**GUIÓN**

**AMBAS:** Good afternoon, my name is Sara Pineda, and mine is Lizeth Becerra. We are from class 11-01, and today we are going to present our project, which is called Healthy Minds.

**AMBAS:** Our project is about how children aged 9 to 11 from Venecia School, morning shift, can manage depression. Through our project, we provide them with tools so that, through recreational activities, they can understand what depression is and, in turn, manage it.

# **OBJETIVOS:**

* Nuestro objetivo general es orientar a los estudiantes de 9 a 11 años del Colegio Venecia IED sobre las herramientas para el manejo de la depresión
* Nuestros objetivos específicos son diagnosticar el conocimiento que tienen los estudiantes acerca de la depresión, analizar las mejores estrategias para la guía de los estudiantes de 9 a 11 años del Colegio Venecia IED acerca del manejo de la depresión
* Ypor ultimo crear una aplicación para que los estudiantes del colegio Venecia IED de 9 a 11 años cuenten con herramientas para la orientación del manejo de la depresión.

# **PREGUNTA PROBLEMA:**

* La pregunta problema que formulamos para realizar nuestro proyecto fue: ¿Cómo podemos por medio de una solución tecnológica aportar a los jóvenes del Colegio Venecia IED de PRIMARIA JM a manejar la depresión en diferentes situaciones?

# **MARCO TEORICO:**

En el marco teórico vamos a encontrar la definición de la depresión: La depresión es un trastorno emocional que provoca una sensación constante de tristeza y pérdida de interés en las actividades diarias. Afecta cómo una persona se siente, piensa y actúa, y puede causar problemas tanto emocionales como físicos. No es solo estar triste por un momento, sino un estado que puede durar semanas o meses si no se trata.

La depresión es un trastorno emocional que afecta cómo una persona se siente, piensa y actúa. Puede generar tristeza profunda, pérdida de interés en actividades, fatiga y dificultades para concentrarse. Existen varios tipos de depresión, entre los más comunes están:

* Depresión mayor: Episodios intensos de tristeza que duran semanas o meses.
* Trastorno depresivo persistente (distimia): Síntomas más leves, pero que duran por al menos dos años.
* Depresión posparto: Aparece después del parto y puede afectar la capacidad de cuidar al bebé.
* Trastorno afectivo estacional: Ocurre en ciertos momentos del año, usualmente en invierno.

Es importante reconocer los síntomas y buscar ayuda profesional para tratarla a tiempo.

**SOLUCION TECNOLOGICA:**

A continuación, les mostraremos la solución tecnológica, la cual es una encuesta donde los estudiantes responderán 20 preguntas sobre como llevan a cabo su vida cotidiana, luego de que terminen de llenar la encuesta, se dará un resultado el cual indicara si tienes depresión o no. Al final saldrá una serie de consejos para que puedan manejar la depresión.

**EVIDENCIAS:**

Y para finalizar mostrare las evidencias, donde encontraremos, fotos, videos, juegos, un folleto y un formulario en el cual analizamos con los estudiantes de grado quinto y cuarto el conocimiento que tienen sobre la depresión, notamos que como son niños, creen que la depresión es un juego, pero les aclaramos que es un tema importante y delicado, y así como le puede suceder a los adultos también a los niños. Les brindamos varias herramientas, para que puedan manejar la depresión.

**CONCLUSIONES:**

En resumen, nuestro proyecto busca sensibilizar sobre la importancia de identificar, hablar y manear la depresión, especialmente en las etapas tempranas de la vida. A través de la app que creamos, se pretende facilitar una herramienta accesible para que las personas puedan autoevaluarse de manera anónima y reflexionar sobre su bienestar emocional.

Además, se espera que la app ayude a generar conciencia sobre la importancia del manejo de la depresión, alentando a los estudiantes a buscar ayuda profesional cuando sea necesario. Este tipo de intervención puede marcar una diferencia significativa en la vida de muchas personas, promoviendo una mayor comprensión y prevención del problema.

Gracias por su atención, pueden encontrarnos en nuestras redes sociales Instagram, Facebook, Twitter como Healthy Minds.