caso, en el margen izquierdo, en vez de un botón para volver atrás el cual aparece en las flechas de navegación inferiores, se sitúa el botón “Home”, permite obviar el clicar varias veces en el botón de atrás y volver directamente al menú principal.

En primer lugar se demanda los días de la semana en los que se va a realizar el reto, esto se hace a través del texto “Lo voy a realizar los...”, el cual busca ser identificativo del proceso mental de un adolescente, seguido de los días de la semana con una pequeña caja de selección.

Seguidamente se demanda la “Duración del reto” a través de la fecha de inicio la cual se puede seleccionar por un calendario de navegación donde seleccionar la fecha deseada y la fecha de finalización. Elegir la fecha de Inicio permite programar un reto y como se observa en la siguiente pantalla ayuda a que más gente se pueda unir y participar desde el primer día.

Por último también incluye las flechas de navegación en el proceso de creación y el indicador de la pantalla actual.

1.1.1.1.1 Crear reto III

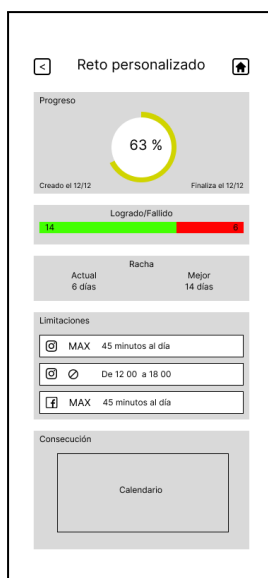


En esta última pantalla del proceso de creación del reto se eligen los participantes del reto. El reto puede ser individual, donde solo participa el creador; privado, donde solo se puede acceder a través de una invitación directa del creador y un reto público; en un reto público se permite la entrada de cualquier usuario. [Imágenes 41 y 42]

Para permitir este proceso de muestra en primer lugar y de forma textual el número de participantes, en el margen superior derecho se ofrece la opción, mediante un “switcher” de dejar el reto abierto o público; ya que debajo aparecen, en caso de no estar activado, todos los participantes del reto. Estos se representan mediante bloques compuestos por: el número de participantes que representa, su icono, su nombre de usuario y su nivel de experiencia. Debajo del último participante aparece un botón “Invitar amigo” del cual emerge un pop up con un listado de los amigos desde el cual crear la invitación.

Por último incluye el gestor de las pantallas junto al indicador de la actual y un botón de mayor prioridad representado por un mayor tamaño y un color más llamativo que permite “Crear Reto”.

1.1.1.1.1.1 Reto Individual



En esta pantalla se muestra toda la información referente a un reto personalizado propio, ya que los diferentes datos que ofrecen los retos crean diferentes tipologías por lo que se hace necesaria una pantalla para cada uno de ellos [Imágen 43]. Los retos se han clasificado de la siguiente forma:

- Reto Individual
- Reto Colectivo
- Reto guiado
- Reto Ajeno

En este primer caso, el título es el nombre del reto, contiene a su izquierda el botón para volver atrás y a su derecha el botón “Home”. *En el caso de un reto guiado, se incluye la dificultad seleccionada.

Tras el encabezado aparece la primera caja el Progreso, en este recuadro aparece en la esquina superior izquierda el título representativo de la caja, en el margen inferior izquierdo aparece la fecha de inicio del reto y en el derecho la fecha de finalización, en el centro de este recuadro y en mayor tamaño aparece el porcentaje de consecución del reto representado de forma visual por un círculo completándose.

La segunda caja de información es la relación Logrado/Fallido; esta indica la cantidad de días en los que se ha cumplido el reto o se ha fallado, en ella aparece el título de la caja en el margen superior izquierdo y se representa la información de forma visual con una barra bicolor y un número indicando cada valor.

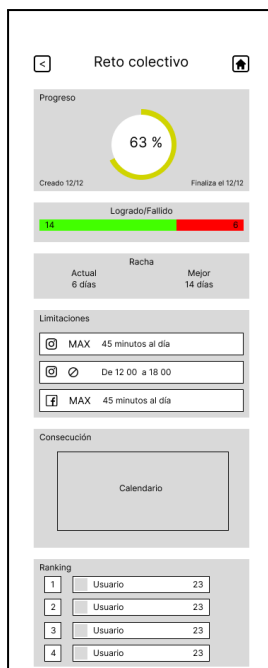
La siguiente caja es la Racha, la cual indica el número de días consecutivos que se ha logrado el reto, esta ofrece dos datos, la actual y la máxima conseguida en todo el transcurso del reto. Esta información se representa de forma textual.

El próximo dato que se aporta es la descripción del reto, aquí se incluyen todas las descripciones de las limitaciones que contiene el reto. Estas se agrupan por bloques, cada bloque configura una limitación descrita de izquierda a derecha por:

- Un icono de la red social
- Un indicador del tipo de limitación(prohibición o MAX)
- El o los límites de la restricción.

La quinta y última caja es una representación de forma visual de la consecución del reto a lo largo del tiempo, mediante un calendario se indican los días en los que estaba programado el reto y si este se ha cumplido o no.

1.1.1.1.2 Reto colectivo



Esta representa un reto personalizado no individual, lo que incluye un reto privado entre amigos o un reto público.[Imágen 44]

Los datos que ofrece se presentan de igual forma que en el reto individual pero en este caso se añade un Ranking de los participantes del reto. El ranking se organiza mediante un sistema de puntuación según el número de consecuciones del reto, en el caso de empate ambos comparten el puesto.

En el ranking los usuarios están representados por bloques, cada bloque contiene 2 cajas, de izquierda a derecha, la primera indica el puesto en la clasificación, la segunda muestra al usuario que ocupa dicha posición representado por su icono, su nombre y su nivel de experiencia.

1.1.2 Crear reto guiado

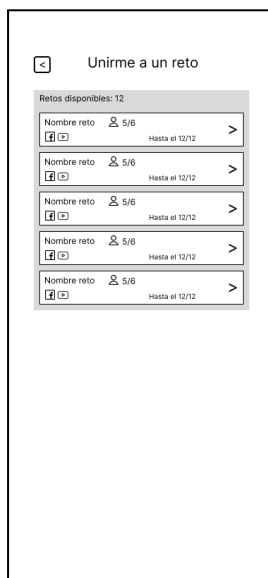
En esta pantalla se demanda la información necesaria para crear un reto guiado, se hace a través de selectores sencillos con los que los usuarios más noveles pueden introducirse a la aplicación. [Imágen 45]

La pantalla está encabezada por un título identificador y el botón en el margen izquierdo que permite volver atrás. Como contenido principal empieza con un bloque en el cual se demanda la dificultad del reto, esto lo hace a través de un seleccionable entre tres niveles de dificultad, fácil, intermedio o difícil; para explicar cada nivel se incluye una descripción de todas las limitaciones que contiene el reto actualmente seleccionado, a mayor dificultad más restrictivo se vuelve el reto. Las limitaciones que incluyen siguen el mismo formato que las de un reto personalizado por el usuario.

En la segunda caja se demanda la duración del reto, a través de un “slider” el usuario puede seleccionar entre intervalos de 15 días entre los 30 y los 90 días.

Para hacer más sencillo el uso de la aplicación para usuarios noveles se incorpora una descripción de este reto en la cual se se comenta el objetivo del reto y una justificación de las limitaciones asociadas.

1.1.3 Unirse reto

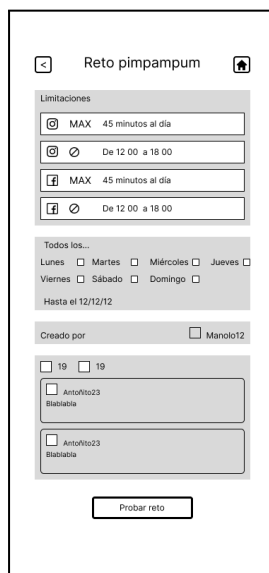


Con esta pantalla se permite observar y filtrar los retos de la comunidad para así poder acceder al reto que más interese. [Imagen 46]

Se presenta a través de un título “Unirme a un reto” y con un botón en el margen izquierdo que sirve para volver a la pantalla anterior. En la segunda parte se muestra un listado de todos los retos que actúan como botones para acceder a ellos. Cada bloque es un reto representado por:

- Nombre del reto
- Redes sociales a las que afecta
- Número de participantes actualmente
- Fecha de Inicio del Reto
- Botón para acceder a él

1.1.3.1 Reto Ajeno



En esta pantalla se muestra la información que describe un reto ajeno. Esta pantalla incluye un reto al que se accede desde los retos populares y a los retos de la comunidad en el caso de querer unirse a un reto, salvo por una diferencia en su última caja que se indicará al final de esta descripción. [Imagen 47]

El encabezado es el habitual compuesto por el título (nombre del reto) el botón de atrás en el margen izquierdo y el botón de “Home” ya que se accede por varias pantallas.

En la primera caja se muestran todas las limitaciones que contiene el reto por bloques descriptivos siguiendo el orden descrito en la pantalla 1.1.1.1.1 de Reto individual.

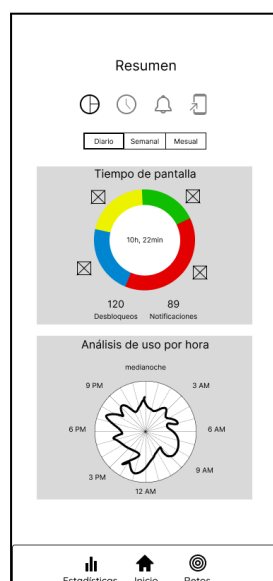
En la segunda caja se muestra cuando se va a realizar el reto, empezando por los días de la semana que se va a realizar mediante cajas seleccionadas al lado del día de la semana y de forma textual la fecha de Inicio y de final del reto.

En la siguiente caja se indica el creador del reto mediante su icono y su nombre de usuario, la última caja muestra la valoración de los usuarios que ya han realizado el reto; esta incluye un icono y un número para los likes y comentarios que ha recibido, también incluye los comentarios que ha recibido con un bloque que incluye el autor por su icono y nombre y el comentario asociado.

Finalmente incluye un botón centrado que permite probar este reto, redirigiendo a la última pantalla de creación del reto en la que poder seleccionar los participantes para este reto ya definido.

*En el caso de un reto ajeno al que nos queremos unir mostrará en vez de su creador una caja con la gente que está apuntada hasta la fecha al reto con el formato de participación similar a del ranking descrito en la pantalla 1.1.1.1.2 *Reto colectivo* salvo por la puntuación.

1.2 Estadísticas



En las estadísticas se puede observar información acerca del uso de las redes sociales. Se recopila información acerca del tiempo de uso, el número de lanzamientos de una aplicación y el número de notificaciones. Estos datos han sido seleccionados como los más útiles para hacer más consciente al usuario del verdadero uso que le da a las redes sociales. [Imagen 48]

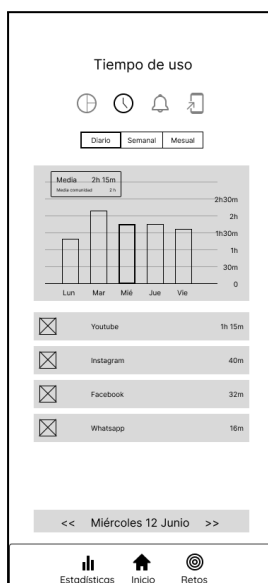
Para organizar esta información se ha estructurado en 4 pantallas, una para cada dato específico y una a modo de resumen del uso del teléfono, estas están accesibles por los iconos que las describen en la parte superior de la pantallas. Para obtener una valoración más específica del uso general del teléfono, se incluye también un selector de la franja temporal Día/Semana/Mes.

En el caso de la primera pantalla “Resumen” se muestra la información específica de forma general en el margen de tiempo seleccionado. Se muestra el tiempo de uso a través de un gráfico circular con un icono y el dato de tiempo que representa el segmento. En este mismo recuadro incluye el número de notificaciones y de lanzamientos en este caso del teléfono. Debajo incluye también un gráfico radial del uso por horas del teléfono; donde se muestran todas las horas del día y se indica a qué horas del día se ha estado utilizando.

Esta pantalla aporta una información de carácter general y aunque sea principalmente una pantalla de consumo también sirve como plataforma de acceso con la información más concreta acerca de un dato o una aplicación en concreto por lo que también realiza parte de

distribución. Para ello incluye en la parte superior el doble selector y en la parte inferior el menú general de la aplicación.

1.2.1, 1.2.2 y 1.2.3 Tiempo de uso, Lanzamientos y Notificaciones



Las siguientes tres pantallas se comentan de forma conjunta ya que siguen una arquitectura similar y son los datos que contienen los que varían. [Imagen 49]

En el encabezado se encuentra como título la información que la pantalla describe y contiene al igual que en el Resumen el doble selector; uno por iconos según el tipo de información y un segundo de forma textual para seleccionar el espacio temporal a analizar.

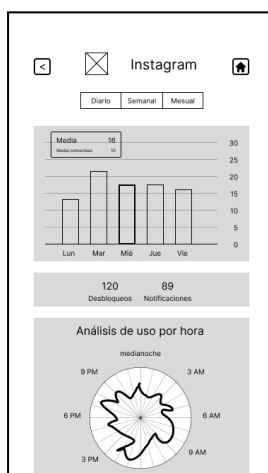
Tras esto la información se muestra en un gráfico de barras que incluye 5 metadatos entre los cuales se puede navegar siendo el del medio el activo. A la derecha se encuentra la leyenda para interpretar la altura de la barra y en el margen superior izquierdo aparece la media del usuario seguida de la media de la comunidad de usuarios.

Tras este gráfico aparece desglosada la información por aplicaciones para poder observar cuánto supone cada una sobre el total acumulado.

En la parte última de la pantalla y de forma fija aparece un selector por flechas de siguiente/anterior de la fecha o espacio temporal a visualizar. En el caso de que las barras táctiles no resulten intuitivas aparece de forma explícita este selector.

Finalmente las tres contienen el menú general de la aplicación para homogeneizar las pantallas con la principal de resumen y respetar la jerarquía ya que se encuentran al mismo nivel aunque estas sean en mayor medida de consumo que de distribución.

1.2.4 Aplicación



La última pantalla de las estadísticas es “Aplicación” esta, muestra toda la información disponible acerca de una única aplicación. [Imagen 50]

En la cabecera se incluye el nombre de la aplicación y su icono como título e incluye también los botones de atrás y “home” como es habitual en pantallas de los niveles inferiores en la jerarquía, incluye

también un selector del espacio temporal a observar del mismo modo que en las anteriores.

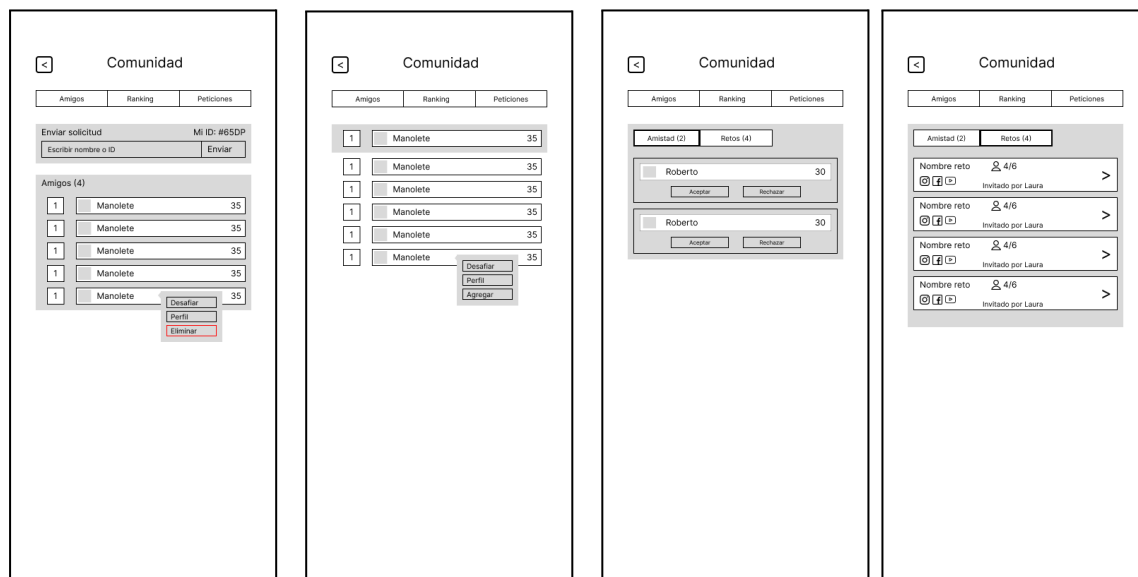
El Primer gráfico que aparece es el mismo que en las pantallas anteriores, un gráfico de barras que muestra exclusivamente el tiempo de uso de la aplicación seleccionada.

En una segunda caja incluye de forma textual el número de lanzamientos y de notificaciones de esta aplicación en el espacio temporal indicado.

En una última caja aparece al igual que en la pantalla de resumen un gráfico radial del uso de la aplicación según la hora del día.

Por último aparece al igual que en las anteriores un selector siguiente/anterior del evento a visualizar.

1.3 Comunidad



En esta pantalla se busca aportar todas las opciones posibles en referencia a otros usuarios. Para ello se han dividido en tres secciones por botones en el margen superior tras el encabezado habitual de título y botón de atrás; las opciones son Amigos, Ranking y Peticiones. [Imagen 51]

En el apartado amigos, se muestran todas las personas con las que hemos aceptado ser amigos, permite agregar a nuevos a través de un buscador por nombre o por ID de jugador la cual se asigna de forma automática con el registro. Tras esto aparecen todos los amigos representados por un bloque en el que se incluye su posición en nuestro ranking por nivel de amistades, su icono, su nombre de usuario y su nivel de experiencia. Para todos ellos se permite:

- Desafiar a un reto
- Acceder a su perfil
- Eliminar de la lista de amigos

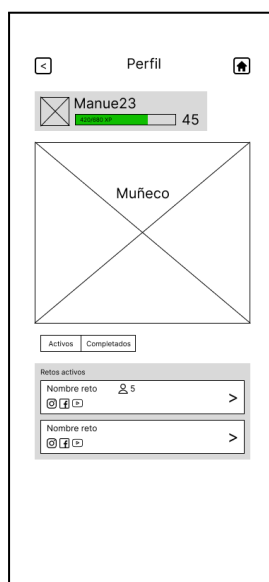
En el apartado Ranking [Imágen 52] se visualiza, siguiendo la misma estructura, un listado de todos los usuarios de la aplicación organizados por nivel. Estando el usuario activo siempre en primer lugar diferencia de los demás de forma visual. Si clicamos sobre los usuarios se modifica la opción de eliminar por la de agregar usuario.

En la última opción de peticiones aparece un bloque donde se muestran de forma separada por un selector las peticiones de amistad y las peticiones de retos.

En el caso de las peticiones de amistad [Imágenes 53 y 54] se observa puede observar un bloque descriptivo del usuario con su icono nombre y nivel de experiencia y las opciones de aceptar o denegar la solicitud.

En el caso de un reto se observa una descripción similar a la de un reto en el listado de la pantalla 1.1 Retos, incluyendo también de quién es la invitación y sustituyendo el progreso por un botón de acceso para visualizarlo en profundidad.

1.3.1 Perfil Ajeno

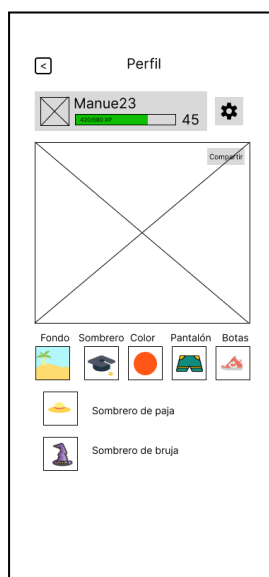


En esta pantalla se visualiza la información disponible de otro usuario. Contiene el encabezado habitual de una pantalla con ambos botones en las esquinas y el título de "Perfil". [Imágen 55]

Como cabecera aparece un bloque descriptivo del usuario con su icono de usuario, su nombre y su nivel de experiencia junto a una barra representativa del estado actual. Tras ello aparece una imagen del personaje completo y su personalización

Tras el personaje aparecen los retos del usuario, tanto los activos como los completados. Se permite acceder a ellos para observar información más concreta de los mismos.

1.4 Perfil

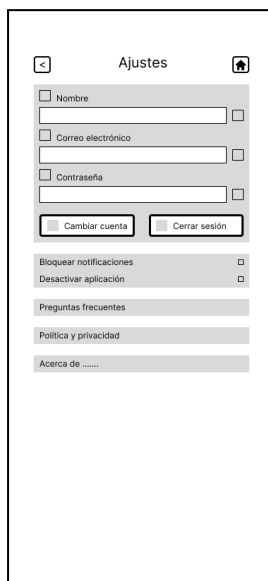


En esta pantalla se muestra principalmente al muñeco del perfil activo, encabezado por un título y el botón de atrás aparece un bloque representativo del perfil con su icono, nombre y una barra del nivel de experiencia y lo próximo que se encuentra del próximo nivel. [Imágen 56] También incluye en este margen superior el botón de Ajustes.

Tras esto aparece el personaje principal realizando alguna acción como bailar/caminar/saludar; más abajo aparecen representados los accesorios que se pueden personalizar del muñeco y observar las posibles prendas que se han desbloqueado y la que quedan por

desbloquear. Incluye también un botón para tomar una captura del estado actual del muñeco para compartirlo en Redes Sociales.

1.4.2 Ajustes



En la pantalla ajustes, se encuentra la información acerca de la cuenta activa y la posibilidad de gestionarla. [Imágen 57]

Aparece por un icono, un nombre, el campo de texto completado y un botón para editarla de los siguientes datos:

- nombre de usuario
- correo electrónico
- Contraseña

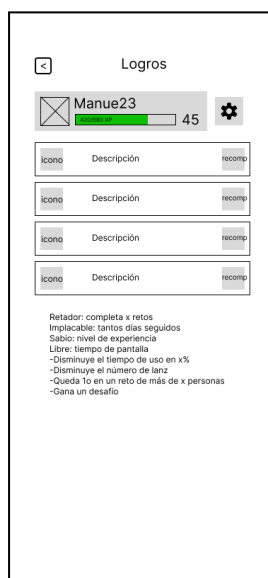
También aparecen botones para cambiar la cuenta activa y cerrar la sesión actual.

Existe la opción por seleccionables de bloquear las notificaciones propias de esta aplicación y desactivarla, para que no trabaje en segundo plano recopilando datos.

Incluye también los apartados genéricos de:

- preguntas frecuentes
- Política y privacidad
- Acerca de...

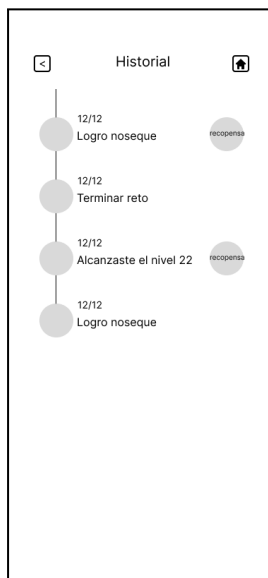
1.5 Logros



Esta pantalla muestra los Logros actuales del perfil activo. Contiene el encabezado genérico del perfil de usuario grande descrito en 1.4 Perfil y un botón para acceder al historial, tras esto aparecen ordenados por el grado de consecución los logros desbloqueados.[Imágen 58]

Los logros han sido diferenciados por los planos, los cuales se desbloquean una única vez y los escalables, los cuales se están divididos en sub logros cada uno con una recompensa asociada.

1.5.1 Historial



En esta última pantalla aparecen ordenados de forma cronológica los Logros obtenidos, las subidas de nivel de experiencia y el inicio y final de los retos. [Imagen 59]

Cada uno de estos eventos se representa por orden cronológico por un icono, la fecha de consecución, el título descriptivo y si es el caso la recompensa asociada.

Anexo H Guía de estilo

La tipografía utilizada en la aplicación es Quicksand

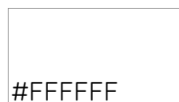
AaBbCcDdEeFfGgHhIiJjKkLlMmNnÑñOoPpQqRrSsTtUuVvWwXxYyZz
0123456789 - _ . , ; < > " ' @ # \$ % & - / () = ? ' ¸ ¡ ^ ` [ \* + ] ' ' { / \*`

y se ha implementado siguiendo esta jerarquía:

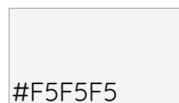
Título	32 bold	Ejemplo	12 light
Encabezado	16 medium	Auxiliar	10 regular
Aclarativo	12 regular	Botón	12 medium

Los colores utilizados han seguido la siguiente jerarquía donde se han utilizado:

 #FF9A17	Color principal, un color llamativo que se utiliza para atraer la atención en los principales elementos de interacción como los botones principales o menús de selección.
 #FFC983	Color más ligero que el naranja principal que se utiliza como elementos de fondo que requieran diferenciación del fondo blanco pero no representan una prioridad.
 #FFF5E9	Color inferior al naranja principal, esté muy cercano al blanco se utiliza principalmente como continente de elementos que se reiteran y que son de un color blanco y requieren diferenciación del fondo.
 #B87013	Color superior al naranja principal el cual se utiliza principalmente en elementos bajo el estado de “pulsado”.
 #10B067	Como color secundario se utiliza este verde, el cual contrasta con el principal en elementos decorativos auxiliares, aunque se repite escasas veces.



Color de fondo y utilizado para los espacios, blanco base.



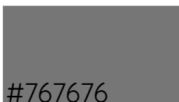
Color utilizado como fondo en marcos con varios tipos de color y requieren diferenciación del fondo y un contraste diferente al naranja.



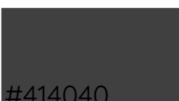
Color utilizado en campos de texto en proceso de completarse y como fondo del buscador.



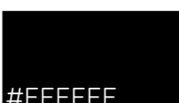
Color utilizado como secundarios para botones en estado deshabilitado



Color utilizado como contraste con el fondo cuando se apoya sobre el gris de fondo #F5F5F5



Color del texto no principal que requiere de diferenciación según jerarquía y como base de un elemento que no se encuentra desbloqueado todavía.



Color del texto principal, y marcos de diferentes elementos auxiliares.

Los elementos de la aplicación siguen la siguiente guía visual [Imágenes 60 y 61]

Botón principal



Medio

W(txt+12+12) H24, R12
Relleno Activo #FF9A17
Relleno Pulsado #B87013
Relleno Deshabilitado #AAAAAA
Fuente [Botón] #FFFFFF

Grande

W142 H32 R16
Fuente QuickSand 16 Bold CAP #FFFFFF

Botón secundario



Pequeño

W(txt+8+8) H16 R8
Relleno Activo #FFFFFF Borde Activo # FF9A17
Relleno Pulsado #B87013 Borde Pulsado # FF9A17
Relleno Deshabilitado #AAAAAA Borde #767676
Fuente Activo Quicksand 10px Medium #FF9A17
Fuente Pulsado Quicksand 10px Medium #FF9A17

Botón auxiliar



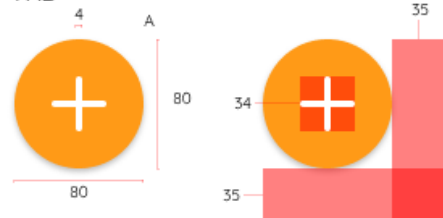
Fuente [Botón]
Activo #FF9A17
Pulsado #B87013
Deshabilitado #AAAAAA

Botón crear reto



W305 H32, R16
Fuente QuickSand 16 Bold CAP #FFFFFF
Relleno Activo #FF9A17 Relleno Pulsado #B87013
Relleno Deshabilitado #AAAAAA

FAB

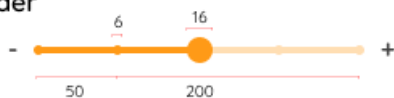


Switcher



Relleno Off #DCDCDC
Borde Of #414040
Relleno Pulsado #FF9A17
Relleno Círculo #FFFFFF

Slider



Guía e=4px #FFDEB3
Guía seleccionada #FF9A17
Botón +/- Fuente [Encabezado] #414040

Menú de navegación



Relleno W375 H72 R4 #FFFFFF
Sombra X=0 Y=-1 Blur=8 Spread=-1 #000000 25%

Icono Deseleccionado #AAAAAA Fuente [Descripción]
Icono Seleccionado #FF9A17 #FFFFFF
Fuente Quicksand 14 Semibold #FF9A17

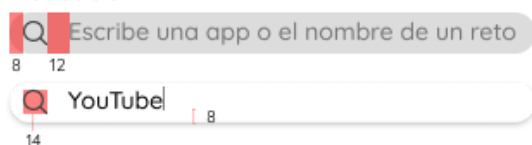
Selector superior



Relleno W375 H40 #FF9A17

Icono Deseleccionado #FFC06F
Icono Seleccionado #FFFFFF
Base Selección 32x4 R2 #FFFFFF

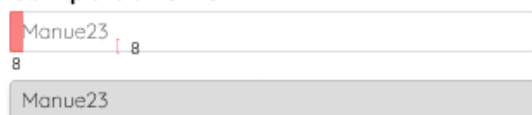
Buscador



Relleno en espera W305 H24 #DCDCDC
Fuente [Descripción] #767676 Lupa #414040

Relleno en uso #FFFFFF
Borde e=0.1 #000000 %25
Sombra X=0 Y=2 Blur=4 Spread=-1 #000000 25%
Fuente [Descripción] #000000

Campo de texto



Relleno en espera W305 H24 #FFFFFF

Botón icono

Grande



Pequeño



Relleno Activo #FF9A17
Relleno Pulsado #B87013
Relleno Deshabilitado #AAAAAA

Botón icono con borde



Relleno Activo #FFFFFF
Borde Activo #FF9A17 #8BC24A #D46557
Relleno Pulsado #F5F5F5
Borde Pulsado #FF9A17 #8BC24A #D46557
Relleno Deshabilitado #AAAAAA
Borde Pulsado #767676

Selector

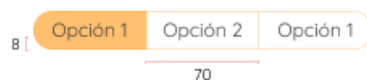


Selector superior 2



Relleno selector W305 H32 R16 #FFF5E9
Relleno selección #FF9A17
Fuente selector [Aclarativo] #414040
Fuente selección Quicksand 12 medium #FFFFFF

Selector superior secundario



Relleno selector W210 H32 R16 #FFFFFF
Borde e=0.2 #FF9A17
Relleno selección #FFC06F
Fuente selector [Aclarativo] #414040
Fuente selección Quicksand 12 medium #414040

Selector día



Anexo I Mock ups

Inicio de Sesión



Mockup of the login screen (Imagen 62). It features a green circular logo with a smiling face at the top. Below the logo is the title "Inicio Sesión". The form includes a "Nombre de usuario" field with the text "Manue23", a "Contraseña" field with a masked password, and a link "¿He olvidado la contraseña?". At the bottom, there are two buttons: "Crear cuenta" and "Iniciar sesión".

Imagen 62



Mockup of the registration screen (Imagen 63). It features an orange circular logo with a smiling face at the top. Below the logo is the title "Registro". The form includes a "Nombre de usuario" field with the text "Manue23", a "Correo electrónico" field with the text "ejemplo@gmail.com", a "Contraseña" field with a masked password, and a "Repetir contraseña" field with a masked password. At the bottom, there is a "Registrarse" button and a link "¿Ya tienes una cuenta? Inicio Sesión".

Imagen 63

Main

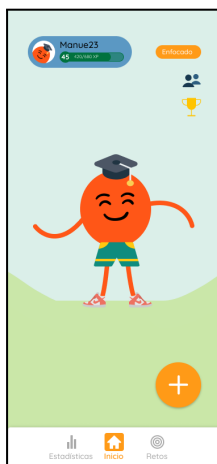


Imagen 64



Imagen 65

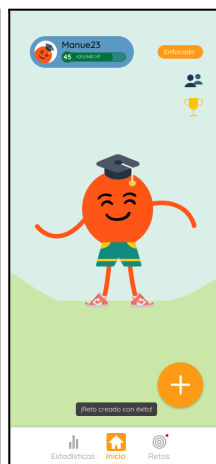


Imagen 66

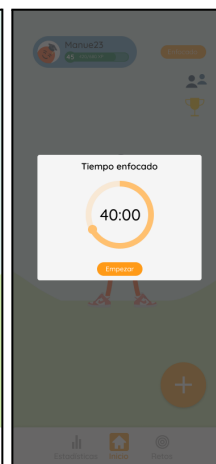


Imagen 67

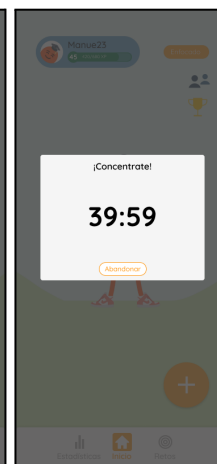
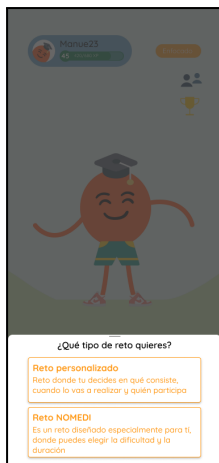
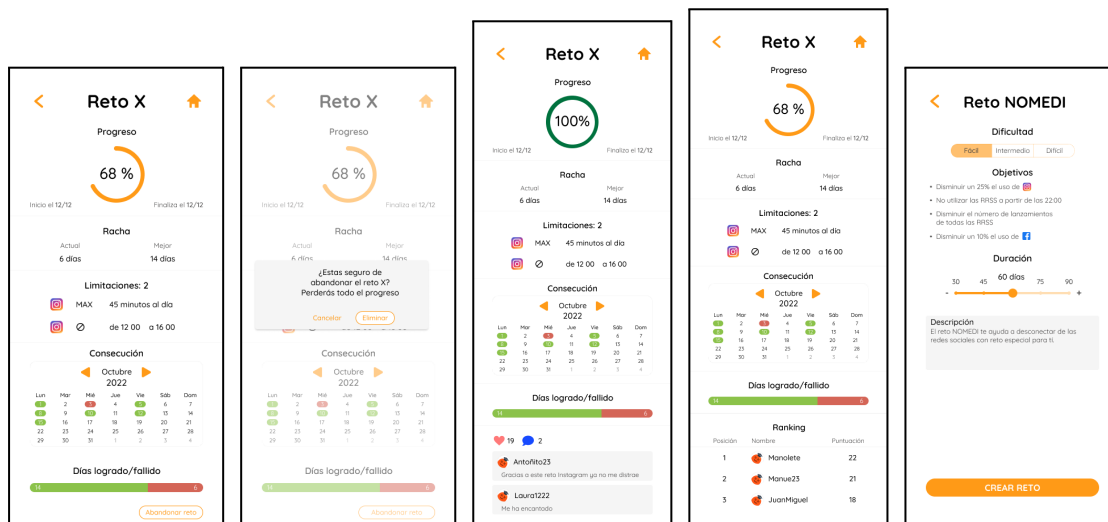


Imagen 68



Imágen 69

Retos



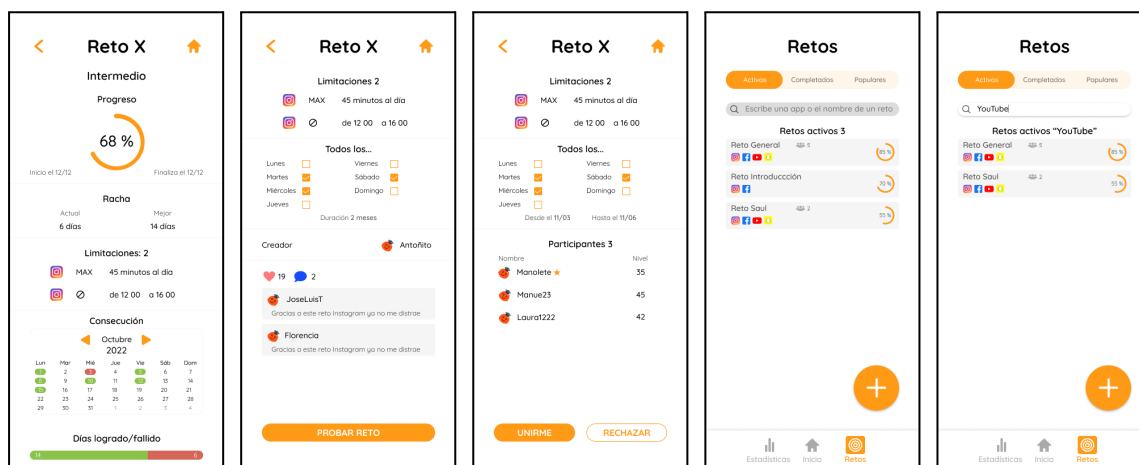
Imágen 70

Imágen 71

Imágen 72

Imágen 73

Imágen 74



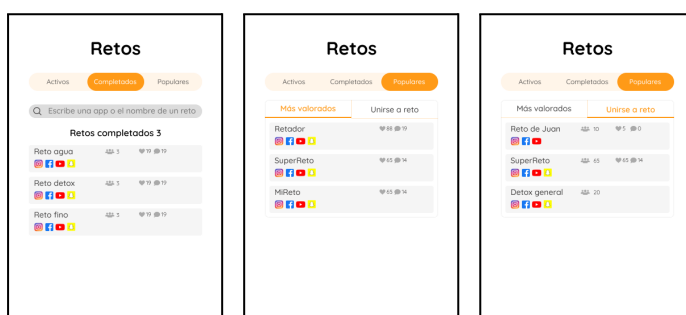
Imágen 75

Imágen 76

Imágen 77

Imágen 78

Imágen 79



Imágen 80

Imágen 81

Imágen 82

Crear reto



Imagen 88

Imagen 89

Imagen 90

Imagen 91

Imagen 92

Estadísticas



Imagen 93

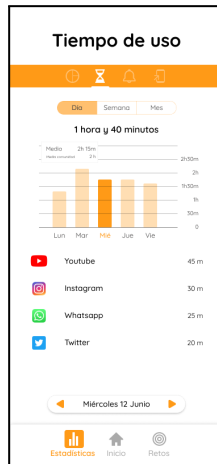


Imagen 94

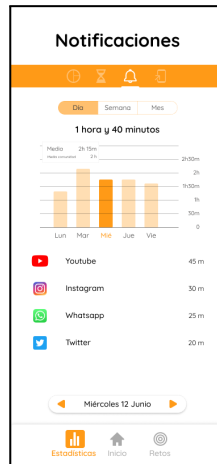


Imagen 95

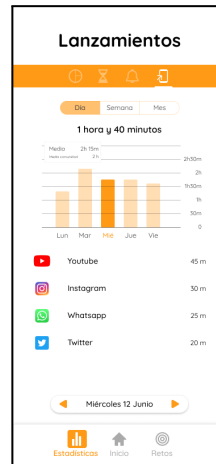


Imagen 96

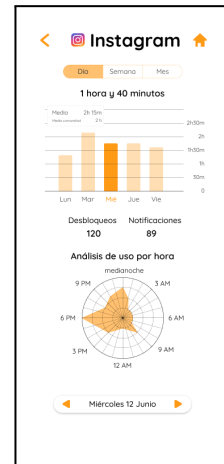


Imagen 97

Comunidad

Comunidad

Amigos Global Peticiones

Ranking global

Posición	Nombre	Nivel
124	Manue23	35
1	Antoine	110
2	MarieCurie	109
3	Ainstain	102
4	BadBunny	98
5	AlexanderFleming	96
6	Colon	96
7	ElPetus	84
8	JoseLuis	83
9	Maria	82
10	Sofia	80
11	Laura	79
12	Manolette	78
13	Antonia	76
14	Julian	75

Imagen 98

Comunidad

Amigos Global Peticiones

Ranking global

Posición	Nombre	Nivel
124	Manue23	35
1	Antoine	110
2	MarieCurie	109
3	Ainstain	102
4	BadBunny	98
5	AlexanderFleming	96
6	Colon	96
7	ElPetus	84
8	JoseLuis	83
9	Maria	82
10	Sofia	80
11	Laura	79
12	Manolette	78
13	Antonia	76
14	Julian	75

Imagen 99

Comunidad

Amigos Global Peticiones

Solicitud de amistad: MI ID: #1650P

Amigos (4)

Posición	Nombre	Nivel
1	Manolette	82
2	JuanAlberto	74
3	Maria	51
4	Julian	49
5	Manueh23	45

Imagen 100

Comunidad

Amigos Global Peticiones

Solicitud de amistad: MI ID: #1650P

Amigos (4)

Posición	Nombre	Nivel
1	Manolette	82
2	JuanAlberto	74
3	Maria	51
4	Julian	49
5	Manueh23	45

Imagen 101

Comunidad

Amigos Global Peticiones

Solicitud de amistad: MI ID: #1650P

Amigos (4)

Posición	Nombre	Nivel
1	Manolette	82
2	JuanAlb	74
3	Maria	51
4	Julian	49
5	Manueh23	45

Imagen 102

Comunidad

Amigos Global Peticiones

Amistad 2 Retos 1

Nombre reto	Nivel
Manolette	35
Manolette	35

Comunidad

Amigos Global Peticiones

Amistad 2 Retos 1

Nombre reto	Nivel
Manolette	35
Manolette	35

Perfil

Manue23

Retos de Manue

Nombre reto	Nivel
Manolette	35
Manolette	35

Perfil

Manue23

Retos de Manue

Nombre reto	Nivel
Manolette	35
Manolette	35

Imagen 103

Imagen 104

Imagen 105

Imagen 106

Perfil

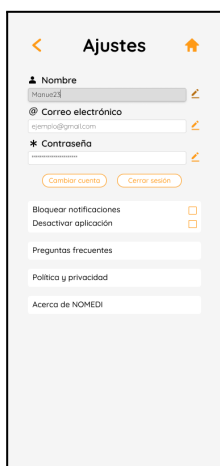
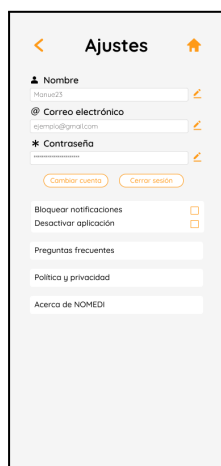


Imagen 107

Imagen 108

Imagen 109

Imagen 110

Logros

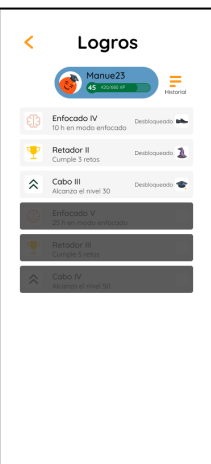
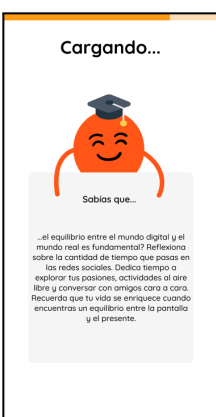
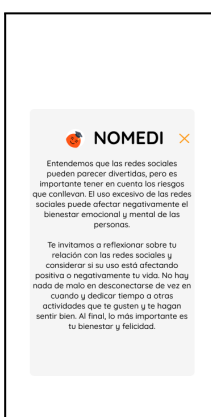


Imagen 111

Imagen 112

Auxiliares





Imágen 113

Imágen 114

Imagen 115

Imágen 116

Anexo J Test de guerrilla

Descripción

Tras haber definido por completo el diseño lógico y conceptual, el proyecto se encuentra en un punto interesante para realizar un test de usuario, y comprobar la adaptación de los resultados al público.

Para ello se ha realizado un prototipo digital con los Wireframes que aunque no permiten evaluar la completa comprensión debido a sus carencias estéticas permiten comprobar la comprensión del concepto de la aplicación, la arquitectura, la distribución de los elementos en las pantallas y su propia comprensión.

Para la realización del test se han tomado a tres adolescentes de 14, 16 y 17 años. Tras una breve introducción, donde se les introduce a la aplicación y se comentan los objetivos del test, los usuarios potenciales intentan resolver las 4 siguientes pruebas:

1 Crear reto personalizado

La prueba consiste en las siguientes acciones:

- Acceder a pantalla crear reto, eligiendo el reto personalizado
- Añadir limitación 1
- Añadir limitación 2
- Entender la descripción de la duración y los días
- Invitar a un amigo

Los objetivos de esta prueba son comprobar si comprende individualmente los apartados que describen un reto personalizado. Es decir, la comprensión de:

- los textos en todo el proceso de personalización
- Limitaciones de tiempo máximo
- Limitaciones de durante un tiempo
- Definición de la duración del reto por Inicio y Fin
- Reto público

Pantallas que incluye:

- 1 Inicio (Imagen 32)
- 1.1.1 Crear Reto I (Imágenes 37, 38 y 39)
- 1.1.1.1 Crear Reto II (Imagen 40)
- 1.1.1.1.1 Crear Reto III (Imagen 41)

2 Observar un reto ya completado y explicarlo

El reto consiste en lo siguiente:

- Acceder a Mis retos completados
- Reconocer y acceder a cualquier reto
- Describir la información del reto ya completado

Los objetivos de esta prueba son comprobar la accesibilidad de un reto ya completado y comprobar la comprensión de los contenidos del reto y su descripción.

- los textos
- Las fechas en las que transcurrió
- Logrado/Fallido
- La racha máxima
- Limitaciones

Pantallas que incluye:

- 1 Inicio (Imagen 32)
- 1.1 Retos (Imagen 34)
- 1.1.1.1.1 Reto Individual (Imagen 43)

3 Unirse a un reto de la comunidad

El reto consiste en:

- Acceder a la pantalla 1.1.3 Unirse a Reto.
- Seleccionar un reto cualquiera y unirse

El objetivo de esta prueba es comprobar el proceso lógico de unirse a un reto creado por otro usuario. Si accede a través de mis retos y los retos populares propuestos por la comunidad o por el contrario accede a la comunidad y a través de ahí busca un reto al que unirse.

Pantallas que incluye:

- 1 Inicio (Imagen 32)
- 1.1.3 Unirse a Reto (Imagen 46)
- 1.1.3.1 Reto Ajeno (Imagen 47)

4 Ver uso de Instagram en el Mes anterior

- Acceder a pantalla de Estadísticas
- Navegar por los seleccionables hasta Tiempo de Uso y Mensualmente
- Entender el formato descriptivo

Los objetivos de esta prueba son comprobar la comprensión y agilidad del formato de seleccionables en el apartado de Estadísticas. Tanto los superiores de pantalla como el inferior de espacio temporal.

Pantallas que incluye:

- 1 Inicio (Imagen 32)
- 1.2 Estadísticas (Imagen 48)
- 1.2.1 Tiempo de Uso (Imagen 49)
- 1.2.4 Aplicación (Imagen 50)

Resultados y cambios

Prueba 1 Crear un reto personalizado

En la realización de la primera prueba se han observado varias dificultades por parte de los usuarios, es un proceso sencillo y aunque han tomado más tiempo del esperado, los tres usuarios consiguen completar el proceso.

Observaciones

- Los usuarios reconocen de forma sencilla el botón para crear un reto
- Algunos usuarios dudaron entre reto personalizado y reto guiado.
- Un usuario pensó que se le demandaba el Nombre en la primera casilla en vez del nombre del reto
- Los usuarios añaden una limitación por ser el único botón, pero no entienden realmente qué están haciendo
- Entienden la descripción de la limitación pero no el concepto por sí solo.
- Comentario: “esto es como un objetivo ¿no?”
- Los usuarios entienden la descripción de la duración pero no les resulta intuitiva
- Invitan a algún participante de forma sencilla
- Los usuarios son capaces de describir el reto que acaban de crear, tras una reflexión comprenden las limitaciones.
- Comentan como no les parece lógico observar qué días de la semana lo hará y luego la duración.

Se comprueba como el proceso de creación del reto es comprensible aunque no intuitivo, las partes que mayores dificultades han ocasionado han sido las limitaciones, probablemente por ser un elemento al que no están familiarizados y debe ser explicado de mejor forma y tener una mayor usabilidad mediante el diseño visual. El segundo elemento

que también ha creado alguna dificultad ha sido la pantalla 1.1.1.1 Crear reto II con la duración del reto, lo cual es comprensible debido a que no contenía los patrones de interacción habituales y como comentan algunos usuarios, no sigue un orden lógico. Las conclusiones se redactan en la siguiente [Tabla 5]

Conclusiones	Cambios
Las descripciones “Reto guiado” y “Reto personalizado” no son autodescriptivas.	Incluir descripción bajo ambos retos.
La descripción “Nombre” requiere de mayor explicación.	Convertir “nombre” en “nombre del reto”
Las limitaciones de un reto no se entienden por sí solas.	Explicar las limitaciones
Demandar el tiempo y después los días de la semana no es un orden lógico.	Modificar el orden de los apartados en la selección de duración de un reto.

Cambios

Se suprime la palabra “crear” por su significado implícito tras pulsar el botón y se incluye una descripción del reto. La eliminación de “Unirse a reto” viene dada por la prueba 3. El cambio se puede apreciar en las siguientes Imágenes 117 y 118

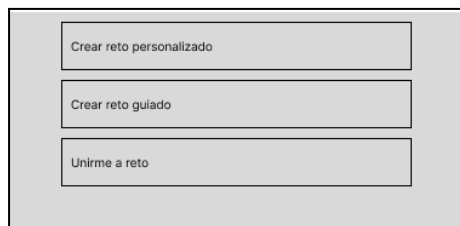


Imagen 117

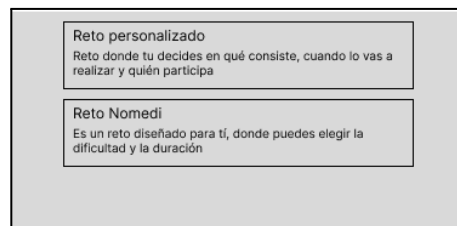


Imagen 118

Convertir a “nombre del reto” para una mayor claridad en la descripción e incluir un breve texto explicativo de una limitación. Se puede observar en las Imágenes 119 y 120

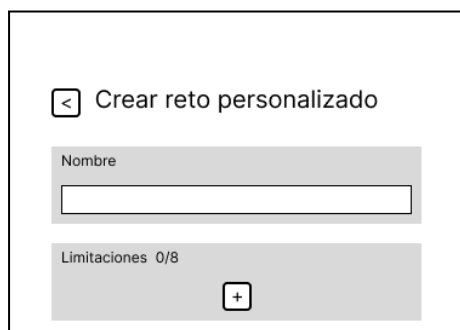


Imagen 119

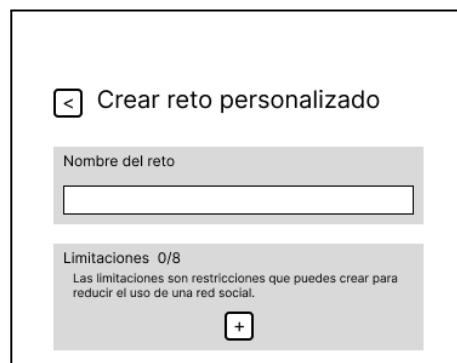


Imagen 120

Invertir el orden en la duración del reto, se invierten las cajas como se observa en las Imágenes 121 y 122

Imagen 121

Imagen 122

Prueba 2 Observar un reto completado y explicarlo

La segunda prueba ha sido muy satisfactoria pues la mayoría de usuarios la completan con facilidad e interpretan de forma sencilla los datos que definen un reto. Tras haber creado un reto este proceso ha sido mucho más sencillo. Las principales observaciones de esta prueba son las siguientes:

Observaciones

- Acceder hasta un reto ya completado es un proceso sencillo
- Primero se consumen los gráficos o contenido visual y luego se identifica qué es mediante la descripción
- Un usuario encontró dificultades en diferenciar el progreso de la cantidad de veces que se ha logrado.
- Comentario: “Lo he logrado 14 veces y he fallado 6 pero no se indica en el círculo”
- La Racha máxima es fácilmente entendible
- Las limitaciones tras la prueba anterior son lógicas
- Por lo general la pantalla de descripción del reto no presenta dificultades para ser comprendida.

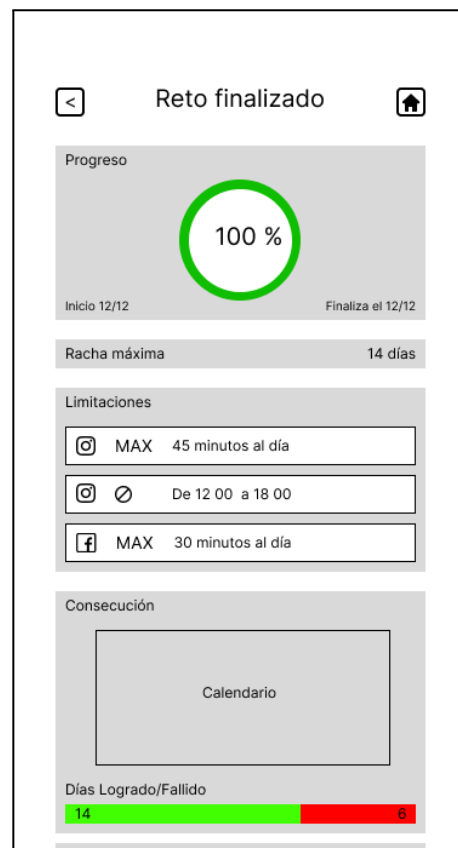
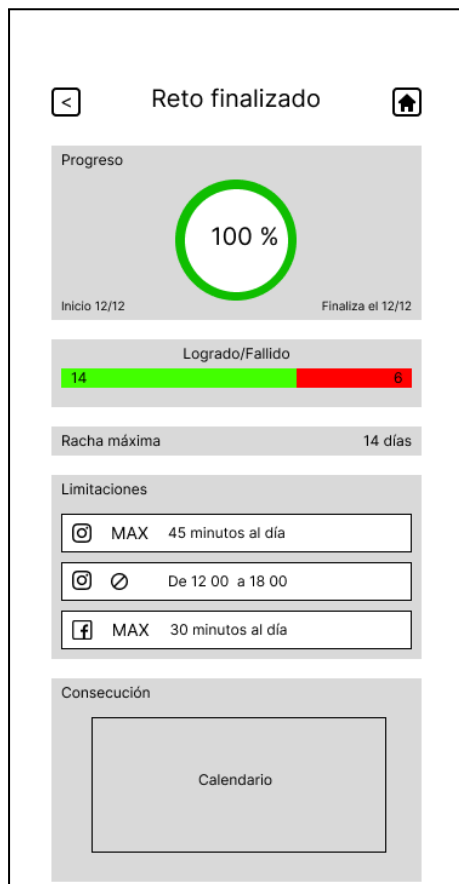
En esta prueba la única observación destacable es la duda de un usuario en la interpretación de Logrado/Fallido y su asociación al progreso y no a la concesión lo cual denota un diseño no intuitivo. Se pueden apreciar las conclusiones en la siguiente Tabla 6

Conclusiones	Cambios
Los colores que se repiten se asocian a alguna relación	Incorporar Logrado/Fallido tras el calendario que indica la consecución.
Los elementos visuales son más fáciles de interpretar	

Tabla 6

Cambios

Se traslada el apartado logrado/fallido dentro de la caja de consecución, debajo del calendario; ambos tratan la consecución por lo que se muestran en un mismo recuadro como se aprecia en las Imágenes 123 y 124



Prueba 3 Unirse a un reto ajeno

La prueba 3 tiene como objetivo verificar la arquitectura, en este caso ¿cuál es la ruta que sigue un usuario para unirse a un reto? ¿mediante los amigos y la comunidad o mediante los retos?

Observaciones

- Los usuarios acceden en primer lugar a la pantalla de Retos y después a Retos populares
- Incluso tras la imposibilidad de unirse al reto y acceder a través de la creación de uno nuevo y unirse, les resulta algo confuso este proceso.
- No llegan a entender la diferencia entre un reto popular y unirse a un reto

Las conclusiones se plasman en la siguiente Tabla 7

Conclusiones	Cambios
Ante la necesidad de unirse a un reto los usuarios priorizan la descripción de “Reto” por lo que acceden a través de los retos.	Modificar la experiencia de usuario para unirse a un reto y ponerlo en el apartado de “Retos” y no en el de “Crear Reto”.

Tabla 7

Cambios

Se elimina el apartado de unirse a un reto a través del botón de creación y su pantalla 1.1.3 Unirse a reto y se incluye este como un subapartado a través de los retos populares como se ve en la Imagen 125



Imagen 125

Prueba 4 Comprobar el uso de Instagram el mes anterior

La prueba 4 pone a prueba la comprensión de los interactivables y la organización de la información en las estadísticas la cual parece ser comprensible y lógica pues los usuarios completan las pruebas con agilidad.

Observaciones

- Los usuarios buscan en la primera pantalla de “Resumen” el dato accediendo por el navegador temporal.
- El navegador por botones no es tan reconocible
- Los Iconos de “Resumen” y “Tiempo de Uso” son similares no se identifican con lo que describen
- Los gráficos son reconocibles y navegables
- Los botones de navegación entre los días de la parte inferior no son muy reconocibles.
- Parte de las incomprensiones están dadas por la falta de definición visual.
- Una vez accedido el dato es fácilmente reconocible

Las pruebas muestran cómo a pesar del doble selector, se puede hacer un uso correcto y sencillo, algunas de las dificultades han sido principalmente en el reconocimiento de los elementos o no identificarlos como botones por lo que se intuye que podrán ser solucionados mediante el diseño visual.

Las conclusiones en Tabla 8

Conclusiones	Cambios
Es prioritario la gestión de colores y formas en los selectores para ser reconocidos como interactivables	Tener muy en cuenta el diseño visual en la definición de los selectores y jerarquizar los botones.
Los elementos textuales son los últimos que interpretan	Modificar el segundo reloj por uno con diferencias más visibles con el primero.

Tabla 8

Cambios

No se toman medidas respecto al entendimiento de los botones, se primará su identificación mediante el diseño visual. Se sustituye el icono de “Tiempo de uso” por uno con mayores diferencias del colindante (resumen). [Imágenes 126 y 127]



Anexo K Test de usabilidad

Descripción

Para comprobar la adaptación del diseño visual a los adolescentes se realiza un Test de usabilidad donde se ha realizado un prototipo que simula el funcionamiento de la aplicación. La magnitud del prototipo se puede apreciar en la siguiente Imagen 128

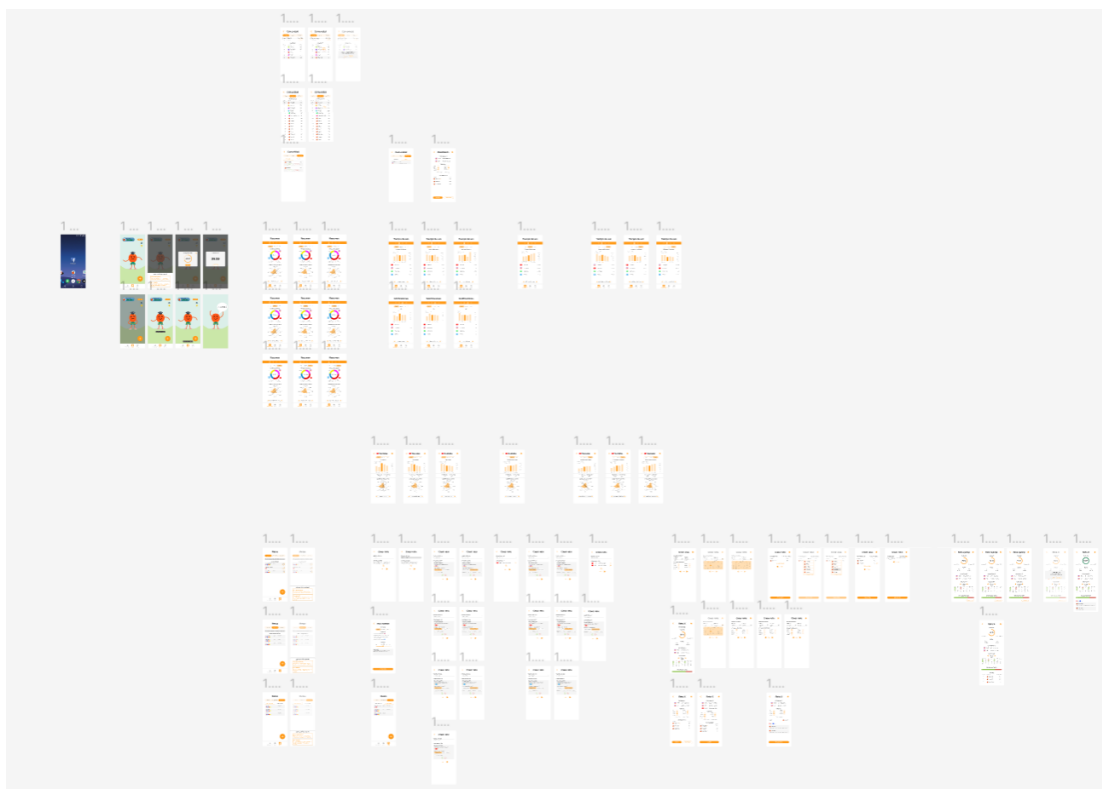


Imagen 128

Al cual se puede acceder mediante el siguiente enlace [Prototipo](#)

Para la realización del test se han tomado a 3 adolescentes (Usuarios 1,2 y 3) y 2 jóvenes (Usuarios 4 y 5) a los cuales se les hace una breve introducción a la aplicación y al objetivo del test para que se familiaricen con la prueba. Los participantes son los siguientes:

- Salim Embark Boualla 14 años, estudiante de 4 de la Eso, perfil activo y social, pasa mucho tiempo fuera de casa con los amigos y entrenando. Usuario medio de RRSS como Tik Tok e Instagram. Realizó el Test el 14/05
- Soufiane Rachdi El Rachdi 16 años, perfil casero y gamer, le gusta quedarse en casa y jugar a videojuegos, tiene varios hobbies sin ninguna pasión en específico, utiliza las redes sociales para consumir contenido principalmente Tik Tok. Realizó el test el 17/05
- Pedro Casaus Granged, 15 años, perfil activo, pasa mucho tiempo en el gimnasio y su tiempo libre es principalmente con el móvil o con el ordenador. Consume mucho TikTok e Instagram. Realizó el test el 15/05
- Saúl Solanilla Hernández 23 años, perfil casero, graduado en Marketing con ligeros conocimientos de diseño web y usuario frecuente de redes sociales. Realizó el test el 18/05
- Belén Martínez Malo 23 años estudiante de medicina, muy activa y sin conocimientos previos de diseño ni apenas usuaria de redes sociales. Realizó el Test el 19/05

El objetivo del test es comprobar la comprensión y adecuación del diseño visual, para ello se plantea la interacción de los elementos más ambiguos y se propone una simulación de uso real de un usuario a través de la aplicación para intentar empatizar con los procesos mentales del mismo, observar sus ideas previas, expectativas de la aplicación y cómo se desenvuelve con lo que se encuentra.

De forma más específica, se prioriza la comprensión de los retos y sus limitaciones, es un concepto que puede resultar difícil para los adolescentes. La accesibilidad de la información en el apartado de estadísticas y el uso general de los “tabs”. La idea de los adolescentes acerca de la localización de diferentes tipologías de retos.

Para valorar los resultados se tendrán en cuenta medidas objetivas como

- el tiempo de realización de las tareas
- la consecución
- el número de toques erróneos
- número de veces que muestra confusión

y por otro lado medidas subjetivas como

- su valoración verbal
- comentarios durante el test
- preguntas realizadas

Las pruebas a realizar en este test son las siguientes:

1 Entender su uso de las RRSS últimamente, respondiendo las siguientes preguntas

¿ Qué red social es la que más has utilizado? Youtube

¿Cuántas horas la utilizaste el último mes? 22 h 24 min

¿En qué momento del día la utilizas más? 6pm

¿Cuántas notificaciones recibiste el Martes? 21 ¿Y el jueves? 19

El objeto de esta prueba es comprobar su capacidad de navegación por las diferentes pantallas en especial mediante el menú de selección de la información, comprobar su interpretación de los emoticonos y que son interactivables, en segundo lugar el selector del espacio temporal, si se comprende como seleccionable los textos Día/Semana/Mes y por último el navegable inferior y las barras de los propios gráficos las cuales dirigen al día que representan. Otro aspecto a valorar es la comprensión de los gráficos, tanto el de barras con su desglose por días como el de uso según hora, este último con mayor prioridad por su uso poco común.

En esta prueba se interpretan varios tipos de errores, de forma leve se considera la falta de comprensión de la información que se presenta, esto representa un error visual y que se puede asociar a los nervios o ganas de acabar el test que con el uso de la aplicación se solucionaría. El segundo tipo de errores ya grave es la incomprensión conceptual, no entender la finalidad de la aplicación y la utilidad de esta información..

Pantallas a utilizar:

- 1 Inicio (Imagen 64)
- 1.2 Estadísticas (Imagen 93)
- 1.2.1 Tiempo de Uso (Imagen 94)
- 1.2.3 Lanzamientos (Imagen 96)
- 1.2.4 Aplicación (Imagen 97)

2 Crear un reto para reducir este uso con

- Máximo 30 min al día
- No utilizarla de 4 a 8 de la tarde
- Que dure 1 mes desde el día de hoy
- Los lunes
- Invitas a Manolete

El objetivo es comprobar la comprensión lógica y visual del proceso de creación del reto, de nuevo, la comprensión de las limitaciones y del desplegable para añadir una nueva esta vez con su definición visual y los patrones de selección utilizados en la pantalla 1.1.1.1 Crear Reto II.

Para esta prueba se consideran fallos leves el uso de tiempo excesivo en la creación de un reto, un suceso probable debido a la precisión de las interacciones propuestas; pero es un fallo grave no terminar por completo la tarea si es debido a una falta de comprensión de las limitaciones o de los patrones del calendario y selección de días.

Pantallas a utilizar:

- 1 Inicio (Imagen 64)
- 1.1.1 Crear Reto I (Imagen 83 y 84)
- 1.1.1.1 Crear Reto II (Imagen 85, 86, 87, 88 y 89)
- 1.1.1.1.1 Crear Reto III (Imagen 90, 91 y 92)

3 Ver que días ha estado fallando en el reto y eliminarlo

El objetivo de esta prueba es corroborar si son capaces de acceder a un reto activo, encontrar la información acerca de su consecución y eliminar el reto. Para ello medir en tiempo cuanto tarda en llegar hasta el reto recién creado, y de nuevo a través de la duración de la tarea, ver cuánto tarda en identificar el calendario como la consecución del reto y terminar eliminando el reto.

Se considera un error leve intentar acceder por el apartado Perfil a mis retos o navegar por los diferentes tabs en el apartado de retos hasta finalmente encontrar el reto creado en activos y se considera un problema grave no poder acceder a este apartado. En la pantalla del reto la mala interpretación de la información también supone un error leve.

Pantallas a utilizar:

- 1 Inicio (Imagen 64)
- 1.1 Retos (Imagen 78)
- 1.1.1.1.1 Reto Individual (Imagen 70)

4 Comprobar si tiene invitaciones que le valgan para un nuevo reto y sino unirse a uno que se adapte a tí para YT e IG

El objeto de esta prueba es verificar la navegación hasta las invitaciones y verificar si el reto se adecua a sus necesidades y la navegación hasta unirse a reto; por último valorar si el reto propuesto se adecua a sus necesidades. En este proceso cobran especial importancia la primera interacción del usuario para acceder a una petición, ya que representa su modelo mental previo. Tras observar en caso de no corresponder con la propuesta en la aplicación, se comprobará mediante el tiempo invertido, la facilidad para acceder a las invitaciones de retos. Por último este proceso se repite de forma similar al tener que unirse a un reto propuesto por otro usuario, debe identificar dónde se sitúan estas propuestas y corroborar su adecuación. El reto se dará por finalizado cuando haya valorado estos dos retos.

Para este reto se considera un error leve acceder a las invitaciones mediante los retos ya que es una interacción nueva y puede resultar ambigua y tras varias interacciones se realizará de forma automática. Como Error grave se considera no encontrar el apartado invitaciones o el de unirse a retos.

Pantallas a utilizar:

- 1 Inicio (Imagen 64)
- 1.3 Comunidad (Imagen 100)
- 1.1 Retos (Imagen 78, 81 y 82)

- 1.1.3 Reto Ajeno (Imagen 77)

Resultado

Prueba 1 Búsqueda de información

	Tiempo	Toques erróneos	Confusión	Comentarios destacados	Observaciones
U1	3:30	20-25	Alta	"Aquí solo veo un muñeco"	No comprende el test Responde con la información más cercana
U2	3:10	10	Media	"Está parejo"	No reconoce el selector de iconos La pantalla con texto hace que lea menos
U3	1:40	10	Baja	-	Comprende todo e interactúa con facilidad. Aunque no hace diferenciación con el desglose por aplicación y toma siempre el total
U4	3:30	3	Baja	"Iría a mi perfil"	Comprende todos los datos. Intenta acceder a YT por el icono en Resumen.
U5	3:00	4	Baja	"Supongo que está en estadísticas"	Comprende la información y los gráficos correctamente. Invierte más tiempo en acceder a la App aislada
Media	3:10	10	Media-baja	-	Buena comprensión. Dificultad al separar el total del desglose por App. Selectores obviados.

Tabla 9

Observaciones y problemas

En la realización de esta prueba se han observado varios fallos leves, los usuarios adolescentes tuvieron mayor dificultad para acceder a la pantalla de Estadísticas, con un mayor número de toques erróneos y un mayor tiempo invertido. Una vez dentro, reconocían fácilmente los elementos aunque era común responder con la información de la primera

pantalla obviando los “tabs” para acceder a la información específica de la aplicación. Por lo general no leían las descripciones, intentaban interactuar con cualquier elemento o interpretaban los gráficos presentados.

Los usuarios jóvenes, por el contrario, reflexionaban acerca de las decisiones y por lo general cometen menos errores en menor tiempo. Se servían de los menús superiores de forma correcta y llegaban a la pantalla exclusiva de YT.

Los problemas se resumen en:

- Falta de accesibilidad de las Estadísticas
- Baja accesibilidad de los tabs
- Baja comprensión de los tabs
- No encontrar la pantalla de la aplicación

Se puede visualizar un vídeo resumen en el siguiente enlace:

[Vídeo Resumen Prueba 1](#)

Prueba 2 Creación de reto

	Tiempo	Toques erróneos	Confusión	Comentarios destacados	Observaciones
U1	4:00	20	Media	“Me pone el tiempo pero no los días”	Entendía las limitaciones y los retos pero no reconocía el selector de limitación.
U2	3:05	10	Media	“Intento salir de aquí”	Selector de limitaciones obviado varias veces Interactúa con dificultad en el calendario
U3	-	-	-	-	No completa la tarea al no acceder al botón de crear Reto
U4	2:30	10	Baja	“Voy a probar desde aquí”	Asocia el tiempo a una limitación. Tiene dificultades al interactuar con el calendario
U5	2:40	4	Baja	“El Manuel este no quiero”	Intenta usar solo 1 limitación para todo No diferencia el perfil actual de los invitados
Media	3:10	10	Baja-Media	-	Las limitaciones deben aclararse.

					El calendario es confuso Diferenciar perfil actual
--	--	--	--	--	---

Tabla 10

Observaciones y problemas

Los usuarios adolescentes reconocen correctamente el Botón FAB aunque tienen ciertas dificultades con los interactivables del proceso de creación del reto, especialmente en las limitaciones donde mayor cantidad de texto aparece. El exceso de información evita su comprensión y optan por probar tocando los elementos y no razonar su elección. Las siguientes dos pantallas son comprensibles y las superan con facilidad exceptuando el calendario donde no consiguen salir o no reconocen las flechas de avance y retroceso.

Los usuarios jóvenes acceden de forma sencilla al proceso de creación y sufren menor dificultad con las limitaciones las cuales leen y comprenden; su error fué intentar crear ambas restricciones en una única limitación. También tuvieron dificultades con el calendario. Destaca un comentario de una usuaria en la invitación de Amigos que denota una falta de diferenciación entre el creador y el resto de usuarios.

Los principales problemas encontrados son:

- Falta de visibilidad de los elementos de interacción en la creación de las limitaciones
- Ligera incomprensión en la cantidad de retos a crear o el contenido de un único reto
- Falta de usabilidad en el calendario
- No reconocer al usuario actual en los participantes

Se puede visualizar un vídeo resumen en el siguiente enlace:

[Vídeo Resumen Prueba 2](#)

Prueba 3 Valoración Reto

	Tiempo	Toques erróneos	Confusión	Comentarios destacados	Observaciones
U1	1:00	5	Baja	-	Intenta acceder por estadísticas
U2	1:30	5	Media	-	Sufre dificultades por culpa del prototipo. La comprensión es buena
U3	0:50	2	Baja-Nula	-	-
U4	1:00	0	Nula	-	Realiza la tarea y comprende todo con

					facilidad
U5	0:45	-	Nula	-	Comprende todo y actúa con rapidez
Media	1:00	2	Baja	-	Se comprende con facilidad

Tabla 11

Observaciones y problemas

En esta prueba los usuarios adolescentes tuvieron ligeros inconvenientes en ubicar un reto ya creado, optan en algunos casos desde “Mi perfil” o “Estadísticas”. Tras no encontrarlo en otras pantallas reconocen su ubicación en el apartado de Retos en un tiempo aceptable. Una vez dentro el calendario resulta fácil de interpretar y la relación Logrado/Fallido debajo mejora este aspecto.

Los usuarios jóvenes acceden directamente al apartado de Retos y de la misma forma reconocen el calendario y que este representa los días y su consecución. Ambos usuarios encuentran el botón de eliminar rápidamente.

Los principales problemas encontrados en esta prueba son:

- No identificar la ubicación de los retos de forma rápida
- No reconocer el reto recién creado

Se puede visualizar un vídeo resumen en el siguiente enlace:

[Vídeo Resumen Prueba 3](#)

Prueba 4 Unirse a un reto ajeno

	Tiempo	Toques erróneos	Confusión	Comentarios destacados	Observaciones
U1	2:10	10	Media-Alta	“Me meto a retos”	Al no encontrar la invitación prueba a unirse. Tarda en razonar la invitación por amigos
U2	2:00	10	Media	“Voy a ver aquí en amigos”	Se bloquea en Amigos buscando retos en sus perfiles. Comprende el resto de interacciones con facilidad.
U3	0:45	3	Baja	“No me han invitado a ningún reto”	Obvia la invitación y solo se une a un reto
U4	1:15	2	Baja	“Aquí no que es amigos”	Concibe las peticiones en amigos y los retos ajenos

					en Retos
U5	1:20	1	Baja-Nu la	"Tengo 2 opciones"	Concibe las peticiones en amigos y los retos ajenos en Retos
Me dia	1:30	5	Baja	-	Necesidad de conocimientos previos para identificar cada elemento en su apartado

Tabla 12

Observaciones y problemas

Algunos de los usuarios adolescentes tienen dificultades en acceder a las invitaciones, lo hacen a través del apartado de Retos y tras investigar este apartado y todas sus opciones prueba mediante los Amigos, una vez accedido la comprensión de los retos y los "tabs" es satisfactoria. Tras haber investigado los Retos, unirse a uno de la comunidad les resulta sencillo.

Los usuarios jóvenes acceden directamente a los apartados propuestos y completan las tareas de forma satisfactoria.

Los principales problemas observados son:

- Los usuarios no tienen una idea clara de donde acceder a una invitación
- El selector secundario en las invitaciones carece de la diferenciación necesaria

Se puede visualizar un vídeo resumen en el siguiente enlace:

[Vídeo Resumen Prueba 4](#)

Conclusiones

La realización del test resalta ciertos errores, algunos de ellos se atribuyen a la incompleta definición del test y el uso de un dispositivo de diferentes dimensiones a los Wireframes; como el uso excesivo de tiempo o el acceso mediante vías alternativas al mismo punto de la aplicación, pero el grueso de los errores denotan incongruencias en el diseño, de ellos se extraen unas conclusiones con las cuales articular cambios con el objetivo de solucionarlos, estos se pueden apreciar en la siguiente [Tabla 13].

Conclusiones generales	Cambios
Los elementos visuales son prioritarios para los adolescentes, primero interpretan lo que pueden analizar de un vistazo y por último leen.	Reducir al mínimo el contenido textual. Eliminando o sustituyéndolo por contenido visual. A aplicar en: - 1.2 Estadísticas - Proceso de creación de Reto - Reto NOMEDI

	- Rediseño de los iconos de Amigos y Logros - Incluir indicadores visuales en elementos destacables de las estadísticas. 1.2 aplicaciones
Los “tabs” superiores en las pantallas de Estadísticas no contienen la suficiente prioridad.	Aumentar el contraste del “tab” superior de iconos. Aumentar el tamaño y contraste del “tab” secundario textual. Remarcar selección en el tab secundario en 1.3
Los adolescentes tocaban todos los elementos buscando el interactuable.	Priorizar los siguientes elementos de interacción mediante el tamaño y contraste: - Botón + en 1.1.1 - Selección Aplicación en 1.1.1 - Selector limitación en 1.1.1 - Eliminar limitación en 1.1.1 - Selector fecha en 1.1.1.1 - Eliminar Petición en 1.1.1.1.1 - Incluir acceso por Icono en 1.2 - Aumentar tamaño selector en 1.4 - Selectores de cantidad en las limitaciones mediante patrones de interacción reconocibles.
La selección de fecha por Calendario no era ágil y creaba confusión.	Aumentar el tamaño del Calendario Aumentar el tamaño de los selectores Aumentar el tamaño de la letra Incluir un botón para salir de él
Existe confusión entre un usuario creador del reto y un usuario invitado.	Diferenciar de forma visual el usuario que ha creado el reto.
Los adolescentes no tenían un lugar donde acceder a un reto recién creado.	Creación de un proceso de “Onboarding” que incluya: - Explicación de las estadísticas - Explicación del personaje y su función informativa - Explicación de los Retos y los 2 tipos
Algunos adolescentes ubicaban las invitaciones a retos en “Retos”.	Incluir un sistema de notificación para las invitaciones. Realizar el Onboarding para conocer el contenido de cada apartado principal.

Tabla 13

Cambios

Los cambios propuestos son exceptuando la creación del proceso “Onboarding” son modificaciones estéticas en el diseño, ligeras incorporaciones lógicas o la modificación de un patrón de selección; cambios que no alteran de forma significativa al conjunto, por lo que no se valora necesaria la realización de un nuevo Test para comprobar su calidad. Los cambios se pueden apreciar a continuación.

Accesibilidad Inicio

En la pantalla Inicio, se ha modificado el texto “Enfocado” por Concentración, siguiendo el patrón general actual para facilitar la comprensión. Se han modificado los botones de Amigos y Logros para facilitar su comprensión y mejorar su accesibilidad, también se añade un sistema de notificación para las peticiones mediante Badges, el resultado se aprecia en [Imagen 129 y 130].

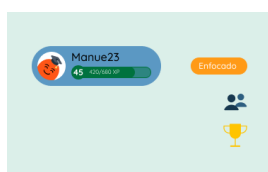


Imagen 129

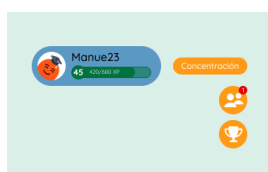


Imagen 130

Creación de limitaciones

El siguiente cambio es en la creación del reto. Las dificultades para identificar el botón de añadir limitación se palian con una modificación en el estilo del mismo creando un Relleno del mismo color e invirtiendo el más. El resultado se aprecia en las siguientes [Imágenes 131 y 132]

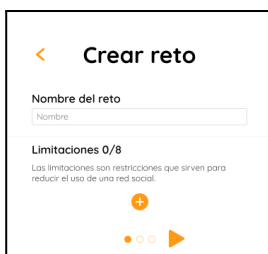
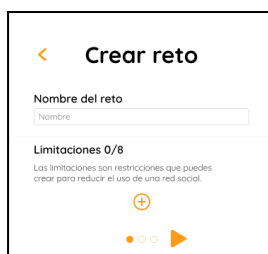


Imagen 131

Imagen 132

El siguiente cambio se realiza o en la pantalla desplegable de las limitaciones donde se ha disminuido la cantidad de texto para simplificar las explicaciones, se aumenta el tamaño de la App actual y los botones de selección, se modifica el estilo del selector de notificación para aumentar su visibilidad, se modifica el patrón de introducción de datos y se modifican los botones de crear/eliminar para seguir la línea de diseño y no perder la prioridad que tiene.

El resultado se puede observar en las siguientes [Imágenes 133, 134 y 135]

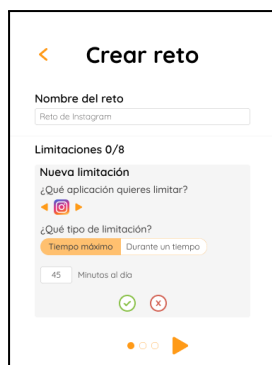


Imagen 133



Imagen 134

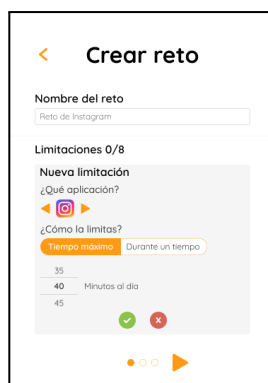


Imagen 135

Selección Fecha

La siguiente modificación ha sido en el Calendario, la dificultad de interacción hace que se modifique el tamaño. Se ha aumentado el tamaño de la letra, el tamaño de los botones y se ha incluido un botón para salir de él. Los cambios se puede ver en las [imagenes 136 y 137]

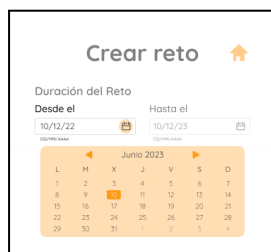


Imagen 136

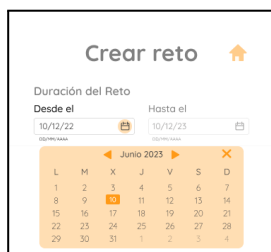


Imagen 137

Invitar Amigos

La siguiente modificación ayuda a remarcar el usuario actual y creador del reto, incluyendo un color diferente al resto de usuarios. Diferencia notable en las siguientes [Imágenes 138 y 139]



Imagen 138



Imagen 139

Reto Guiado

La siguiente modificación no ha sido testada pero resulta lógica con los cambios que han sufrido el resto de pantallas, se modifica el selector superior del mismo modo que en las anteriores, priorizando con el color principal y se simplifican y reducen los textos. Resultado apreciable en las siguientes [Imágenes 140 y 141]



Imagen 140



Imagen 141

Accesibilidad de la información y estado actual

La siguiente pantalla prioriza la accesibilidad de los menús mediante un distanciamiento de los iconos superiores y el uso del color principal en el selector secundario que remarque la situación actual del usuario. También ha sufrido cambios en los encabezados de los apartados, ambos han sido simplificados para priorizar la información importante. Resultados en las siguientes [Imágenes 142 y 143].



Imagen 142

Imagen 143

Accesibilidad Tabs Comunidad

El selector secundario en el apartado de Comunidad pasaba desapercibido en alguno de los test de usuario por lo que se remarca la selección mediante un borde completo y no solo inferior. [Imágenes 144 y 145]

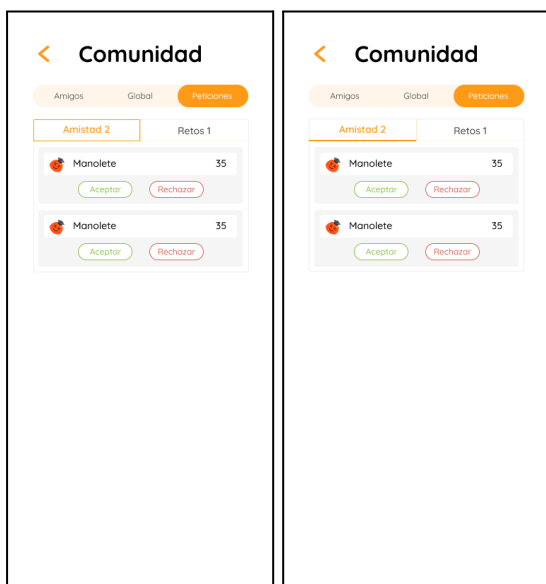


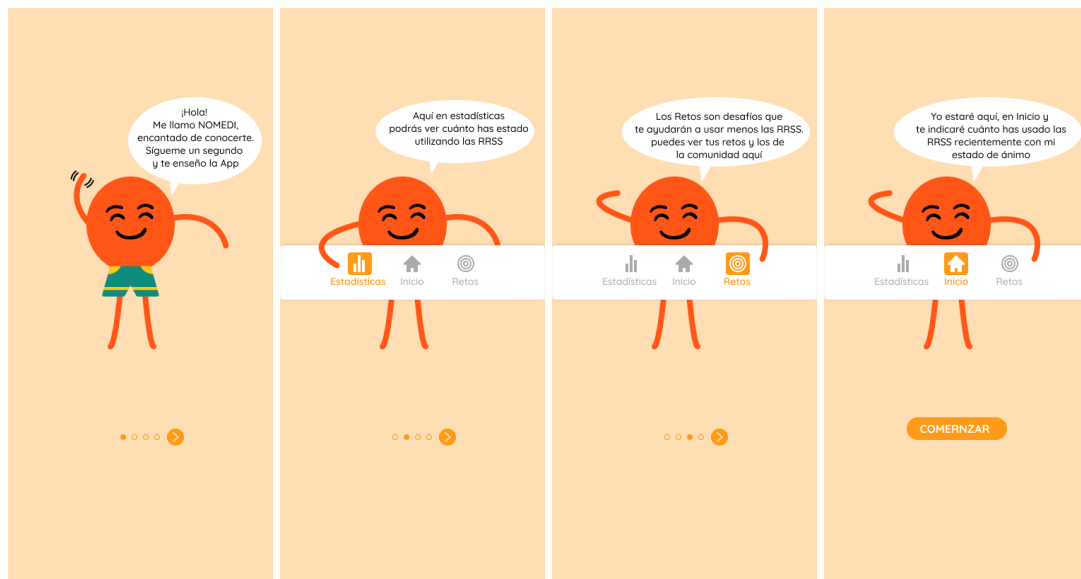
Imagen 144

Imagen 145

Proceso Onboarding

Algunos adolescentes no tenían dificultades en situar los elementos, debido a la novedad en la tipología de la aplicación se incluye un “Onboarding” donde se explican las principales pantallas de la aplicación y su contenido general. El proceso consta de 4

pantallas donde NOMEDI explica de forma textual el menú principal. El resultado en las siguientes [Imágen 13]



Imágen 13

Glosario

Switcher *Es un selector entre dos opciones restrictivas entre ellas*

Slider *Patrón de selección única entre múltiples opciones mediante un deslizable*

Sitemap *Arquitectura de las pantallas de una aplicación*

Navigation bar *Barra inferior de navegación*

Tabs *Menú de selección con opciones múltiples restrictivas entre ellas*

Tips *Consejos*

Mockups *Es un montaje del resultado que se utiliza para su demostración*

Badges *Insignia*

Onboarding *Proceso de Iniciación a una aplicación*