



# enREDados

Proyecto de **PODCAST**  
**INNOVADOR**

enero 2023

## DOSSIER DE PRENSA



## ÍNDICE

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| ¿Quiénes somos? .....                 | p.3 |
| ¿Cuáles son nuestros objetivos? ..... | p.3 |
| ¿Cuál será nuestro target? .....      | p.4 |
| ¿Cuál serán nuestras fuentes? .....   | p.4 |
| ¿Cuánto durará el programa? .....     | p.4 |
| Estructura del programa .....         | p.5 |
| Episodio piloto .....                 | p.5 |
| Estructura del programa piloto.....   | p.6 |

## ¿QUIÉNES SOMOS?

Somos estudiantes de periodismo de la Universidad de Zaragoza comprometidos con la lucha de la salud mental, aquellos conectados día a día a las redes sociales que conocemos las graves consecuencias de estar “metidos allí todo el día”. Sabemos que muchas de esas vidas idílicas de las redes esconden muchas veces inseguridades y trastornos como la depresión. **Sabemos que las redes sociales nos manipulan.**



**Equipo innovador.** De izquierda a derecha Mady Nae, Martina Ripol, Ruben Vasile Ungureanu, Elisa Pueyo y Ana Obiol.

Aunque se hayan dado pasos y se haya visibilizado la mala salud mental, **todavía queda mucho por hacer.** Por eso, queremos contar a todo el mundo que tener una buena salud mental es fundamental y que existen maneras para lograrlo.

**Creemos** que sigue habiendo muchas personas que, con prejuicios con ir a profesionales como psicólogos o psiquiatras, lo que pone en peligro a muchas personas, muchas de ellas jóvenes.

## ¿CUÁLES SON NUESTROS OBJETIVOS?

Nuestros objetivos con EnREDados son varios. Queremos:

- a) **Ser un espacio amistoso y reflexivo** donde aprender y compartir ideas y anécdotas con el fin de abordar los temas menos frecuentes cuándo se habla sobre salud mental juvenil.
- b) **Probar que los jóvenes estamos concienciados y comprometidos** con lograr una sociedad más sana y poner en cuestión actitudes tóxicas que replicamos en la Red.
- c) **Desmontar los mitos sobre la salud mental** enquistados en nuestra sociedad y demostrar que desarrollar una buena salud mental requiere mucha ayuda y disciplina.
- d) **Concienciar a aquellos que nos escuchen**, que la salud mental sana es muy importante para tener una vida sana
- e) **Ofrecer posibles soluciones que puedan** ayudarles a controlar mejor los peligros mentales que surgen a raíz de las redes sociales.

## ¿CUÁLES SERÁN NUESTROS TARGET?

El podcast se encontrará dirigido a todo el público en masa por su naturaleza generalista, no obstante, **aquellos a los que más queremos llegar son a los preadolescentes, adolescentes y jóvenes.** Querremos ofrecerles una experiencia ligera e interactiva pero educativa capaz de llamar la atención tanto a jóvenes como a adultos. Por ello, creemos que el mejor tema a tratar en nuestro programa piloto es la influencia de las redes sociales, debido a que en ellas se producen gran parte de las situaciones que afectan gravemente a la salud mental de los jóvenes hoy día.



## ¿CUÁLES SERÁN NUESTRAS FUENTES?

Nuestra intención es consultar **todo tipo de fuentes**, tanto primarias como secundarias. Nos interesa entrevistar a fuentes especializadas como psicólogos o psiquiatras. También vamos a consultar fuentes digitales como blogs de gente que ha superado la depresión o artículos de periódicos digitales. También vamos a contactar con fuentes locales: conocidos que pensemos podrían aportar a nuestro podcast. Por último, la fuente que más vamos a consultar son artículos académicos científico-documentales por su grado de objetividad y calidad de los datos.



## ¿CUÁNTO DURARÁ EL PROGRAMA?

Por el momento, solo está previsto para nuestro podcast grabar una sola temporada de diez episodios. Cada episodio está previsto que dure aproximadamente 25 minutos y será conducido por Ana Obiol.

## ESTRUCTURA DEL PROGRAMA

El tema central del episodio será cómo nos afectan las redes sociales a la salud mental. La estructura será la siguiente:

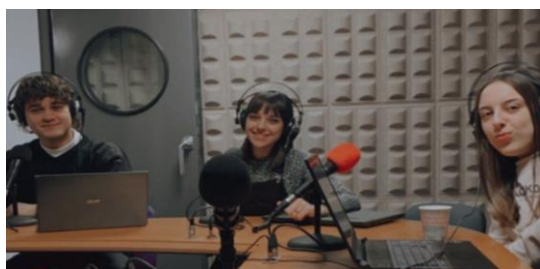
1. Presentación del podcast, que tema trataremos ese día y saludos iniciales entre el conductor y los colaboradores.
2. Presentación del entrevistado o entrevistados de ese día
3. Entrevista y debate del tema con los colaboradores.
4. Presentación de las secciones. Ejemplos de secciones: Entrevista a pie de calle, consultorio o desmontando mitos
5. Comentario con el entrevistado.
6. Conclusiones y cierre del podcast.

No obstante, dependiendo de la temática e invitados del episodio, esta estructura puede variar. No obstante, si bien es cierto la flexibilidad es importante, intentaremos mantener siempre la estructura establecida con el objetivo de no marear al oyente.

## EPISODIO PILOTO

Para este primer programa **hemos contado con profesionales de la salud mental** que trabajan con personas jóvenes. En este caso, hemos contactado con una psiquiatra del hospital San Jorge de Huesca, y una psicóloga que trabaja en AFDA, una asociación que ayuda a las personas con menos recursos a acceder a un tratamiento psicológico. En cuanto al tratamiento informativo, será de tono divulgativo, pero también flexibilizaremos el lenguaje e incluiremos secciones de anécdotas u opiniones para que los jóvenes vean más atractivo el programa.

En cuanto a recursos sonoros, hemos utilizado nuestra sintonía de entrada, y una careta informativa del programa, y el título del programa de ese día. Hemos podido obtener varios cortes tanto de los profesionales como de jóvenes famosos que no dudaremos en utilizar para enriquecer el episodio piloto.



## ESTRUCTURA DEL EPISODIO PILOTO “¿Cómo nos afectan las Redes Sociales?”

