

tf g

memoria

**bellas artes**

2021-2022



**MENCIÓN:** Artes Visuales y Diseño

**TÍTULO:** La carrera sin obstáculos  
Guía de supervivencia universitaria

**ESTUDIANTE:** Begoña Lorente Sanz

**DIRECTOR/A:** Imma Mengual Pérez



**PALABRAS CLAVE:** Supervivencia, universidad, estudiante, diseño editorial, guía

**RESUMEN:** *La carrera sin obstáculos* es una guía de supervivencia para estudiantes que vayan a acceder o hayan accedido recientemente a la universidad. La guía se divide en 4 bloques que abarcan desde la universidad como institución, la vida independiente, las nuevas relaciones y para finalizar una última sección dirigida al trabajo.

La guía es un libro de medio formato y de consulta o lectura ligera para que todo estudiante comprenda los aspectos más relevantes de esta nueva etapa. Además, su estética se mueve por un diseño limpio de colores llamativos que representan los cuatro bloques de la guía.

# Índice

pág/s.



**1. Propuesta y Objetivos**

05 - 06

**2. Referentes**

07 - 08

**3. Justificación de la propuesta**

09 - 11

**4. Proceso de Producción**

12 - 17

**5. Resultados**

18 - 18

**6. Bibliografía**

19 - 19

## 1. PROPUESTAS Y OBJETIVOS

*La carrera sin obstáculos* se trata de un proyecto editorial impreso con variante digital de medio formato, una guía de supervivencia universitaria que recoge información relevante para estudiantes de Universidades españolas. Es un manual que puede leerse de seguido o también puede leerse para ver información puntual de cada una de las secciones. Para facilitar esta segunda opción cada bloque está separado por delimitadores de colores tanto en sus páginas como al inicio de cada sección con un área lateral que sobresale para facilitar la navegación por los bloques.

La guía se divide en 4 bloques: Universidad, casa, relaciones y trabajo. Cada una contiene distintos temas organizados de lo más general a lo más específico e incluye un último apartado extra.

La sección «**Universidad**» trata sobre temas relevantes del ámbito universitario. Se divide en distintos temas desde conceptos básicos nuevos que escucharán continuamente en la carrera hasta abordar la nueva estructura y formas de estudiar que se aplican en los estudios superiores.

La sección «**Casa**» se dirige a la nueva independencia por resultado de ir a la Universidad lejos de casa. En esta sección se tratará desde encontrar piso y compañeros hasta organización y limpieza de las distintas estancias de la casa.

La sección «**Relaciones**» es una de las más importantes, se trata de cómo relacionarte tanto con tus compañeros de piso, personas con diversidad funcional, para qué y cómo acudir a las delegaciones o consejos de estudiantes y por último cómo debe cuidarse a uno mismo.

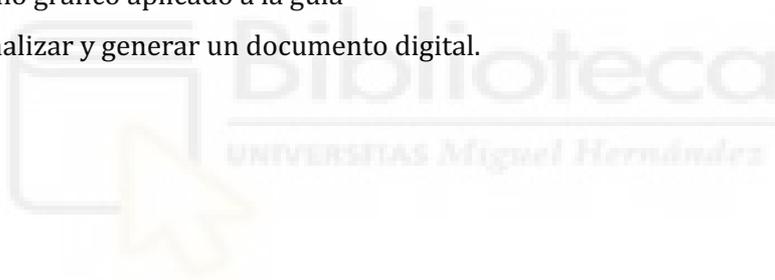
La última sección de este manual se trata de «**Trabajo**», y es que para un estudiante universitario le es complicado encontrar trabajo en su área de especialización durante la carrera universitaria. Aquí se podrá leer tanto cómo redactar un buen currículum, las entrevistas y distintos trucos, respuestas y preguntas básicas que suelen hacerse.

El estilo de texto tendrá una voz cercana ya que se escribirá en primera persona añadiendo comentarios y experiencias personales y los títulos estarán redactados de manera coloquial e irónica.

En cuanto al diseño de la guía de supervivencia universitaria se ha buscado un estilo minimalista con colores llamativos que organicen bien los bloques y la información. Una tipografía de estilo moderno y limpio que ayude a la legibilidad e imágenes que acompañen al texto sin mucho detalle ni color para que no entorpezca el diseño minimalista sino que sea un apoyo visual.

Objetivos:

- Recabar la información de la guía
- Analizar la información contenida y estructurarla en secciones
- Estudiar y seleccionar las variables cromáticas, tipográficas y gráficas
- Generar un sistema de retículas y la maquetación que dé respuesta al contenido y el diseño gráfico aplicado a la guía
- Artefinalizar y generar un documento digital.



## 2. REFERENTES

### 2.1 Referentes temáticos

Al comenzar esta guía de supervivencia se hizo un análisis inicial de guías de supervivencia que hay ahora mismo en el mercado. Durante la investigación se encontraron varios tipos sobre supervivencia básica para acampadas, viajes etc. Pero hubo unas cuantas que llamaron nuestra atención por las temáticas que trataban: Futuros apocalípticos, temáticas de terror y fantasía. Guías que una persona corriente se leería por entretenimiento no por necesidad. (Figura 1)

Este fue el detonante para la guía: si el público leía guías que no servirían sino en un futuro catastrófico, se podría crear un manual útil pero basándose en los hábitos de lectura de estas guías, una escritura ligera y fácil de entender, irónica y jocosa que llamase la atención. Los colores son sobrios y poco coloridos por lo que habría que diferenciarse así de estas ficticias.



Fig 1. Ejemplos existentes en el mercado de Guías de supervivencia con temáticas originales.

### 2.2 Referentes conceptuales

El minimalismo es una corriente artística que busca reducir al mínimo el contenido sin decoraciones, basándose en lo esencial. En esta guía lo más importante es el contenido escrito por lo que se ha eliminado todo elemento innecesario centrándonos en colores planos una sola tipografía e imágenes prácticamente monocromáticas que acompañan al texto y no eran un elemento decorativo más. Así mismo las ilustraciones que también se han diseñado para la guía son ilustraciones a línea, sin detalles, a uno o dos colores siempre partiendo del color de la sección.

Por otro lado, para añadir color y variación a las páginas se han incluido algunas a todo color con frases entre las que se incluye una referencia de Steve Jobs: «El único modo de hacer un gran trabajo es hacer lo que amas». Además de frases populares y frases hechas tradicionales que se han incluido en la guía dependiendo de la sección.

## 2.3 Referentes visuales

Muriel Cooper ( 1925-1994) fue una diseñadora gráfica que pasó la mayor parte de su carrera trabajando en el MIT (Instituto Tecnológico de Massachussets).

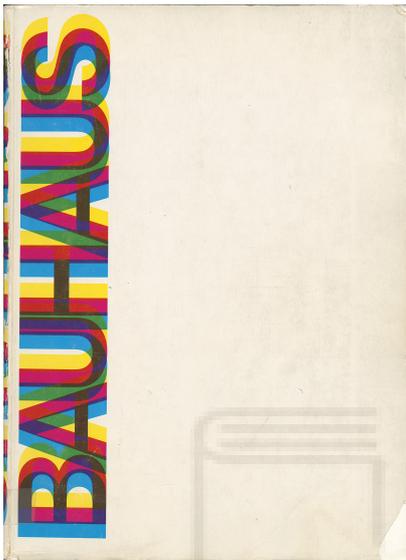


Fig 2. *Bauhaus*, 1969. Cooper, Muriel.

En la década de 1960 Cooper que estaba ligada con las nuevas tecnologías en el diseño experimentó con los errores que surgían de algunas impresiones superponiendo las planchas de color para conseguir mayor movimiento y expresividad como en la portada de *Bauhaus*, 1969 (figura 2).

En el diseño del proyecto editorial se usó la técnica de la superposición digitalmente superponiendo a la imagen en blanco y negro una mancha plana del color de la sección con un «fallo de registro» desplazándolo a la izquierda para generar movimiento y expresividad a la publicación.

*«Experimentar y jugar como parte de la disciplina profesional es difícil en el mejor de los casos. Esto no solo es cierto para una imprenta offset, sino también para todas las actividades en las que las máquinas se encuentran entre el concepto y el producto»*  
Cooper, Muriel.

Las ilustraciones que acompañan a las imágenes e ilustran iconos como los de la lavadora se referencian a un artista minimalista llamado Christopher DeLorenzo el cual realiza a mano alzada sus ilustraciones basándose en líneas sin modulación.

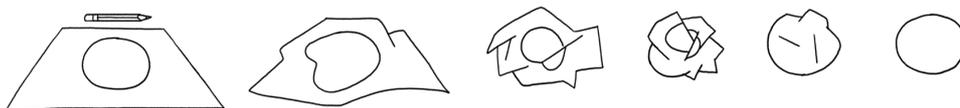


Fig 3. *Process Wide Redux*, (S.F) DeLorenzo, Christopher. Ilustración del pie de su página web para ilustrar el proceso de creación de una ilustración.

### 3. JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA

La idea surge a partir de una deficiencia de información en el estudiantado universitario. Muchos de ellos tras los cuatro, cinco o seis años de estudios siguen sin comprender aspectos básicos de la universidad, se conforman con sobrellevar la experiencia y terminan sin haber entendido cómo funcionan los estudios superiores. A partir de las experiencias reales del estudiantado que ha sufrido la inexperiencia académica y cotidiana se trata de enfocar, informar y orientar cómo será la vida universitaria.<sup>1</sup>

El público objetivo de esta guía de supervivencia son jóvenes de entre 18-25 años que recientemente han decidido cursar estudios superiores y se han matriculado o están en proceso de matriculación. Estos jóvenes no han cursado estudios superiores antes y deben salir de sus domicilios familiares para estudiar. Por lo que deberán independizarse, concentrarse en sus estudios, relacionarse, buscar trabajo y por supuesto cuidarse. En esta guía encontrarán todo lo necesario para esta nueva etapa y podrán seguir preguntando a través de la web y las redes sociales para consultar dudas que no se hayan previsto en esta primera edición.

Actualmente en el mercado no existe un manual para estudiantes universitarios que recoja todas las secciones en un solo libro que además incluya experiencias reales y trucos. Todos los libros que encontramos en internet para universitarios son, o enfocados a una universidad en concreto como *Guía de supervivencia del estudiante universitario* de Jose R. Alonso; una guía pensada para el estudiante que accede a los estudios de Biología en la Universidad de Salamanca, o *Guía de Supervivencia para Universitarios* de Lucas Leys que se trata de una guía completa dirigida a la juventud cristiana. Si navegan en internet encontrarán blogs con experiencias reales, pero puede resultar tedioso y largo el proceso para encontrar algo en concreto. La guía es un conjunto de ambas cosas, que con un estilo cercano y en momentos irónico y coloquial, no pierde la formalidad en las secciones que lo requieren.

Centrándonos en la parte formal del libro se trata de una publicación dirigida a ser autoeditada (aunque tras la defensa del presente Proyecto Final de Grado va a ser ofrecida a la editorial *De Conatus*<sup>2</sup> ya que se definen a sí mismos como «una nueva editorial para un

---

<sup>1</sup> Llevar a cabo una vida universitaria significa estar 100% concentrado en la carrera académica, en cuanto a la dedicación en horarios de estudio y lectura, pero sin descuidar los otros aspectos de la vida, como la salud, la familia y, por supuesto, los amigos además de buscar el trabajo para el que te estás formando.

<sup>2</sup> <https://deconauts.com>

mundo nuevo» y, entienden la lectura como una actividad que nos hace más conscientes y activos) con una encuadernación cosida en tapa dura de formato vertical: 150 x 210 mm, tiene una extensión total de 173 páginas impresas a dos caras.

El diseño del proyecto editorial se ha dirigido a una línea minimalista centrada en aportar la carga visual al color que identifica los apartados de la guía. Los colores que se usan son cuatro tintas planas especiales (figura 4): Rojo (Pantone 1785 C), azul (Pantone 279 C), verde (Pantone 7765 C) y amarillo (Pantone 7405 C), además del negro. Estos se han distribuido en las distintas secciones por su simbología y psicología<sup>3</sup>.

Rojo (Pantone 1785 C): es el color más racional de los cuatro que se seleccionaron, por ello es la parte más teórica de la guía la sección «Universidad». El rojo simboliza poder, fuerza y atención.

Azul (Pantone 279 C): La siguiente sección es la de «Casa» en esta, era importante transmitir calma. El color de la serenidad y de la paz meditada es el azul, por lo que se le atribuyó a esta sección dicho color.

Verde (Pantone 7765 C) es un color secundario que resulta de la unión del azul y del amarillo y en parte por eso está en medio de las secciones de dichos colores, además, representa el equilibrio, la esperanza, lo emocional... en definitiva lo que debe tener las buenas «Relaciones».

Amarillo (Pantone 7405): Se le atribuyó a la sección «Trabajo» porque es el color del optimismo, de la gloria, del éxito y del dinero.

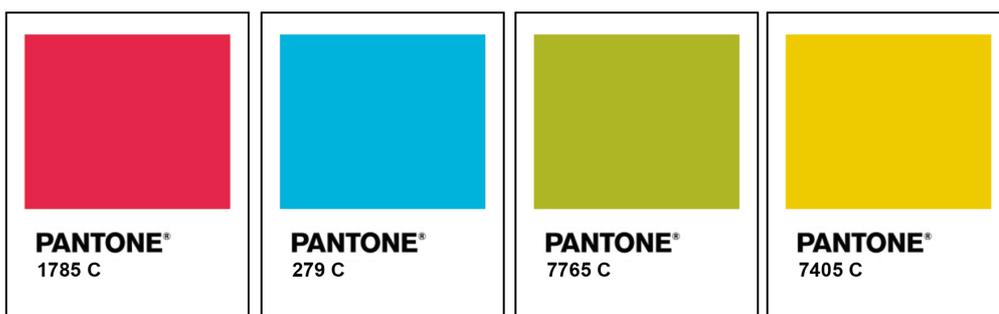


Fig 4. Muestras del proyecto *La carrera sin obstáculos*, 2022

<sup>3</sup> Características de la psicología de los colores extraída del libro *Psicología del color* de Eva Heller.

En cuanto a las imágenes se trata de autorretratos que están capturados específicamente para cada sección. Su edición fotográfica hace referencia a la diseñadora gráfica Muriel Cooper, quien usaba el fallo de registro<sup>4</sup> experimentando en sus diseños (figura 2). También se han realizado diversas ilustraciones a línea para representar pequeñas secciones como ejercicios físicos, frutas e iconos. Para ello se ha usado el negro como base y el color secundario de la sección para darle movimiento.



---

<sup>4</sup> Cuando se imprime una imagen o un elemento gráfico con más de un color, es necesario imprimir cada color por separado en fases sucesivas y ponerlo en registro, es decir, asegurarse de que cada color se imprimirá en la posición exacta en la que estaba previsto. Si se produce una diferencia de medio milímetro, la falta de alineación (fuera de registro) será inmediatamente visible a simple vista.

## 4. PROCESO DE PRODUCCIÓN

### 1. Información:

El proceso de producción comenzó en con una investigación preliminar de las dudas y necesidades del estudiante promedio en las universidades españolas, para ello se contactó con CREUP (Coordinadora de Representantes de Estudiantes de Universidades Públicas), la Delegación de estudiantes de la Universidad Miguel Hernández y otros consejos y delegaciones de distintas Universidades Públicas. Se seleccionaron las dudas más importantes como las solicitudes de becas y las matriculaciones. Se recopiló toda la información y se redactaron las distintas secciones de la sección Universidad. Para las otras secciones se contactó con estudiantes de distintas facultades y se hizo una encuesta en Instagram con dudas más habituales al independizarse, de ahí surgió la tabla de iconos de la lavadora, el librito de recetas y algunas personas del colectivo LGTBIQ+ contactó para ver si se había incluido algo para la normalización en las relaciones universitarias y también se hizo como para las personas con diversidad funcional.

Tras la recogida de información se decidió que la forma de escribir el texto iba a ser en femenino unificando toda la publicación porque es una reivindicación del lenguaje citando a Mercedes Bengoechea Bartolomé en Lenguaje no sexista, una ponencia ante periodistas:

*«El lenguaje sirve de apoyo al sistema, no podría haberse desarrollado el patriarcado a lo largo de todos estos siglos sin contar con la herramienta del lenguaje que está ahí sustentándola».*<sup>5</sup>

Por lo tanto haciendo uso de la posibilidad de usar el lenguaje he decidido apostar a un género que no se suele usar en guías de supervivencia.

---

<sup>5</sup> Lenguaje no sexista, Bengoechea M. 2008, Ponencia ante periodistas sobre el uso del lenguaje en la prensa, recuperado de: <https://tgenereicomunicacio.blogspot.com/2008/10/lenguaje-no-sexista.html>

## 2. Retículas:

Con todas las secciones redactadas había que diseñar la retícula base del proyecto editorial. Para ello nos basamos en el libro *Sistema de retículas* de Müller-Brockmann, J. El formato de página es 150x210mm.

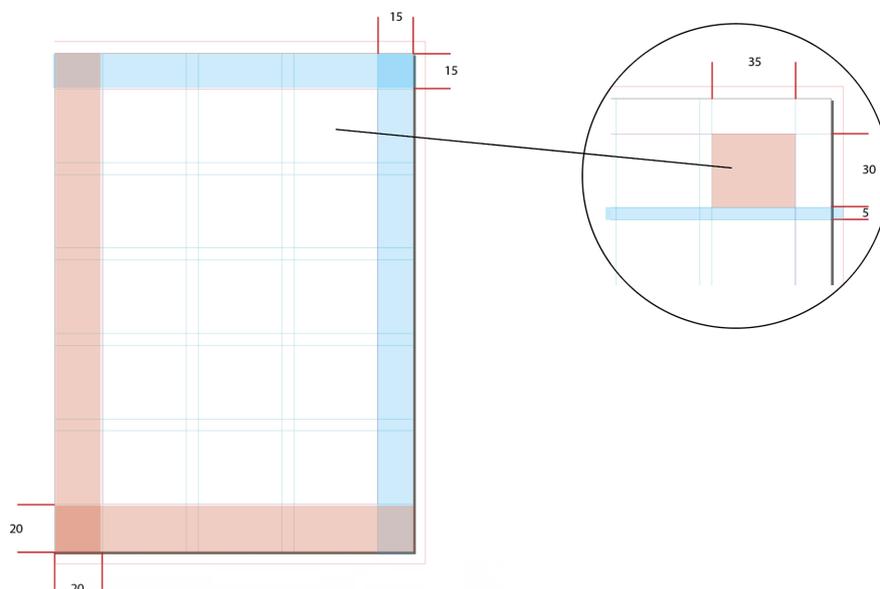


Fig 5. Retícula y detalle de esta de la maquetación de *La carrera sin obstáculos*, 2022.

La retícula (fig 5) tiene el mismo margen por el lado superior que el exterior (15 mm) e igual en el inferior e interior (20 mm) esto está diseñado así para que, una vez abierto el libro, en la parte del lomo haya espacio de respeto con el texto y en la parte inferior se reserva el espacio de cortesía para que al abrir el libro y colocar los dedos, no oculte ninguna información.

y a su vez incluir la paginación. Se ha construido una retícula de 3 columnas y 5 filas, el texto se extiende por las dos primeras mientras que se deja la columna derecha para texto pequeño e imágenes. El medianil es de 5 mm para dejar aire entre las columnas.

## 3. Diseño base:

Para el diseño de la publicación se crearon 5 páginas maestras manteniendo la misma retícula 4 de ellas con paginación anidada se diferencian en el color del lateral de la hoja. Esto divide la publicación visualmente en sus secciones. La quinta página maestra es blanca sin paginación para las hojas normativas como créditos, dedicatoria, índice etc.

La división de las secciones se trata de una hoja del color de la sección con título en el tiro y un pequeño índice en el retiro. Será de un gramaje mayor para

diferenciarla de las páginas de texto y se sacará un saliente para poder navegar fácilmente entre secciones, como un separador.

Los anexos laterales se metieron en una caja de texto con un trazado de 1 punto del color de la sección para diferenciarlo del texto general. Se hicieron algunas modificaciones de estilos para algunas secciones como la de recetas en las que se incluyó el título y una línea hasta la receta y así diferenciar bien una receta de otra.

#### 4. Textos:

En cuanto a la distribución de los textos, al principio se pensó que ocuparan una columna, pero se quedaban pocas palabras por línea y la lectura era difícil por lo que se recurrió a usar las dos primeras columnas para texto y reservar la tercera para anexos.

Cuando se decidió la ubicación de textos se comenzó con la selección de tipografías, en este caso se buscaba una tipografía que tuviese muchos pesos para poder jugar con ellos en caso de necesidad ya que se buscaba usar exclusivamente una tipografía. Se quedó como definitiva la tipografía Rubik que es una tipografía de acceso gratuito con 16 pesos. Cuando se hubo seleccionado la tipografía se creó la retícula base para que los textos quedasen alineados. En esta ocasión al decidir que los textos corridos tendrían un tamaño de 8 puntos se usó un incremento de 10 puntos para dejar un buen espacio de interlineado.

ABCDEFGHIJKLMNÑOPQRSTUVWXYZ  
abcdefghijklmnñopqrstuvwxyz  
1234567890  
?;\*%\$/`<<)

Rubik regular 11 pt

En cuanto a los estilos de párrafo se diseñaron 5 básicos para el texto general con los estilos de carácter se les cambió el color dependiendo de la sección. Y 2 estilos para los anexos laterales.

Los estilos base del documento (organizados de menor a mayor tamaño) son:

- Texto corrido: Rubik regular 8 pt (-20 kerning)
- Apartados: Rubik medium 9 pt
- Subsección: Rubik médium 10 pt (estilo de carácter color sección)
- Subtítulo: Rubik médium 11 pt (estilo de carácter color sección) + Filete de párrafo para línea de corte
- Título: Rubik médium 20 pt (estilo de carácter color sección)

Los estilos para los anexos de la columna lateral izquierda:

- Listas: Rubik regular 6 pt + viñeta con sangría 3 mm respecto al texto.
- Texto normal: Rubik regular 6 pt + viñeta sin sangría.

## 5. Portada, contraportada y lomo:

En una primera versión de la publicación la portada se centraba en una ilustración a línea que representaba una calavera «graduada» pero al buscar también diferenciarnos de las guías de supervivencia catastrofistas decidimos usar otros recursos. Como se observa (figura 6) la portada ha cambiado ligeramente, mantiene la limpieza de sus partes, se ha creado una indiana de iconos para el fondo con imágenes que representan la universidad, y se ha usado como recurso destacado una mancha amarilla a modo de subrayador amarillo, representativo de los estudiantes para el titular eliminando el rasgado que podía entenderse como frustración y eliminaba legibilidad al título.

En cuanto a la contraportada, se ha ajustado el texto a la tipografía que se ha seleccionado, se ha destacado el lema final y se han añadido tanto el código Qr que te lleva a la web del proyecto para que quien tenga dudas envíe ahí las preguntas y el Instagram para estar al día de las publicaciones.



Fig 6. Primeros bocetos y definitivo de la portada de *La carrera sin obstáculos*, 2022

Por último sobre esta parte añadir que se ha incluido el logo *Be Color* diseñado para publicaciones editoriales que juega igualmente con el fallo de registro del que se ha hablado antes y que sale de Begoña y Color usando el Be como verbo ser en inglés.

## 6. Imágenes

Las imágenes se tomaron en estudio de fotografía buscando una buena iluminación y componiendo los elementos que requiriese la página, es decir, si había mucho espacio inferior la imagen podía ocupar más columnas. Además se jugó con distintos tamaños en la página para que interactuase y diese dinamismo a la publicación.

Las imágenes se editaron en *Camera Raw* previo a abrirlas en *Photoshop* para corregir color y unificarlas tras los retoques propios, se convirtió la imagen a objeto inteligente para no perder información y se ocultó el fondo creando una máscara de capa y con esa misma selección se creó otra capa superior rellena del color sólido de la sección a la que pertenecía la imagen. Luego se cambió el modo de fusión de la capa a superponer y la capa de imagen se pasó a blanco y negro. Por último se desplazó la capa de color unos milímetros a la izquierda para crear el fallo de registro y se exportó para añadirla a la publicación (figura 7).

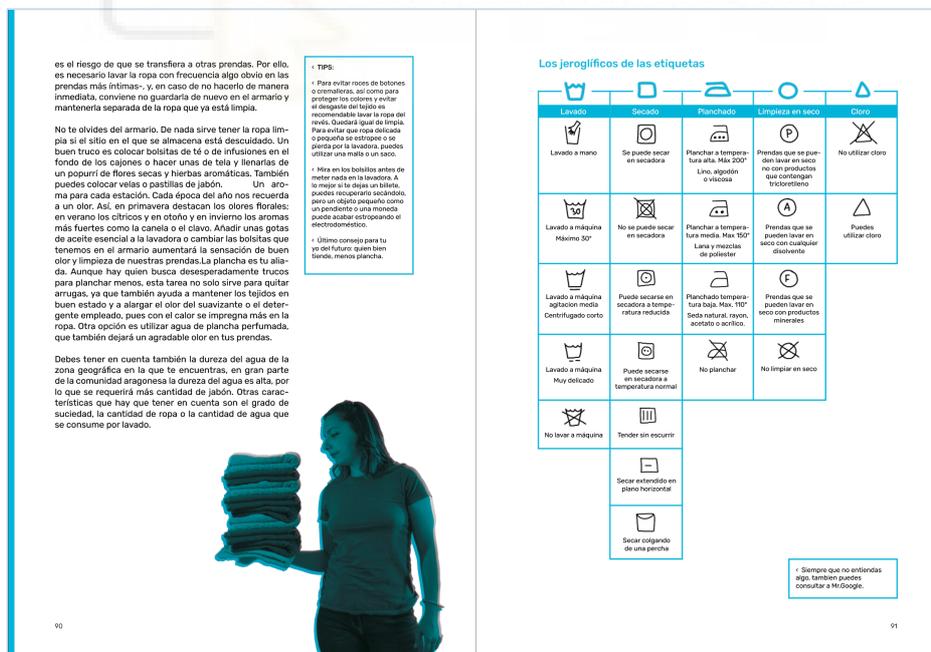


Fig 7. Ejemplo de página que contiene ilustraciones e imágenes de *La Carrera sin obstáculos*, 2022

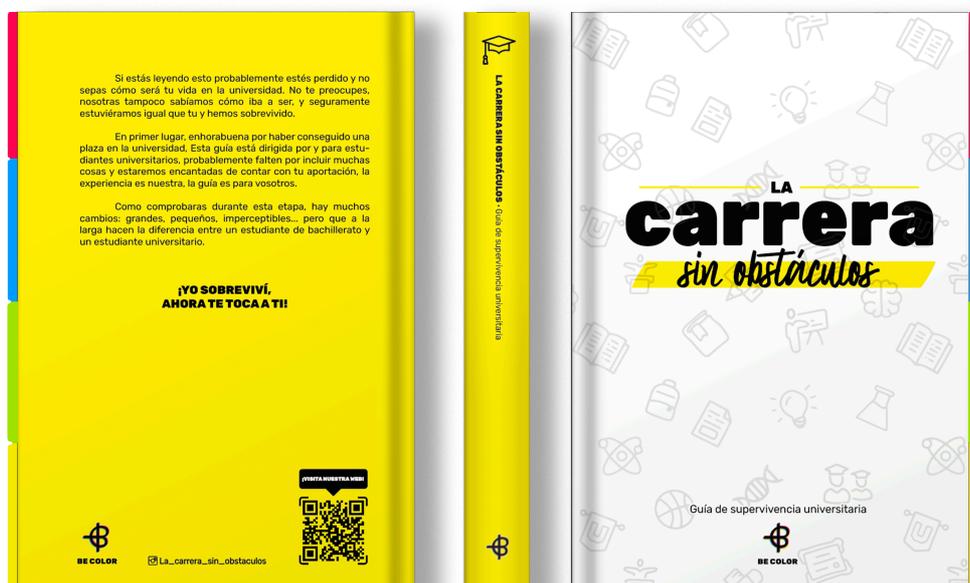
En cuanto a las ilustraciones, todas se diseñaron en *Procreate* con el *Ipad* los retoques que fueron necesarios se hicieron creando el archivo vectorial de la ilustración concreta y editándola en *Illustrator*. Tras eso se añadieron a la publicación en la sección correspondiente (figura 7).

## 7. Arte Final

Para finalizar la publicación se enviaron a imprenta los pliegos de las páginas interiores para su impresión, y posterior encuadernación cosida. Tras medir el lomo resultante se mandó las cubiertas y se colocaron.



## 5. RESULTADOS



Título: La carrera sin obstáculos. Guía de supervivencia universitaria

Autor: Begoña Lorente Sanz

Año: 2022

Editorial: Be Color

Tamaño: 150x210mm cerrado / 300x210mm abierto.

Color: Cinco tintas planas (4 + negro)

Encuadernación: Tapa dura, cosido.

## 6. Referencias bibliográficas

- ADAMS, S. (2017). *Colorpedia. Diccionario de color para diseñadores*. Editorial Promopress.
- ALONSO, Jose R. (2011, 29 mayo). *Guía de supervivencia del estudiante universitario - Neurociencia con José Ramón Alonso*. Recuperado de: <https://jralonso.es/2011/05/29/guia-de-supervivencia-del-estudiante-universitario-2/>
- *Becas y ayudas a alumnos de niveles postobligatorios*. (s. f.). Ministerio de Educación y Formación Profesional. Recuperado de: <https://www.educacionyfp.gob.es/servicios-al-ciudadano/catalogo/estudiantes/becas-ayudas/para-estudiar/universidad/grado/becas-generales-universitarias.html>
- BROOKS, M., & LETONA, S. R. (2015). *Zombi: Guía de supervivencia: Protección completa contra los muertos vivientes*. DEBOLS!LLO.
- BROWN, K., & MATEOS, M. D. (2021). *Manual De Supervivencia. Chernóbil. Una Guía Para El Futuro* (1.ª ed.). Empresa Distribuidora FedS S.A. de C.V.
- CREUP. (2022, 16 abril). *CREUP*. CREUP - Coordinadora de Representantes de Estudiantes de Universidades Públicas. <https://www.creup.es/>
- CRUE – *Conferencia de Rectores de las Universidades Españolas*. (s. f.). Crue. <https://www.crue.org/>
- DELORENZO, C. (s. f.). *Chrisdelorenzo*. <http://www.chrisdelorenzo.com/>. Recuperado de: <http://www.chrisdelorenzo.com/>
- DIEZ MÁS (2019, 26 noviembre). *¿Qué significan las etiquetas de lavado en la ropa?* Lavadoras industriales Díaz Más. Recuperado de: <https://www.lavadorasindustrialesdiazmas.com/que-significan-las-etiquetas-de-lavado-en-la-ropa/>
- DISEÑADORAS GRÁFICAS. (2018, 10 julio). *Muriel Cooper*. Recuperado de: <https://www.disenadorasgraficas.com/archivo/muriel-cooper/>
- GILDOR, L. (2019, 22 julio). *Your Turn, My Turn | Cooper Hewitt, Smithsonian Design Museum*. Cooper Hewitt Smithsonian Design Museum. <https://www.cooperhewitt.org/2017/08/30/26363/>
- HELLER, E. (2004). *Psicología del color* (7 ed.). Editorial Gustavo Gili.
- INFANTES, R. (2019). *Ovni, guía de supervivencia*. Berenice.
- JORQUERA-AGUAYO, P., Acuña-Gamé, G., & Ramos-Jiménez, M. (2010). Estrategia de motivación para estudiantes de primer año de Medicina, Universidad San Sebastián, Concepción, Chile. *Educación Médica*, 13(2).
- MJ, Z. (2019). *Vampiros: guía de supervivencia (B4P)*. B4P.
- MÜLLER-BROCKMANN, J. (2012). *Sistemas de retículas. Un manual para diseñadores gráficos*. Editorial Gustavo Gili.
- PIXARTPRINT (s. f.). *4 errores de impresión convertidos en tendencias creativas | Pixartprinting*. El Blog de Pixartprinting. Recuperado de: <https://www.pixartprinting.es/blog/errores-impresion-tendencias-creativas/>