



UNIVERSITAT
POLITÈCNICA
DE VALÈNCIA



FACULTAT DE BELLES
ARTS DE SANT CARLES

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

Facultad de Bellas Artes

MENTE RUIDOSA. CREACIÓN DE TRES POEMARIOS
COMO TRABAJO DE AUTORREFLEXIÓN EMOCIONAL

Trabajo Fin de Grado

Grado en Diseño y Tecnologías Creativas

AUTOR/A: Cabral Capote, Isabella Alejandra

Tutor/a: Mir Sánchez, Elena

Cotutor/a: Fernández Navarro, Ainhoa

CURSO ACADÉMICO: 2024/2025

RESUMEN

Este trabajo de fin de grado consiste en la creación de tres poemarios autorreflexivos, cuyos textos surgen de la necesidad de expresar pensamientos y alcanzar alivio mental. El proyecto se fundamenta en una investigación previa sobre la relación entre palabra e imagen y cómo esta puede servir como medio de expresión emocional.

La narrativa visual de los tres poemarios hace uso de la tipografía, fotografía y la ilustración para reforzar el mensaje y emociones de los textos. Finalmente, todos los elementos serán maquetados, integrando diseño gráfico y editorial para comunicar de forma efectiva y atractiva las ideas en los tres libros.

PALABRAS CLAVES

Poemario; Tipografía; Diseño editorial; Fotografía; Emociones

ABSTRACT

This undergraduate thesis involves the creation of three self-reflective poetry collections, with original texts that arise from a need to express thoughts and achieve mental relief. The project is grounded in prior research on the relationship between word and image and how this can serve as a means of emotional expression.

The visual narrative of the three poetry books utilizes typography, photography, and illustration to reinforce the message and emotions conveyed by the texts. Finally, all elements will be laid out, integrating graphic and editorial design to effectively and attractively communicate the ideas across the three books.

KEYWORDS

Poetry; typography; Editorial design; Photography; Emotions.

CONTRATO DE ORIGINALIDAD

El presente trabajo ha sido realizado de forma íntegra por la alumna Isabella Alejandra Cabral Capote con el propósito de obtener el título en el grado de Diseño y Tecnologías Creativas de la Universitat Politècnica de València en la promoción 2020-2024. El proyecto está compuesto enteramente por material original y las referencias bibliográficas se han citado de forma correcta al final del documento.

Firmado:

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Isabella Cabral', written over a horizontal line.

Fecha: 20 de noviembre de 2024

AGRADECIMIENTOS

A mis padres y a mi hermano, por darme la posibilidad de seguir mi educación y ser mis más grande pilares en todos los sentidos.

A mis tutoras, Elena y Ainhoa, por formar parte de este proyecto, por su apoyo, comprensión y consejos, siempre motivándome a lograr un trabajo excelente.

A mis amigos, en especial a Val, que han estado durante todo este proceso motivándome y aguantándome en cada crisis de diseño.

A Alisse, porque sin ella no habría perseguido mis sueños.

A Mark, por facilitar mi vida y darme el tiempo que necesitaba para terminar mi proyecto.

Muchas gracias a todos.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	7
1.1. LIMITACIONES.....	7
2. OBJETIVOS	8
3. METODOLOGÍA	8
4. MARCO CONCEPTUAL	9
4.1. EXTERIORIZACIÓN Y COMUNICACIÓN DE LAS IDEAS.....	9
4.2. RELACIÓN ENTRE PALABRA E IMAGEN	10
4.3. VINCULACIÓN DE LA FOTOGRAFÍA Y LA POESÍA	10
4.4. ANÁLISIS DE DISEÑO DEL FOTOLIBRO.....	13
4.5. REFERENTES ARTÍSTICOS	16
4.5.1. <i>Chris Ashworth</i>	16
4.5.2. <i>Saul Leiter (1923-2013)</i>	17
4.5.3. <i>Piper Ferrari</i>	17
4.5.4. <i>Yana Plackonic</i>	17
4.5.5. <i>Arnaldo Antunes & Marcia Xavier</i>	18
5. PROCESO DE CREACIÓN DE LA OBRA	18
5.1. CONCEPTUALIZACIÓN.....	18
5.2. PLANIFICACIÓN Y CRONOGRAMA.....	19
5.3. MATERIALIZACIÓN DE LA OBRA.....	20
5.3.1. <i>Decisiones de diseño</i>	21
5.3.2. <i>Fotografía y recursos gráficos</i>	25
5.3.3. <i>Maquetación</i>	28
5.4. RESULTADO.....	35
6. PRESUPUESTO	38
7. CONCLUSIONES	38
8. BIBLIOGRAFÍA	40
9. ÍNDICE DE IMÁGENES	43
10. ANEXOS	45
10.1. ANEXO I. RELACIÓN DEL TRABAJO CON LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE DE LA AGENDA 2030.....	45

10.2.	ANEXO II. DESGLOSE DEL PRESUPUESTO	47
10.3.	ANEXO III. PLIEGOS INTERNOS FINALES DE LOS POEMARIOS.....	48

1. INTRODUCCIÓN

En el presente trabajo, se conceptualiza y elabora una colección de tres poemarios autorreflexivos titulada *Mente ruidosa*. Este proyecto de diseño editorial, de carácter personal, explora la relación entre palabra e imagen. La motivación detrás del proyecto surge del deseo de dar un espacio físico a una serie de escritos recopilados desde 2017. A través de un formato tangible, se busca compartir este contenido con personas interesadas en la autoayuda y en la escritura como técnicas de liberación emocional y terapia mental. El objetivo es generar un proyecto visualmente atractivo que comunique fácilmente su contenido mediante recursos gráficos y manipulación tipográfica, además de invitar al lector a razonar subjetivamente cada página e interactuar con ellas, gracias al uso de distintos papeles en su impresión.

Para la ejecución del proyecto, se delimitó su alcance con el fin de tener un camino más claro. Se definieron los objetivos generales y específicos, así como la metodología a utilizar. Posteriormente, se construyó un marco conceptual explorando únicamente los fundamentos necesarios para establecer las bases del proyecto. Se analizaron varias obras ya existentes, en relación con el desahogo emocional y el desarrollo de la inteligencia emocional, y cómo se pueden comunicar estos sentimientos a través de la palabra y la imagen. Asimismo, se investigó cómo estos dos elementos pueden trabajar juntos para lograr una comunicación más efectiva, haciendo referencia a su aplicación inicial por parte de artistas como fotógrafos y escritores. Todo esto con el fin fundamental de que cada libro comunique adecuadamente su tema principal siendo, *Cartas para nadie*, poemas enfocados en la melancolía, *Una mente que grita*, enfocado en la ansiedad, e *Historias que nunca sucedieron*, conformado por pequeñas historias cortas.

En la fase práctica del proyecto, se desarrolló un estilo propio mediante la experimentación con la edición fotográfica, ilustración y maquetación de los textos. Se logró vincular imagen y palabra de manera coherente para que el lector pudiera comprender lo que el autor deseaba representar. El resultado es una colección impresa y encuadernada, compuesta por una carpeta que contiene los tres libros.

1.1. LIMITACIONES

Este trabajo se centra en la investigación de conceptos relacionados a la escritura como medio de expresión de emociones, además de la capacidad comunicativa de la palabra apoyada por recursos gráficos. Asimismo, se analizarán brevemente antecedentes que explican la relación entre estos dos

elementos, texto e imagen, en el ámbito emocional. Limitando así el trabajo en lograr el entendimiento justo y necesario para realizar la conceptualización y desarrollo de cada poemario.

2. OBJETIVOS

El objetivo general de este trabajo es desarrollar un conjunto de tres poemarios que utilicen la tipografía y fotografía, como recurso gráfico y visual para comunicar las ideas, usando el diseño editorial para la maquetación de una edición impresa.

- Examinar antecedentes históricos de proyectos similares que se basen en estímulos emocionales.
- Identificar el origen, vinculo, justificación y finalidad de obras que utilizan la palabra e imagen desde una perspectiva emocional.
- Analizar el diseño editorial de las obras de los antecedentes seleccionados, en cuanto a maquetación y distribución de la tipografía y recursos gráficos, detallando sus características expresivas.
- Generar recursos gráficos que complementen y refuercen la comunicación de los textos escritos.
- Definir un formato de diseño editorial de los poemarios, que logre la vinculación entre palabra e imagen.
- Lograr una producción física de la colección, considerando un presupuesto económico y materiales ecológicos, para lograr una impresión rentable y respetuosa con el medioambiente.
- Reflexionar de manera personal sobre los pensamientos emocionales comunes que generan carga mental o emocional, empleando la escritura como método terapéutico para aliviar esta carga.

3. METODOLOGÍA

Para este proyecto se empleó una combinación de investigación documental y análisis de casos, ambos con un enfoque cualitativo. La investigación documental abarcó fuentes secundarias, como libros, artículos y trabajos de investigación, tanto físicos como digitales, centrados en la comunicación de ideas, la relación entre palabra e imagen y la psicología del color.

Además, se realizó un análisis de casos de libros de poesía enfocados en la interacción entre imagen y texto, revisando aspectos como tipografía, distribución de contenido y elementos gráficos. Estos estudios fueron fundamentales para establecer las bases en la creación de *Mente ruidosa*.

4. MARCO CONCEPTUAL

4.1. EXTERIORIZACIÓN Y COMUNICACIÓN DE LAS IDEAS

Exteriorizar significa revelar algo hacia el exterior. Los seres humanos tienen la necesidad de expresar sus emociones, ya que, al reprimirlas, se genera una carga mental que puede causar problemas físicos como insomnio, dificultad de concentración, inestabilidad emocional y afecciones estomacales o hepáticas. Varios estudios apoyan el poder terapéutico de la escritura como herramienta para liberar emociones. Daniela Quintero presenta evidencias de investigaciones que muestran que escribir ayuda a conocerse mejor, gestionar emociones y controlar trastornos como la ansiedad y la depresión (Aldana, 2023).

Otra técnica terapéutica similar es la expresión artística, definida por Julián Pérez como "la materialización de una creación intelectual" (Pérez, 2022) que incluye pintura, escultura y fotografía. Además de fomentar el desarrollo emocional, facilita la comprensión y control de las propias emociones, así como el entendimiento de las ajenas. A diferencia de la escritura, las imágenes transmiten pensamientos y sentimientos que, en ocasiones, las palabras no logran expresar plenamente, impactando al observador de manera directa al hacer visible lo que se siente (Callejo, 2023).

Estudios del psicólogo Albert Mehrabian sobre el impacto o importancia de los mensajes sugieren que solo el 7% del mensaje es verbal, mientras que el 38% depende de la entonación y con mayor peso de comunicación de 55% es el lenguaje corporal, como gestos y expresiones, especialmente en la comunicación de emociones y actitudes (Valls, 2016). Con ello se puede entender que al comunicar no solo dependemos de las palabras, lo visual juega un papel muy importante, a la hora de manifestar nuestros pensamientos o sentimientos con la mayor precisión posible. Algo que reside en nuestra mente, no es sencillo de expresar, ya que, se intenta de alguna manera mostrar la perspectiva subjetiva del mundo. Es importante para nuestro proyecto entender que debemos de aprovechar todo instrumento que, en conjunto, compongan el mensaje con mayor claridad sobre lo que se desea plasmar.

4.2. RELACIÓN ENTRE PALABRA E IMAGEN

Se conoce de la relación entre palabra e imagen a la hora de comunicar, pero existen diferentes maneras de vincularlas. En este trabajo se entenderán los conceptos necesarios, para poder transmitir el mensaje de la forma deseada, donde se busca una estrecha relación y dependencia entre estos dos elementos.

Texto e imagen se pueden complementar entre sí, aportando y fortaleciendo el significado y sentido del mensaje, denominándose *Relación Significativa* y existen diferentes maneras de esta interacción:

- Se denomina relación de *Anclaje o Apoyo*, cuando el texto funciona como un apoyo a la imagen, precisando y fijando su significado, al igual que limita las probabilidades de diferentes connotaciones.
- La relación de *Parasitismo* funciona cuando expresan significados distintos, uno de ellos se impone sobre el otro, anulando su significado.
- La relación de *Simbiosis* es cuando hay una aportación recíproca, enriqueciéndose mutuamente y generando nuevos significados connotativos y denotativos. Una no funciona sin la otra, eliminar el texto o imagen, hace que la narración pierda gran sentido. Existiendo así, una gran dependencia y relación entre texto e imagen, ya que, una expresa lo que la otra no puede (Rosero, 2019).

Como se puede observar, se ha explorado los distintos tipos de relaciones entre los dos elementos. El objetivo del proyecto es generar una narrativa visual cautivadora que permita al lector sumergirse desde la perspectiva del autor. Por lo tanto, nos enfocaremos en la relación de *Simbiosis*, para lograr una comunicación efectiva, donde tanto la palabra como la imagen posean igual peso comunicativo, aunque sea la palabra el punto inicial del proyecto.



Fig. 1 Fotografía de Walker Evans: *Workers Loading Neon "Damaged" Sign into Truck, West Eleventh Street, New York City, 1930.*

Nota. Fotografía de Walker Evans. Adaptado de Walker Evans: *Lo extraordinario en lo ordinario, 2012*, Oscar en fotos. (<https://oscarenfotos.com/2012/06/10/walker-evans-lo-extraordinario-en-lo-ordinario/>).

4.3. VINCULACIÓN DE LA FOTOGRAFÍA Y LA POESÍA

El relacionar palabra e imagen tiene inicios en los años 30 en el campo editorial, donde se utiliza como herramienta para disminuir la *ambigüedad polisémica*¹ de la imagen, empleada principalmente en el fotoperiodismo o documentales de la época. Esta vinculación de elementos también es empleada por el interés de generar pensamientos y emociones; lo cual se logra y genera mayor impacto al trabajar en conjunto palabra e imagen. Siendo pioneros en este enfoque, los fotógrafos Walker Evans y Duane Michals.

¹ "La ambigüedad polisémica es la duplicidad o multiplicidad de significados lingüísticos asignables a una secuencia fonemática, ofreciendo problemas de interpretación al receptor" (Al-aziz Al-sharif, 2008, pág. 310)



Fig. 2 Duane Michals: 'Dr. Heisenberg's Magic Mirror of Uncertainty', 1998.



Fig. 3 Duane Michals: 'Dr. Heisenberg's Magic Mirror of Uncertainty', 1998.

Nota. Fotografías de Duane Michals. Adaptado de *Una imagen (no) vale más que mil palabras*, 2011, La Vanguardia (<https://www.lavanguardia.com/cultura/20170825/43789746592/duane-michals-exposicion-fundacion-mapfre-barcelona-brl.html>).

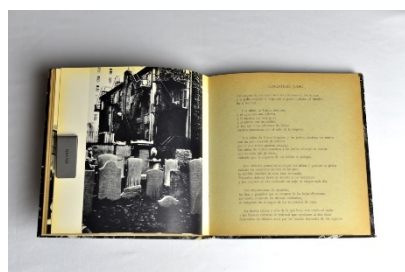


Fig. 4 García, Maspons & Ubina: *Poetas en Nueva York*, 1996.

Nota. Adaptado de Oriol Maspons and Julio Ubina (photographs); Federico García Lorca (poems) – *Poeta en Nueva York*, 2020, New York photobooks. (<https://wp.me/p2rvzA-Cf>).

Walker Evans (1903-1975) fue un fotógrafo documental estadounidense centrado en el realismo social. Su formación literaria le permitió incorporar estrategias narrativas y texto en sus fotos, dotándolas de un toque poético y convirtiéndolo en precursor de esta combinación. Sus fotografías incluyen elementos gráficos como carteles y anuncios. En otras obras, como *Workers Loading Neon "Damaged" Sign into Truck, West Eleventh Street, New York City* (Fig. 1), la unión de imagen y contexto histórico, en este caso, la crisis económica de 1929, crea un mensaje potente sobre la situación del país. Evans también colaboró con James Agee en un libro que combinaba ensayos con imágenes, subrayando la importancia de la palabra (Nates, 2012).

Duane Michals (1932 - presente) es un fotógrafo conceptual estadounidense que busca fusionar fotografía y poesía. Rompiendo con la fotografía documental de los años 60, Michals emplea la fotografía como un medio para expresar pensamientos y representar lo invisible. En 1966, comenzó a usar secuencias de imágenes para fortalecer la narrativa visual y posteriormente incorporó textos escritos a mano debajo de sus fotos (Fig. 2 y Fig. 3). Estos textos especifican detalles invisibles y generan un juego entre imagen y palabra, creando significados a menudo ambiguos (Vanguardia, 2017).

En los años 60, la Editorial Lumen de Barcelona exploró en España la relación entre palabra e imagen, dando igual importancia a escritores, fotógrafos, diseñadores y editores en la creación de libros. Su colección *Palabra e imagen* debutó con *Libro de juegos para los niños de los otros* de Ana María Matute y fotografías de J. Buesa, que en 1962 fue seleccionada entre los 10 mejores libros del año por el National Book Institute, destacando por su diseño innovador y la integración de texto e imagen (Fernández, 2014, p.49).

El octavo libro de esta colección, *Poeta en Nueva York* (1966) de Federico García Lorca, incluye poemas sobre su experiencia en Nueva York. Los fotógrafos Oriol Maspons y Julio Ubina llevaron los poemas como guía a dicha ciudad para captar imágenes tanto de los lugares mencionados como de interpretaciones subjetivas de los textos de Lorca (Fig. 4). En esta obra, la imagen enriquece el mensaje, complementando la voz del autor con la perspectiva visual de los fotógrafos (Vieira, 2020).

Pablo Neruda también forma parte de esta colección con el noveno libro, *Una casa en la arena* (1966), en el que las fotografías complementan y reflejan el sentido de las palabras. El fotógrafo Sergio Larraín realizó las imágenes siguiendo las indicaciones de Neruda (Fig. 5), quien eligió su casa como escenario para el libro. Con ideas claras sobre el tipo de fotografías deseadas, Neruda encargó a Larraín la tarea de transmitir su visión a través de las imágenes.



Fig. 5 Pablo Neruda & Sergio Larrain: *Una casa en la arena*, 1966.

Nota. Adaptado de *Una casa en la arena – Sergio Larrain e Pablo Neruda*, MICAMERA. (<https://www.micamera.com/prodotto/un-a-casa-en-la-arena-sergio-larrain-e-pablo-neruda/>).

De esta relación surge el término *Photopoem* utilizado desde los años 80 para describir obras donde poesía y fotografía son igualmente importantes y están estrechamente vinculadas. Este concepto destaca cómo ambos elementos expresan interpretaciones y abstracciones de la realidad, comunicando percepciones, experiencias o sentimientos. Poetas y fotógrafos ven la poesía como una creación de imágenes a través de palabras, comparándola con una “fotografía abstracta”, una visión fugaz en la mente. Asimismo, consideran que la fotografía puede tener una cualidad lírica o capturar un instante de algún poema (Nicholls, Tallis y Ling, s.f.).

Michael Nott, becario postdoctoral en la Universidad de College Cork, Irlanda, publicó *Fotopoesía 1845-2015: una historia crítica*, una obra que examina la relación entre poesía y fotografía, explorando cómo estos elementos se enriquecen mutuamente y brindando contexto histórico sobre sus inicios.

Nott menciona que el primer uso documentado del concepto *Photopoem* aparece en *Photopoems: A Group of Interpretations through Photographs* (1936) de Constance Phillips. Sin embargo, Nicole Boulestreau también utiliza el término *foto-poème* en su análisis de *Facile* (1935), de Paul Éluard y Man Ray. Boulestreau describe esta interacción de texto e imagen como un proceso donde "el significado progresa gracias a la reciprocidad de escritura y figuras." (Boulestreau, 1982). En esta práctica, el lector alterna entre leer el texto y observar la imagen, conectándolos para generar significados.

Entre los mencionados se encuentra *Photopoetry: A Manifesto* de Robert Crawford y Norman McBeath, que incluye 12 puntos sobre su trabajo en conjunto de poemas y fotografías, ofreciendo también pautas para futuros creadores en este campo y que tomaremos en cuenta en nuestra praxis. Destacan la necesidad de que ambas piezas se complementen, pero sean capaces de sostenerse individualmente. También aconsejan evitar representaciones literales entre ambos, pues eso reduce su atractivo. Subrayan la importancia de sugerir en lugar de explicar, para dar espacio a la imaginación del lector. Finalmente, recomiendan usar poemas breves junto a una sola fotografía para lograr una mayor conexión (Nott, 2018).

Nott relata lo siguiente sobre la relación entre poema e imagen:

Entonces, ¿cuáles son las ventajas de considerar la fotopoesía como una forma distintiva de fotoliteratura? ¿Qué aporta la poesía a la fotografía que la prosa, por ejemplo, no aporta? Yo argumentaría que, en la mayoría de los casos, los poemas y las fotografías funcionan como realidades autocontenidas. Son, en

principio, separados, completos. Como escribe John Fuller, un poema se "construye gradualmente en palabras e imágenes que deben superar como una realidad alternativa. Pero el fotógrafo está explotando la realidad misma, casi directamente". Ambos se preocupan por las imágenes: la inmediatez visual de la imagen fotográfica contra las imágenes verbales que se desenredan, modifican y acumulan a partir del poema. En conjunto, tales imágenes visuales y verbales se mezclan, chocan, se contradicen, se fortalecen, evocan y se resisten entre sí, creando imágenes fotopoéticas que parecen, en los términos de Crawford y McBeath, fomentar la "oblicuidad" y "serendipia" del texto e imagen (Nott, 2018, p.4).

La técnica del *Photopoem* combina palabra e imagen manteniendo su integridad, ya que ambos son realidades completas que aportan algo único al conjunto. Mientras los poemas ofrecen imágenes verbales, las fotografías brindan inmediatez visual. Lo interesante es que la fotopoesía no busca una representación literal; en lugar de explicar una con la otra, ambos elementos deben "revelar" significados, invitando al lector a interpretar y construir sus propias ideas. Esto genera una experiencia más activa, donde el espectador participa en descubrir los significados ocultos entre texto e imagen.

Existen otros términos basados en los mismos fundamentos, como los *Caligramas*, una forma de poesía visual donde la tipografía se dispone para formar figuras alusivas al contenido de los escritos. Esta técnica no solo facilita la comunicación del contenido, sino que también genera un significado visual que complementa o incluso trasciende el texto. Además, los caligramas invitan al lector a reflexionar a través de un proceso de comprensión único. Primero, se identifica la imagen; luego, se lee el texto; finalmente, se analizan los distintos ángulos y el proceso creativo detrás de la pieza. Este enfoque incluye intencionalmente equívocos o vacíos interpretativos que enriquecen el mensaje y amplían las posibilidades de interpretación.

4.4. ANÁLISIS DE DISEÑO DEL FOTOLIBRO

Los estilos de diseño en la maquetación de poemarios varían según el mensaje o sentimiento que se desee transmitir. Algunos priorizan la sencillez, con espacios en blanco y separación clara entre texto e imagen, mientras que otros buscan interacción directa mediante superposiciones, tipografías variadas y colores.

Las fotografías pueden tener significados literales hasta enfoques abstractos mediante la manipulación de imágenes, como cortes, distorsiones y collages.

Esto desafía la percepción visual del lector, invitándolo a reflexionar sobre la relación entre la imagen y lo escrito. Además, la tipografía, como recurso gráfico, refuerza la estética y emoción del poemario al explorar formas, colores y tamaños, enriqueciendo la interpretación poética.

A continuación, se analizarán las maquetaciones de algunos de los primeros autores de estos *Fotopoemas* que se enfocan en la vinculación entre poesía y fotografía en sus obras.

La septième face du dé, 1936.

La séptima cara del dado del artista surrealista francés George Hugnet, combina veinte poemas con fotomontajes. Utiliza imágenes de connotación sexual y cuerpos femeninos fragmentados (Kayser, 2016).

Nos interesa destacar cómo esta obra utiliza manipulaciones de imágenes y collages para jugar con los significados del contenido, generando ambigüedades y cuestionando convenciones. Además, la tipografía se superpone sobre las imágenes o las rodea, intensificando el efecto disruptivo. Hugnet experimenta con diferentes estilos, tamaños y colores de tipografía para evocar emociones. En los textos más largos los organiza en bloques con un estilo constante, manteniendo la fluidez y acompañándolos con colores e ilustraciones que equilibran visualmente la página (Fig. 6). En cambio, en los textos cortos, se arriesga más pero siempre cuidando la legibilidad (Fig. 7). Estos detalles y su manera de trabajar el texto según su extensión, así como la forma en que superpone los elementos, son aspectos clave a tener en cuenta en la praxis de nuestra propia obra.

O mergulhador, 1968.

El buzo es un libro que reúne una selección de poemas de Vinicius de Moraes y fotografías de Pedro de Moraes. La obra, centrada en el amor y el tormento (Castillo, 2023).

Destacamos la forma en que fusiona texto e imagen, donde ambos mantienen su independencia visual, pero se complementan en el mensaje del autor. El diseño del libro tiene una maquetación coherente: las imágenes, impresas a sangrado, están en la página izquierda, mientras que el texto se encuentra en páginas blancas. Se utiliza una tipografía con serifas que aporta unidad y un toque clásico y poético, reforzando el diseño romántico. Además, el libro presenta títulos en doble página que separan poemas o grupos temáticos (Fig. 8).



Fig. 6 George Hugnet: *La septième face du dé*, 1936.



Fig. 7 George Hugnet: *La septième face du dé*, 1936.

Nota. Adaptado de Georges Hugnet *The seventh face of the die*, NGV.

(<https://www.ngv.vic.gov.au/essay/georges-hugnet-the-seventh-face-of-the-die/>).

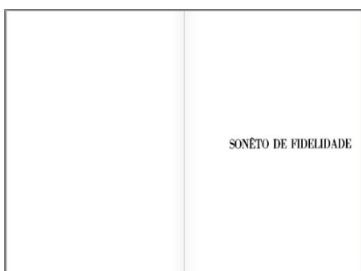


Fig. 8 Vinicius de Moraes & Pedro de Moraes: *O mergulhador*, 1968.



Fig. 9 Vinicius de Moraes & Pedro de Moraes: *O mergulhador*, 1968.

Nota. Adaptado de *Biblioteca Brasileira Guita e José Mindin*, USP. (<https://digital.bbm.usp.br/handle/bbm/7030>).



Fig. 10 Philippe Tagli: *Paradis Sans Espoir*, 1998.

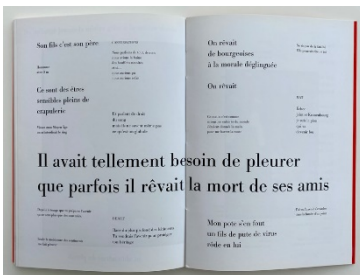


Fig. 12 Philippe Tagli: *Paradis Sans Espoir*, 1998.

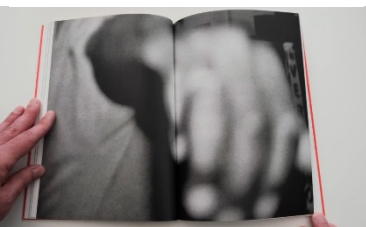


Fig. 11 Philippe Tagli: *Paradis Sans Espoir*, 1998.

Nota. Adaptado *Paradis Sans Espoir*, Vimeo. (<https://vimeo.com/405438626>).

En este formato, texto e imagen se presentan de manera separada, lo que genera simetría y contraste visual. Las imágenes intentan representar más literalmente los poemas, reflejando aspectos específicos o la idea general de cada texto, esto nos resulta importante para nuestro trabajo, ya que ilustra como las imágenes pueden ser usadas como extensión del texto, aportando un significado complementario. Sobresale la manera en que se trabaja la fotografía, a blanco y negro, fragmentadas y ampliadas; muestran cuerpos, paisajes y escenas íntimas. Con una tonalidad predominante en negro, los detalles se desvanecen, lo que refuerza la melancolía y el tormento del amor (Fig. 9). Esta edición de imágenes permite al lector completar la información ausente, invitándolo a interpretar una realidad fragmentada al leer los textos, detalle que igualmente se tomará en cuenta para el desarrollo visual de nuestra obra, principalmente para páginas de descanso.

Paradis Sans Espoir, 1998.

Paraíso sin esperanzas de Philippe Tagli. Este fotolibro combina poemas e imágenes que retratan la vida en los suburbios de París, reflexionando sobre la agitación social y la propaganda relacionada con ese estilo de vida. (Nicholls, Tallis y Ling, s.f.).

De este libro cabe resaltar nuestro interés en la maquetación del texto, que logra dinamismo principalmente con su disposición y el tamaño de las imágenes, los dos elementos comparten página sin superponerse. Esta organización juega con los tamaños de letra y la posición de los párrafos en la página, a veces extendiéndose en dobles páginas, siempre respetando la retícula base que asegura la coherencia visual y consistencia a lo largo el libro, pero evitando grandes bloques de texto, que suelen estar separados para facilitar la lectura (Fig. 11).

También es importante resaltar el uso de estilos tipográficos, en los textos se usa una tipografía de serifa, mientras que para títulos o textos destacados se emplea una tipografía de palo seco, lo cual crea un contraste y jerarquización. Las imágenes, en blanco y negro, son espontáneas y realistas. Aunque las fotografías no son manipuladas, se juega con su disposición y tamaño, y en ocasiones se recurre a secuencias de imágenes (Fig. 10 y 12).

Et Eu Tu, 2003.

Y Yo Tú es una obra colaborativa entre el poeta Arnaldo Antunes y la fotógrafa Marcia Xavier. El libro aborda los temas de los sentidos y el erotismo. En este proyecto resalta que los poemas surgieron a partir de las fotografías de



Fig. 13 Arnaldo Antunes & Marcia Xavier: *Et Eu Tu*, 2003.

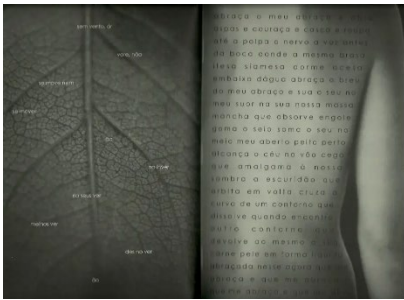


Fig. 14 Arnaldo Antunes & Marcia Xavier: *Et Eu Tu*, 2003.



Fig. 15 Arnaldo Antunes & Marcia Xavier: *Et Eu Tu*, 2003.

Nota. Adaptado *Et Eu Tu*, Base de dados de Livros de Fotografia. (<https://livrosdefotografia.org/publicacao/24608/et-eu-tu>).

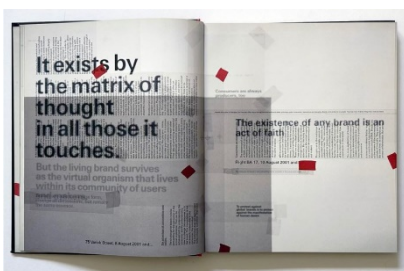


Fig. 16 Chris Ashworth: *SOON Laurence King*, 2002.

Nota. Adaptado *Laurence King Book Design*, Chris Ashworth. (<https://www.ashworth.work/soon-laurence-king>).

Xavier, centrándose en la relación entre ambas sin recurrir a poemas visuales, lo que resalta la interacción entre las imágenes y los textos (Nunes y Souza, 2006).

La mayoría de los textos en la obra están presentados en párrafos estrechos, con una palabra por línea y amplios interlineados (Fig. 13). Destaca la experimentación en la disposición del texto, que a veces se superpone a las imágenes, adaptándose a su forma (Fig. 14), o se presenta en orientaciones verticales o reflejadas horizontalmente. Esta interacción entre tipografía e imagen sin recurrir a caligramas crea un vínculo visual atractivo, clave para nuestra praxis. La tipografía varía en color y tamaño, adaptándose al espacio de la página, y se coloca sobre las fotografías, pero asegurando siempre legibilidad.

Las imágenes ocupan páginas completas o dobles, centradas en el cuerpo humano y objetos cotidianos. En la manipulación fotográfica, se destaca el uso de un color base (negro) y una paleta reducida (rojo y azul), generando alto contraste (Fig. 15) y unificación en el libro. Además del uso de distorsiones en el ángulo de visión, desafiando la interpretación visual.

4.5. REFERENTES ARTÍSTICOS

A continuación, se mencionarán referentes artísticos que han inspirado el desarrollo de la obra en los aspectos tipográfico, fotográfico, de manipulación de imágenes y en la relación entre poemas y fotografías.

4.5.1. Chris Ashworth

Reconocido como director de la revista *Ray Gun* en 1997, este diseñador británico, influido por el estilo suizo, define su propia estética como *Swiss Grid*: experimental, libre y contemporánea, aunque se basada en retículas para mantener la legibilidad. Considera la tipografía como base del diseño, usándola tanto para comunicar como para explorar otros significados (Kan, s.f.).

Ashworth nos interesa por su uso de la tipografía como recurso gráfico, manipulándola con creatividad y precisión. Es un referente para nuestro trabajo, por el carácter artesanal y expresivo de su trabajo, donde incluso los detalles considerados "imperfecciones", como manchas de tinta, son intencionalmente utilizados para enriquecer el diseño, aportando una personalidad única y expresiva.



Fig. 17 Saul Leiter: *Jean Pearson*, 1948.

Nota. Adaptado de *Jean Pearson*, um 1948, artnet. (<https://www.artnet.de/k%C3%BCnstler/saul-leiter/jean-pearson-a-UzJ29ZkWGEX1DkTmJLsjtw2>).



Fig. 18 Piper Ferrari: *Poster Collection II*, 2022.

Nota. Adaptado de *Poster Collection II*, Behance. (<https://www.behance.net/gallery/135498073/Poster-Collection-II>)

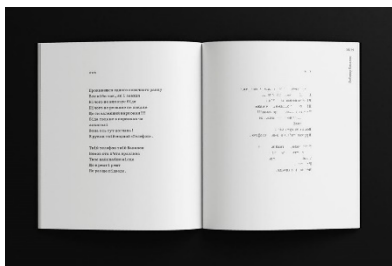


Fig. 19 Yana Plackonic: *Collection of poems "різні ТУТ (different HERE)"*, 2021.

Nota. Adaptado de *Collection of poems "різні ТУТ (different HERE)"*, Behance. (<https://www.behance.net/gallery/126735593/Collection-of-poems-rzn-tut-%28different-HERE%29>).

4.5.2. Saul Leiter (1923-2013)

Saul Leiter, fotógrafo estadounidense pionero de la fotografía en color, comenzó su carrera en blanco y negro, pero desde 1950 experimentó con filmes a color. Se autodenominaba "fisgón" y destacaba en la fotografía callejera, capturando escenas íntimas a través de reflejos, ventanas y vapores con teleobjetivos. Según Martin Harrison, Leiter utilizaba la cámara para reinterpretar la realidad, enmarcando momentos de calma en el caos de Manhattan.

De Leiter nos inspira su estilo callejero y espontáneo, así como su habilidad para jugar con la visibilidad en sus fotografías, sugiriendo fragmentos de momentos íntimos. Al enfocar solo una parte de la escena, Leiter invita al espectador a imaginar el contexto o descubrir el sentido oculto en cada imagen.

4.5.3. Piper Ferrari

Directora de arte y diseñadora gráfica contemporánea de Las Vegas, ha trabajado con Universal Music Group, Warner Music, Adobe, entre otros. Ella misma se define e inspira en el estilo punk de los 90s.

Nos interesa por su estilo que evoca a lo artesanal, estética que se quiere alcanzar en nuestra obra. Sus posters, aunque están realizados de manera digital nos recuerdan a los realizados a mano en los años 80 y 90. Su edición fotográfica es clave, en sus proyectos se observan imágenes de alto contraste, editadas con un estilo que recuerda al fotograbado y que incorpora una gran variedad de texturas, como el grano y tintas desgastadas, aportando al estilo manual. Además, le proporciona estas mismas ediciones a la tipografía utilizándola como un recurso visual clave, integrándola al estilo general de sus composiciones y creando una composición efectiva entre palabra e imagen.

4.5.4. Yana Plackonic

Una diseñadora de Lviv, Ucrania, creó como tesis una colección de poemas estudiantiles de la Academy of Arts, expresando su significado únicamente mediante tipografía, sin ilustraciones. De ella nos inspira para nuestro proyecto, como en cada página usó un recurso tipográfico diferente para representar el texto, evitando repeticiones, es decir logró que cada página sea única en cuanto a diseño, meta que igualmente se quiere conseguir en nuestra obra. De igual manera resaltamos, que, aunque fue desarrollado digitalmente, el proyecto logró una estética contemporánea con un toque artesanal gracias al uso de manchas de tinta en ciertas páginas, imitando

transferencia de tinta residual de una página a otra y tinta chorreando por la hoja. La propuesta dota al texto de emoción y dinamismo, creando una armonía entre contenido y diseño, además de lograr un resultado que se perciba personal.

4.5.5. Arnaldo Antunes & Marcia Xavier



Fig. 20 Arnaldo Antunes & Marcia Xavier: *Et Eu Tu*, 2003.

Nota. Adaptado de *ET EU TU - Arnaldo Antunes*, Scribd.

(<https://es.scribd.com/document/371789865/ET-EU-TU-Arnaldo-Antunes>).

De los autores analizados, nos enfocamos en la obra *Et Eu Tu* de Antunes y Xavier, dedicada a la experimentación de la imagen y la palabra. Nos interesa para la maquetación de nuestro proyecto por su innovadora forma de relacionarlas. El cómo distribuye los textos sobre las fotografías, complementándose y logrando una nueva imagen en conjunto, manteniendo la legibilidad del texto y obteniendo un diseño que permite al lector, captar e interpretar el mensaje de los autores con facilidad. Al mismo tiempo que promueve la interacción, invitándonos a indagar, reflexionar y profundizar sobre la relación que tiene lo escrito y lo visual.

5. PROCESO DE CREACIÓN DE LA OBRA

5.1. CONCEPTUALIZACIÓN

Este proyecto reúne poemas escritos durante mi adolescencia, una etapa marcada por la ansiedad, que aún persiste, aunque ahora de forma más controlada. Mi mente, llena de pensamientos negativos y de historias nunca vividas, dificultaba mi concentración diaria y generaba reacciones emocionales intensas ante el mínimo estímulo. La escritura se convirtió en una herramienta terapéutica para organizar mis pensamientos y calmar el caos mental, transformando esa ansiedad en algo bello.

Durante mucho tiempo me sentí incomprendida por quienes me rodeaban, pero al descubrir que no estaba sola en mis emociones, tuve el deseo de compartirlas de una manera hermosa y fácil de comprender. Quería acompañar a otros que también enfrentan esta lucha, normalizando este duelo interno y utilizando la escritura, ilustración y fotografía como medio para expresar y regular nuestras emociones de forma significativa.

Como los pensamientos surgían en cualquier momento del día, solía escribir estos poemas en cualquier recurso que tuviera a mano, ya fuera un papel, las notas de mi móvil o el portátil. Hasta que empecé a escribir en una libreta que dediqué exclusivamente a estos textos, motivada por el deseo de recopilarlos todos en un mismo lugar.

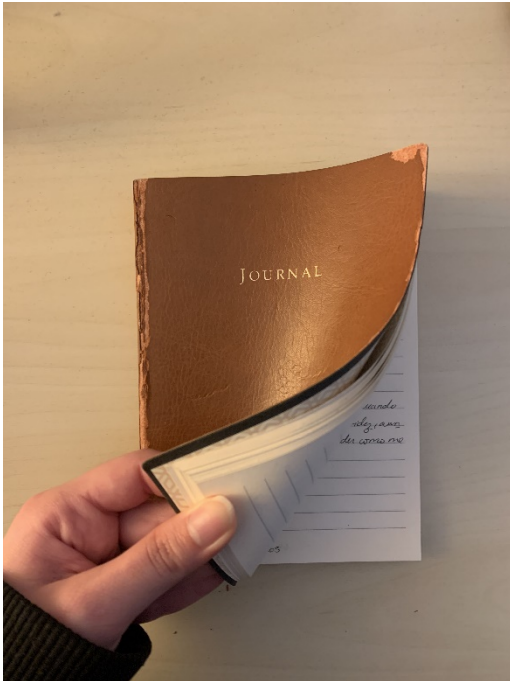


Fig. 21 Captura de escritos en libreta física.

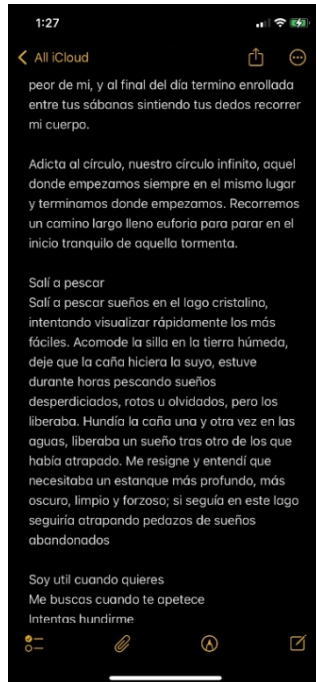


Fig. 23 Captura de escritos en las Notas del móvil.

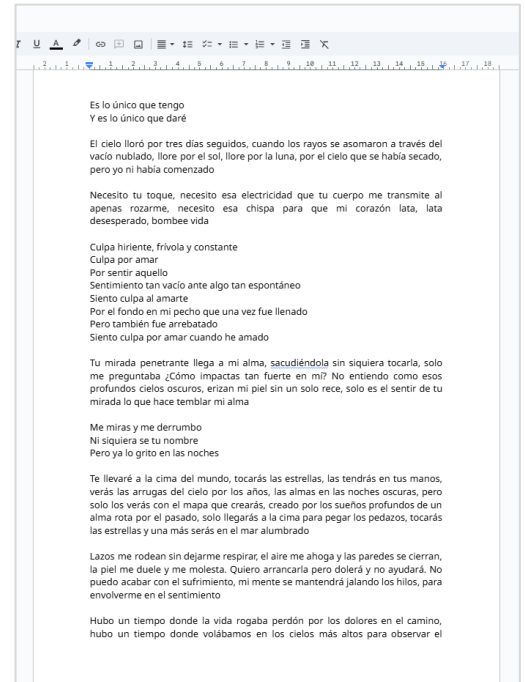


Fig. 22 Captura de escritos en Google docs., titulado *Wild mind*.

5.2. PLANIFICACIÓN Y CRONOGRAMA

Fig. 24 Calendarización anual del proyecto.

Nota: Calendarización para organizar y prevenir tareas y sus plazos.

FASES	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV
FASE 1	[Yellow bar]								
FASE 2			[Purple bar]						
FASE 3				[Blue bar]					
FASE 4								[Yellow and Red bars]	

FASE 1 - Conceptualización

- [Yellow square] Título, resumen, objetivos e Índice.
- [Yellow square] Marco teórico y antecedentes.

FASE 2 - Definición

- [Yellow square] Referentes artísticos.
- [Purple square] Organización de poemas.
- [Purple square] Definir retícula, tipografía, paleta cromática, papeles, encuadernado y edición fotográfica.

FASE 3 - Proceso de creación

- [Purple square] Selección de fotografías.
- [Blue square] Edición fotográfica.
- [Blue square] Maquetación.
- [Yellow square] Redacción de proceso en la memoria.

FASE 4 - Impresión y finalización de memoria.

- [Purple square] Contacto con imprentas.
- [Blue square] Impresión.
- [Blue square] Fotografía de producto final.
- [Yellow square] Finalizar memoria.
- [Red square] Entrega de memoria

5.3. MATERIALIZACIÓN DE LA OBRA

Al descubrir mi pasión por la fotografía y el diseño editorial, decidí transformar mis poemas en una obra única, inspirada en el contenido que consumía y compartía en redes sociales. Vi la oportunidad de crear un proyecto que conectara con un público adulto interesado en la salud mental, la poesía, el diseño y la fotografía, ofreciendo un espacio físico donde los lectores pudieran interpretar y reflexionar sobre los poemas de manera personal y subjetiva.

La creación de la obra gira en torno a los poemas como elementos centrales, que fueron seleccionados de una colección más grande. Después de una lluvia de ideas y asociar imágenes mentales con cada escrito, se identificaron patrones emocionales que dividieron los poemas en tres grupos: El primer grupo, melancólico con una inclinación más romántica, inspirados por la gran cantidad de historias de amor que leía en mi temprana adolescencia, pero personalmente no vivía, titulado posteriormente como *Cartas para nadie*. El segundo, se centra en la ansiedad, el capítulo más personal, trata de una conversación o discusión interna conmigo misma, narro como se siente el lidiar con una ansiedad constante y expresar ese peso diario que se experimenta, de una manera poética, otorgándole el nombre de *Una mente que grita*. El tercer grupo, *Historias que nunca sucedieron*, presenta relatos de cuentos, recuerdos y sueños, son pequeños trozos de historias, igualmente en su mayoría imaginarias, motivada por mi pasión de escribir y generar otras realidades donde mi mente divagaba y se olvidaba de todo lo demás

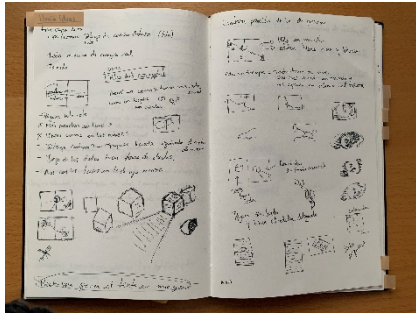


Fig. 25 Proceso creativo, lluvia de ideas.

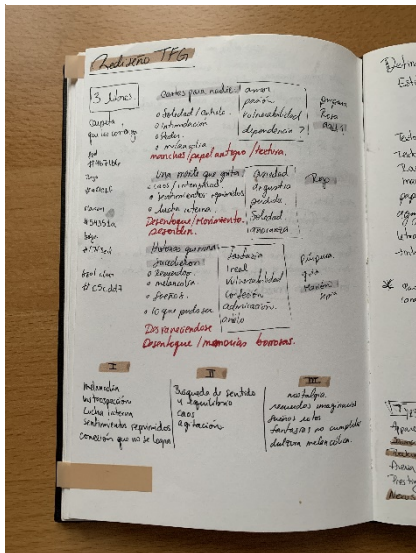


Fig. 26 Proceso creativo, organización de capítulos.

Los tres libros están contenidos en una carpeta que simboliza un exterior organizado con emociones intensas en su interior, como metáfora de la mente humana. La colección se llama *Mente ruidosa*, reflejando el caos interno de la ansiedad. Además, interactuar con la colección es como un proceso por capas. Primero, tienes la carpeta de diseño minimalista, al abrirla te encuentras con las portadas de los libros, cuyos diseños son similares, pero tienen detalles que referencian su contenido. Sin embargo, es solo al abrir los libros y observar su contenido que se revela toda la carga emocional.

Este proyecto no solo busca inmortalizar mis poemas, sino también ofrecer a los lectores una experiencia inmersiva que los conecte con sus propios sentimientos. Inspirado en obras que combinan poesía y diseño editorial, *Mente ruidosa* desafía los límites de la comunicación tradicional, explorando temas universales como la ansiedad, la melancolía y el anhelo.

5.3.1. Decisiones de diseño

Tamaño del libro

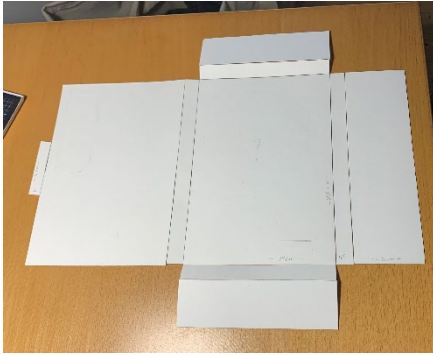


Fig. 27 Prototipo de carpeta físico.

Para los poemarios, se eligió un formato cercano al A5 (13 cm de ancho por 19 cm de alto), por su fácil manejo, algo que refuerza los conceptos de cercanía del proyecto. Este tamaño, ligeramente más pequeño y ancho que el A5, aporta equilibrio visual, evitando composiciones demasiado verticales y favoreciendo la armonía del diseño.

La carpeta fue diseñada como una caja que contuviera los tres libros. Sus dimensiones base son 13,5 cm de ancho por 19,5 cm de largo, con dobleces de 1,5 cm para la profundidad. Las solapas de soporte miden 6 cm y la de cierre tiene 6 cm de largo por 1,3 cm de profundidad.

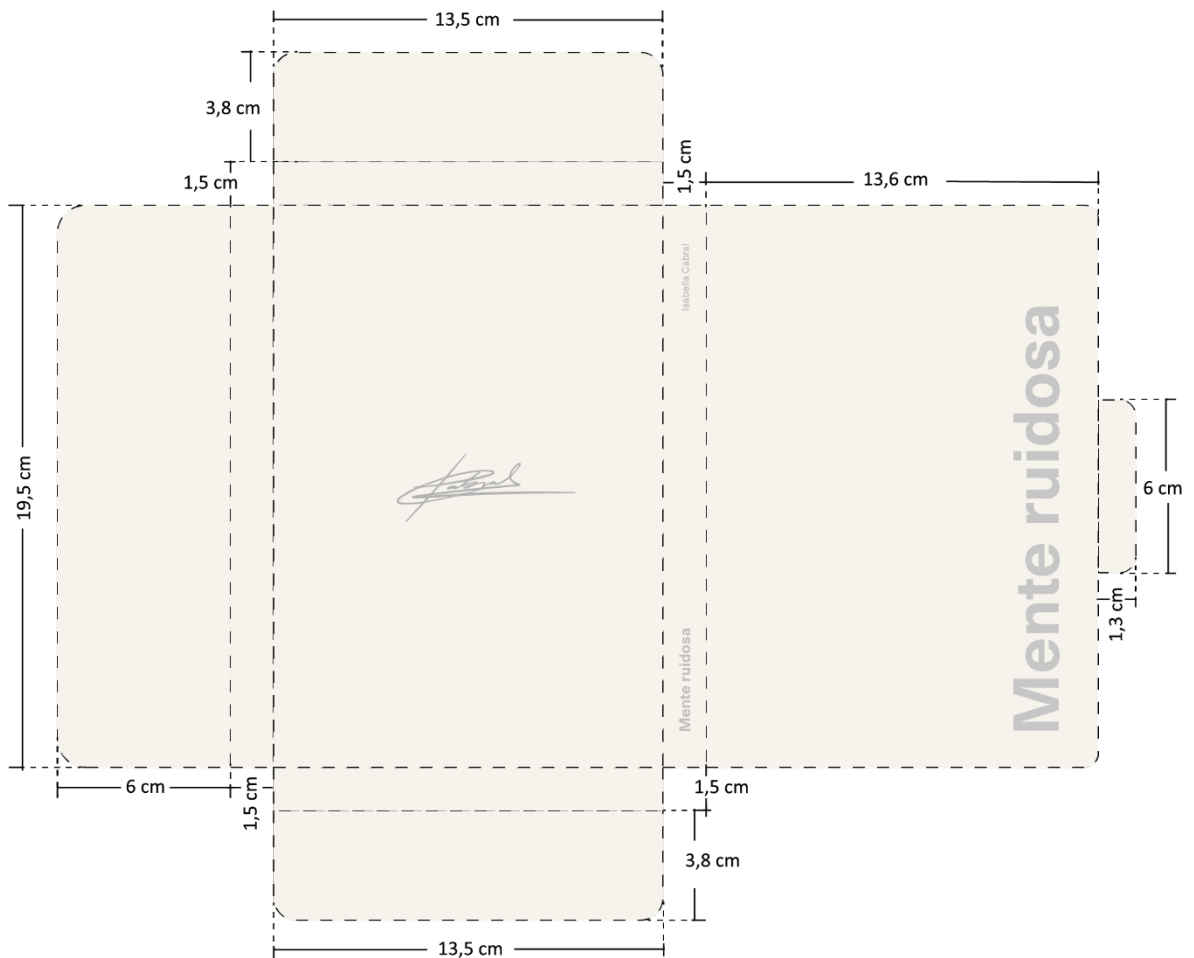


Fig. 28 Medidas de la carpeta.

Gama cromática

Cada capítulo está asociado a un color que representa estas emociones, utilizando así una paleta cromática reducida. Teniendo en cuenta que, aunque la percepción del color es subjetiva, se consideran asociaciones universales que vinculan ciertos tonos con emociones específicas.

La base de la paleta común de los tres libros está compuesta por blanco, negro y color crema cálido (#f7f3ed). El uso reducido de color aporta coherencia gráfica, e intensifica el impacto de las emociones transmitidas (Fig. 29).

Se eligió un azul pastel (#c5cdd7) para *Cartas para nadie*, que, al desvanecerse, transmite una sensación de ausencia y evoca la idea de un "nadie", además de aludir nostalgia y generar un ambiente tranquilo. Sin embargo, al no lograr suficiente contraste con los demás colores, se añadió un tono azul más intenso (#4b71b6). Para *Una mente que grita*, el rojo en una tonalidad más oscura (#a21c1f), un color que, junto con el negro, aporta las sensaciones de inquietud propias de este libro. El contraste del rojo con el blanco ofrece además matices más variados y no únicamente negativos. Finalmente, para *Historias que nunca sucedieron*, el marrón cálido, tirando a sepia (#54351a), que evoca a la historia, lo antiguo y refuerza el tema de los recuerdos.

Cabe destacar que todos los libros tienen una tonalidad cálida general, aunque se haga uso del azul, un tono frío, se complementa con el beige que es cálido de fondo, así para suavizar la percepción de las emociones negativas y ofrecer un espacio acogedor que motive a leer y empatizar.

Tipografía

La tipografía, clave en esta obra, fue elegida para mantener coherencia en cada libro y reflejar las emociones transmitidas. Se optó por la tipografía mecanográfica Appareo (Fig. 30), aporta a un diseño más personal y emocional, con trazos que imitan variaciones en la presión de la tinta. Aunque el tamaño de la fuente varía según la composición, generalmente se utiliza un mínimo de 10 pt con interlineado de 13 pt, llegando hasta 23 pt, siempre respetando un interlineado 3 puntos mayor que el tamaño de la fuente.



Fig. 29 Paleta cromática.

Fig. 30 Tipografía *Appareo*.

Appareo ExtraLight
Appareo Light
Appareo Medium
Appareo Black

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
 abcdefghijklmnopqrstuvwxyz
 123456789

Para las portadas se eligió una tipografía sans-serif más recta y minimalista, para generar un diseño limpio que represente el orden exterior frente a un interior lleno de emociones y pensamientos complejos. Se utiliza la Neue Haas Unica W1G en Bold (Fig. 31), con tamaño de 57 pt para el título principal y 15 pt y 10 pt para los subtítulos.

Fig. 31 Tipografía *Neue Haas Unica W1G Bold*

Neue Haas Unica W1G

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
 abcdefghijklmnopqrstuvwxyz
 123456789

Retícula

Aunque el proyecto es experimental y cada página tiene un diseño único, se mantiene las normas básicas de composición en la maquetación respetando márgenes, distancias y la distribución de recursos repetidos, como las portadas, títulos e introducciones, para asegurar cohesión.

Se creó una retícula con múltiples divisiones para trabajar en bloques pequeños. La estructura base tiene dos conjuntos de guías. El primero establece márgenes de 10 mm en cada lado, con tres columnas separadas por medianiles de 3.5 mm, subdivididas en ocho filas con medianiles del mismo tamaño. Este formato se utiliza para configuraciones estándar y ofrece flexibilidad sin perder organización.

El segundo conjunto proporciona columnas más estrechas, divididas en cuatro secciones, manteniendo las mismas filas. También se añadió un margen externo de 5 mm para mejorar la proximidad de elementos en doble página, respetando el pliegue en impresión y encuadernación.

Esta estructura permite explorar tanto composiciones limpias y espaciosas como otras más caóticas, creando un desorden controlado que refleja diversas emociones. Además, facilita la integración armónica de texto e imagen, evitando que compitan entre sí y promoviendo el uso de espacios en blanco y un equilibrio visual.

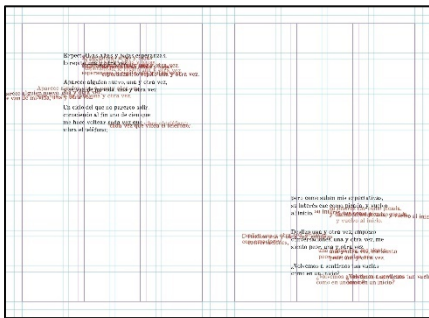


Fig. 32 Reticula base.

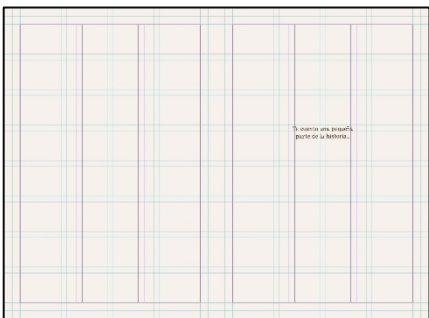


Fig. 33 Reticula base.

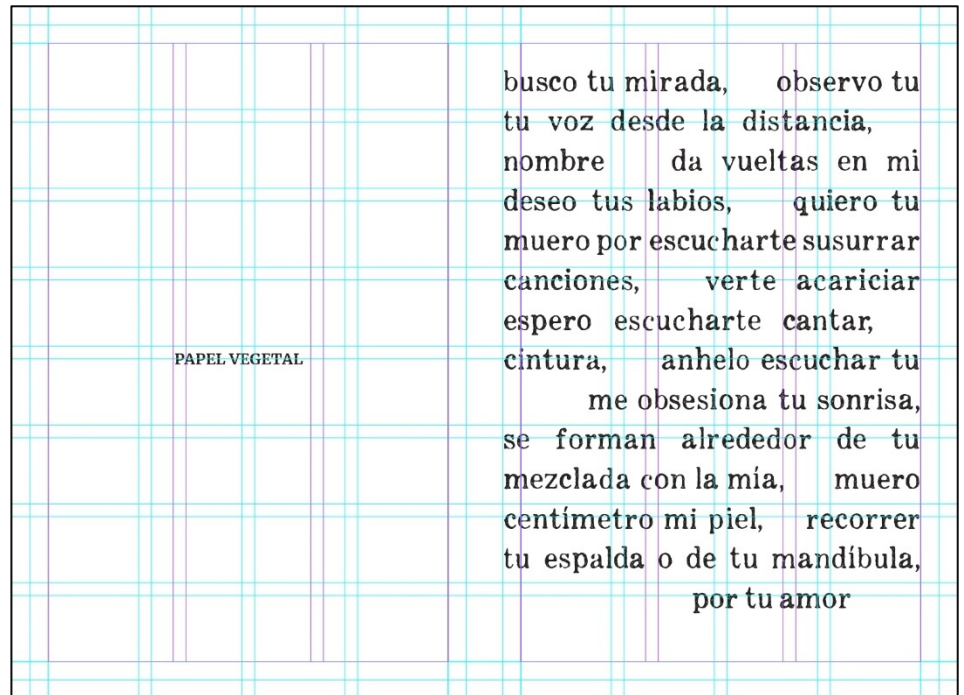


Fig. 34 Reticula base.

Encuadernado y papeles

El encuadernado elegido fue el cosido *Singer* dada la impresión compaginada que lo permite, trabajando con pliegos de 6 a 8 hojas, obteniendo libros de 24 a 32 páginas. Este tipo de encuadernación no solo crea un producto duradero y fácil de manipular, sino que también refuerza el estilo artesanal de la obra, permitiendo experimentar con el color del hilo en cada ejemplar.

Para el papel se eligió Materica Gesso 120g con textura para todas las páginas, incluida la portada. Un papel absolutamente natural, fabricado de algodón, 40% de fibras recicladas y pulpa pura sin cloro elemental, lo que reduce el impacto medioambiental. Su textura resalta la tipografía y los acabados de las imágenes, ofreciendo un aspecto mate y con grano, además que contribuye al estilo artesanal deseado. Se incorpora papel vegetal de 90g en algunas páginas para permitir transparencias y lograr interacción entre la obra y el lector. Para la carpeta se usó dos hojas juntas de Tintoretto 220g, que también se produce con pulpa libre de cloro (ECF, Elemental Chlorine Free), este papel cuenta

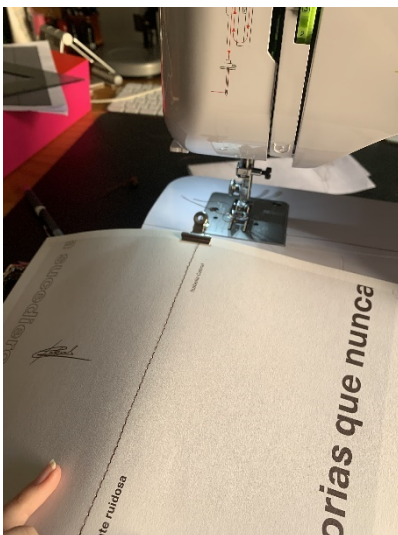


Fig. 35 Proceso de encuadernación Singer, con máquina de coser.

también con textura, pero con un acabado un poco más brillante, ideal para un packaging. Ambos papeles cuentan con la certificación FSC (Forest Stewardship Council), que garantiza que su producción proviene de fuentes responsables y sostenibles.

5.3.2. Fotografía y recursos gráficos

En un principio, se planteó realizar sesiones fotográficas planificadas para cada poema, con el objetivo de recrear la espontaneidad de la fotografía callejera, pero se descartó ya que los resultados no parecían genuinos. Por ello, se optó por recopilar imágenes que encajaran con el concepto de cada libro, tomadas en la cotidianidad de experiencias reales: salidas con amigos, con la pareja, momentos vulnerables e incluso situaciones del día a día, como una taza rota una mañana antes de ir a trabajar. Además, se reunieron fotografías antiguas de retratos propios y fotos callejeras de autoría propia, donde se capturaron momentos personales entre extraños.



Fig. 36 Fotografía en crudo: *Cartas para nadie*, pág. 20-21.

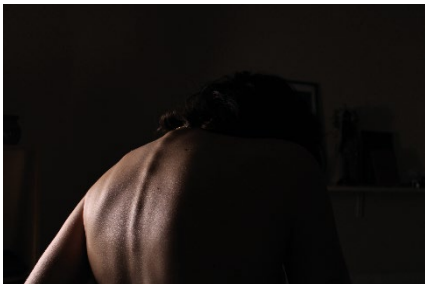


Fig. 37 Fotografía en crudo: *Historias que nunca sucedieron*, pág. 12-13.



Fig. 38 Fotografía editada: *Cartas para nadie*, pág. 20-21.

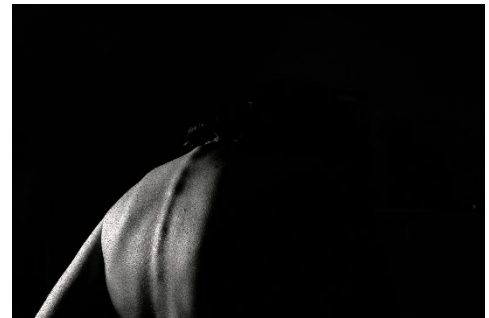


Fig. 39 Fotografía editada: *Historias que nunca sucedieron*, pág. 12-13.

La selección se centró en figuras humanas en planos detalle, que transmitieran intimidad. Se buscó un resultado final similar a la fotografía analógica por medio de Adobe Photoshop, para ello se modificó tanto contraste como textura. Las imágenes se ajustaron a una paleta principalmente en tonos beige y negro. En la edición se empleó máscaras, usando generalmente el selector de gama cromática para aislar los negros, y trabajar solo con altas luces y sombras. También mapas de degradado para modificar los colores y ajustar el contraste. En algunos casos, se mejoró este contraste mediante curvas de iluminación y para finalizar, se añadió el efecto de ruido de 18%. Trabajando siempre de forma no destructiva para permitir modificaciones durante la maquetación o después de las pruebas de impresión.

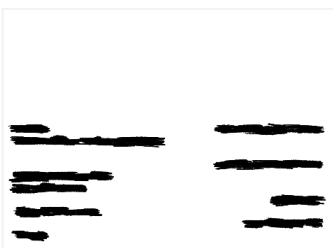


Fig. 40 Ilustración: *Una mente que grita*, pág. 12-13.

Aunque inicialmente no se contempló el uso de recursos gráficos ilustrados, durante el desarrollo de la obra se incorporaron para lograr un diseño más limpio y aportar dinamismo a las páginas con transparencias. Además, algunos

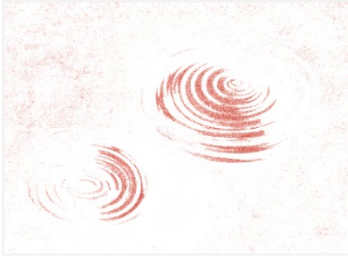


Fig. 41 Ilustración: *Una mente que grita*, pág. 8-9.

poemas no encajaban con imágenes literales y funcionaron mejor con ilustraciones más abstractas, que también añadieron un acabado manual a la obra. Estas ilustraciones mantienen el alto contraste y el grano de las fotografías, creando cohesión en las páginas de los tres libros. Las ilustraciones se realizaron con: Procreate, Adobe Photoshop y Adobe Illustrator.

En *Cartas para nadie*, todas las fotografías son en tonos beige y negro, con el uso puntual de azul claro para resaltar ciertos objetos. La composición se enfoca en el cuerpo humano, con alto contraste que difumina detalles como las facciones del rostro, de modo que la persona fotografiada no sea reconocible. El objetivo es evocar melancolía y nostalgia de una manera romántica. Las imágenes en planos detalle representan fragmentos del "recuerdo o historia" narrada, mostrando siempre solo una parte de la escena para que el espectador complete la interpretación de manera subjetiva. En este caso, se juega más con la composición y la lectura del texto, lo cual se explicará en el apartado de maquetación.

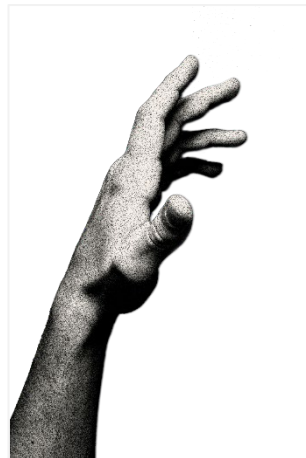


Fig. 42 Fotografía editada: *Cartas para nadie*, pág. 12-13.



Fig. 43 Fotografía editada: *Cartas para nadie*, pág. 28-29.

Una mente que grita contiene más ilustraciones y retratos propios, predominando la clave baja en todas las imágenes, con un alto contraste que también pierde los detalles, destacando solo ciertas zonas mediante luz controlada. Esto busca representar la oscuridad de este capítulo (Fig. 45). Al ser el libro más íntimo y con mayor carga emocional, resultaba complicado reflejar una mente caótica a través de imágenes literales, por lo que se optó por ilustraciones más abstractas y de significados abiertos. Estas escenas, sin muchos detalles, permiten al lector crear su propia interpretación. Además, en este capítulo se incluyen dos caligramas: en la página 14, la tipografía se dispone de forma que ilustra una nube lloviendo palabras, cuya tinta corre por la página, reforzando la narrativa sobre el llanto; y en las páginas 16-17, encontramos dos medialunas sobre un degradado, que nos lleva a leer el texto de la luz a la

oscuridad, logrando una antítesis gráfica. Este contraste de colores opuestos simboliza un ataque de ansiedad, donde, en un momento todo está bien y, de repente, la desesperación te envuelve (Fig. 44).



Fig. 44 Ilustración: *Una mente que grita*, pág. 16-17.

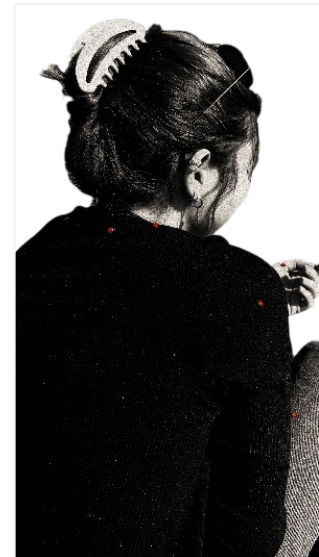


Fig. 45 Fotografía editada: *Una mente que grita*, pág. 20-21.

En *Historias que nunca sucedieron*, al tratarse de relatos breves y menos cargados de emociones, la intención es representar de manera más literal la narrativa del texto. Las imágenes varían en este caso, abarcando cuerpos humanos, lugares, animales y acciones. Se utilizaron todos los recursos gráficos para generar nuevas imágenes específicas, sin ser tan abstractas como en los capítulos anteriores. Se incluyen fotografías con detalles de ilustración y el texto organizado en líneas alrededor de las figuras, así como el texto siguiendo la forma de partes de la imagen, como las alas de un pájaro o relleno de la sombra de una espalda, lo que permite ver la figura completa. Además, se emplearon caligramas, como las caras de dados que reflejan una historia que gira en torno a un juego de mesa (Fig. 46), o el texto dispuesto en la forma de un ojo para evocar la narrativa sobre la obsesión por los ojos marrones. También se organizó el texto en forma de onda de sonido para retratar el momento en que el narrador escucha un sonido y, de repente, lo pierde al encontrarse con un viejo amor después de tanto tiempo.

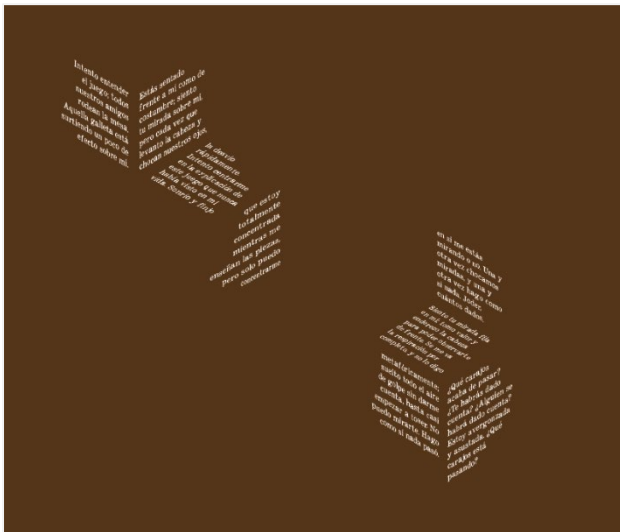


Fig. 47 Fotografía editada: *Historias que nunca sucedieron*, pág. 18-19.

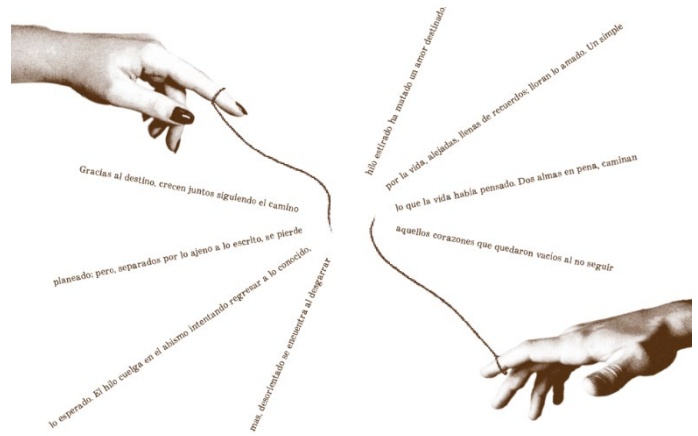


Fig. 46 Fotografía editada: *Historias que nunca sucedieron*, pág. 6-7.

5.3.3. Maquetación

Portadas

Las portadas de la carpeta y de los libros presentan un fondo crema, con la tipografía de los títulos en sus respectivos colores. En la contraportada se añadió un detalle adicional: la firma del autor, en el mismo color correspondiente a cada libro. Todas las portadas mantienen una maquetación uniforme. El diseño exterior de la carpeta cuenta con la tipografía en negro y los subtítulos en el lomo. En el interior, se incluyeron algunos textos, entre ellos una introducción a la colección que explica brevemente al lector el origen y contenido, así como los títulos de los tres libros y el nombre de la autora.



Fig. 48 Diseño interno de carpeta, *Mente ruidosa*.



Fig. 49 Diseño externo de carpeta, *Mente ruidosa*.

Cada libro presenta en su correspondiente portada un detalle visual en el título, que evoca a sus respectivos conceptos. En *Cartas para nadie*, la palabra "nadie" aparece delineada, simbolizando el vacío. En *Una mente que grita*, la palabra "grita" se repite en la última letra "a" para crear un efecto de eco, reflejando el grito que resuena y llega a la contraportada. En *Historias que nunca sucedieron*, el diseño se extiende a la contraportada, donde la tipografía de "sucieron" solo tiene contorno representando la dualidad de las historias no reales. Además, el interior de la portada y la guarda están diseñados con el color propio de cada capítulo. Siendo esto el primer encuentro de la representación de las emociones que se albergan dentro de cada libro.



Fig. 52 Diseño de portada de *Cartas para nadie*.



Fig. 51 Diseño de portada de *Una mente que grita*.



Fig. 50 Diseño de portada de *Historias que nunca sucedieron*.

El trabajo combina texto, fotografía e ilustraciones. Cada página fue diseñada desde cero, construyendo los elementos simultáneamente con el poema como fundamento, lo que significa que a partir del escrito se genera la propuesta de diseño y los recursos gráficos necesarios para desarrollar la idea, ya sea la composición del texto, fotografías o ilustraciones. Aunque los tres libros comparten un estilo general, cada capítulo tiene un lenguaje específico, basado en el sentimiento principal que lo envuelve.

Los tres ejemplares comparten ciertos elementos: una frase introductoria sobre fondo crema en el color del capítulo y una frase final sobre una imagen. Siendo su orden: en el azul, "A veces nos quedamos sin decir y tanto que sentir..."; cerrando el libro con "Querido nadie..."; refiriéndonos a que hubo mucho que se quiso decir y no se dijo, pero siendo este libro la representación física de esas palabras nunca dichas. En el rojo, "Esta bien sentir tanto..." y "No olvides sentir...", la ansiedad es muy común y afecta emocionalmente a tal punto

que uno se puede sentir culpable por vivir tan intensamente los estados de ánimo y estas frases buscan ofrecer un confort. Por último, en el marrón, “Te cuento una pequeña parte de la historia...” y finaliza con “Siempre hay una historia que contar”, remitiéndonos a que cada pequeña cosa que nos pasa en la cotidianidad se puede convertir en una historia interesante si te fijas en los detalles correctos.

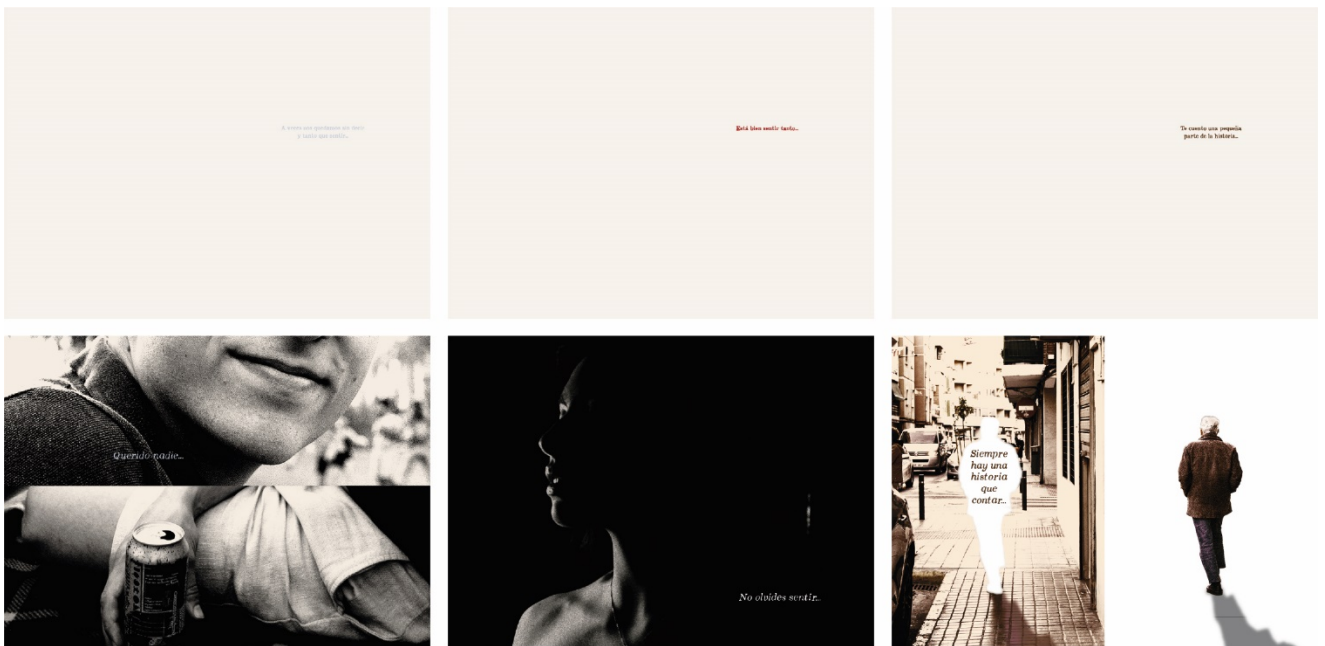


Fig. 53 Frases iniciales y finales de los libros.

Dado que no todos los poemas incluyen imágenes, algunos optan por presentar solo tipografía o ilustraciones. Para equilibrar el diseño y permitir un respiro visual en la narrativa, se añadieron páginas de descanso con fotografías. Aquí, el uso de la elipsis se manifiesta en la omisión de detalles explícitos, como la relación exacta entre cada poema y los elementos gráficos que los acompañan, confiando en que el lector complete estas conexiones de forma implícita. Esto permite que todos los libros contengan fotografías, equilibrando visualmente el diseño y proporcionando pausas entre el texto para una lectura fluida.

En *Cartas para nadie*, predomina el uso del color blanco y amplios espacios vacíos, buscando que los textos “respiren” para transmitir una sensación de melancolía y el tono de una carta dirigida a alguien especial. Se inspira en cartas de amor, de manera que la tipografía tiene un papel protagonista como recurso visual. La maquetación se organiza principalmente en bloques de párrafo único, con un juego tipográfico que invita a distintas lecturas. Además, se emplean formas orgánicas, para crear una atmósfera acogedora.

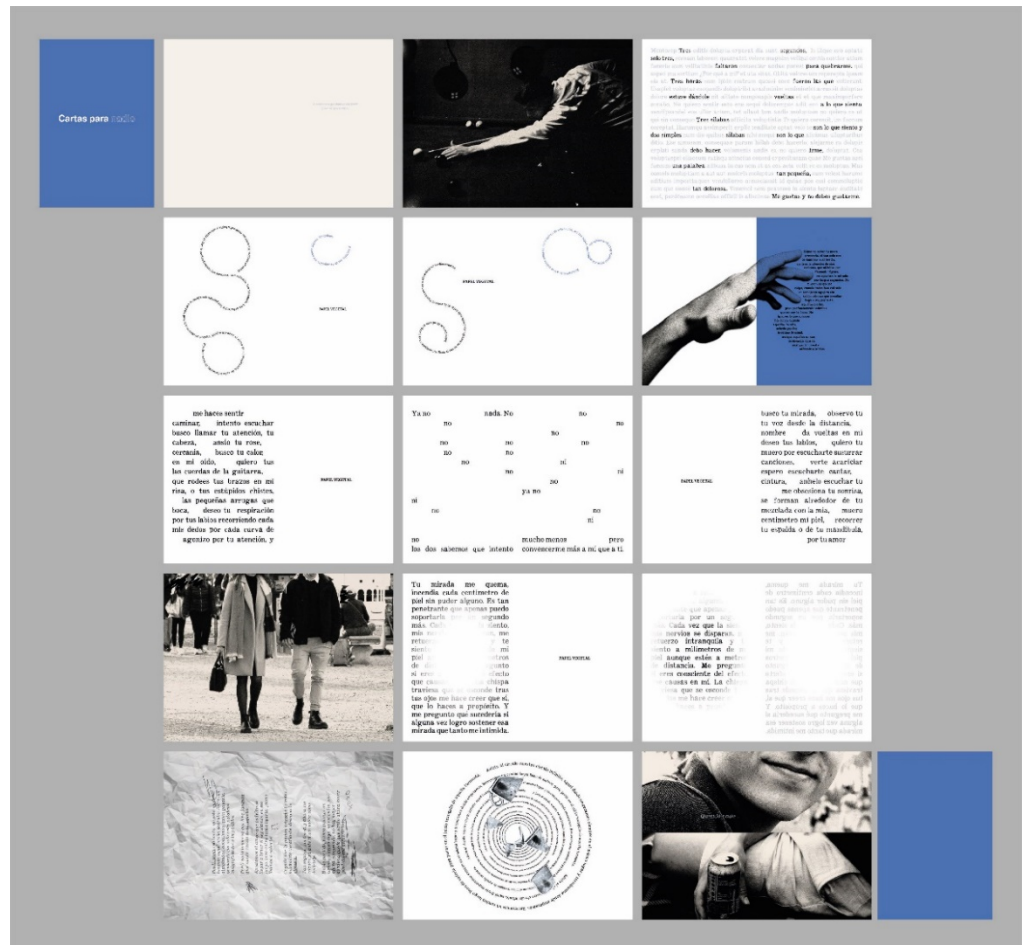


Fig. 54 Vista general, *Cartas para nadie*.

- Se incluyen textos falsos, *Lorem Ipsum* con palabras y frases ocultas, el texto del escrito se encuentra en negro y se lee fácilmente, pero gracias a estas palabras ocultas, si el lector las localiza puede descubrir esos pensamientos intrusivos que acompañan a la narrativa, aportando más contexto sobre la misma.
- Se han utilizado figuras retóricas para la disposición del texto. La *repetición* de frases en círculo, reflejando el regreso constante a una misma persona. Además de metáforas visuales, como maquetar el escrito en una línea continua ondulada, que intenta representar un suspiro y palabras que se deslizan de la boca.
- Se utiliza papel vegetal para reforzar el mensaje del texto, de modo que, sin el papel transparente, se revela el significado real del poema. Al colocar el papel encima, con las palabras impresas en él que se conectan con el texto original, se aporta el significado que la autora quiere transmitir (las páginas con papel vegetal están señaladas en la Fig. 54). Es decir, al retirar el papel, se eliminan frases negativas como "Ya no me haces sentir nada", dejando leer "me haces sentir", lo que permite al

lector observar cómo en el texto, la autora intenta autoconvencerse de que no siente nada, añadiendo una capa de negación cuando en realidad lo que importa es lo que está debajo. Por otro lado, el papel vegetal ayuda a representar el sentimiento de cómo una mirada puede penetrarnos y quemarnos, creando un espacio en blanco dentro de un bloque de texto. Gracias al papel vegetal este espacio se puede leer completamente, permitiendo que el diseño sea visible y su lectura posible.

- En otras páginas juntamos palabra y fotografía. Encontramos una mano intenta alcanzar un texto escurridizo, que habla sobre alguien inalcanzable y con mucha presencia. Para representar una declaración de amor, nos inclinamos a una imagen más literal, incorporando el texto a un papel arrugado y con trazos manuales de bolígrafo, ilustrando así una carta de amor nunca enviada.

En *Una mente que grita*, el diseño busca expresar un caos contenido dentro de un orden, generando presión y desorden visual. Los diseños son intencionalmente forzados o visualmente incómodos, pero siempre respetan el orden de lectura. Predomina el uso del negro, y las palabras se distribuyen ampliamente en toda la superficie de cada página.

- Se vuelve a hacer uso de páginas vegetales, en este caso al superponerse, revelan un texto claro a partir de una redacción inicialmente caótica y que no tiene ningún sentido, evocando una mente desorganizada. Diseño inspirado en como la escritura nos ayuda a organizarnos mentalmente.
- Como se mencionó anteriormente, en este capítulo hay caligramas y metáforas. Las palabras que caen de la nube lloviendo representan la intensidad del llanto y en la página siguiente también aparece este derrame de tinta. Las letras de las palabras están desalineadas e incluso volteadas para reflejar el descontrol interno que se experimenta al llorar.
- Por otro lado, el texto se organiza en formas más abstractas, complementando la imagen. Por ejemplo, se sigue la forma circular de la ilustración que representa los movimientos del agua al caer un objeto dentro, ilustrando cómo el texto habla de pescar sueños, sin tener suerte y solo atrapando sueños abandonados por otros.
- En otra página, el texto se distribuye en forma de ondas que emergen de mi mano, la cual sostiene una mariquita en un autorretrato de un momento muy vulnerable de mi vida. También se pueden ver varias mariquitas posadas sobre todo el cuerpo, un animal que simboliza la positividad, reforzando el sentimiento de suerte y agradecimiento que la autora menciona tener de vez en cuando en su vida. Además, se agregan puntos rojos en la página del texto para generar un equilibrio visual.

- La ilustración se adapta al texto, subrayando con rayones las frases que destacan y que, a su vez, pueden leerse por separado, ya que resumen el contenido y tienen un sentido propio. Esto se hizo para representar la rabia contenida de alguien que recuerda malas experiencias del pasado, las cuales contribuyen a su ansiedad diaria.
- Se usa también el recurso de la *repetición* de palabras y frases, a modo de manchas una sobre otras, representando el flujo de pensamientos en una mente ansiosa e internamente ruidosa.



Fig. 55 Vista general, *Una mente que grita*.

En *Historias que nunca sucedieron*, la tipografía está compuesta de forma que genera, completa o interactúa directamente con las ilustraciones y fotografías, buscando un diseño más narrativo. Cada página intenta representar una pequeña parte de la historia de manera más literal, de modo que el lector pueda visualizar lo que está leyendo.

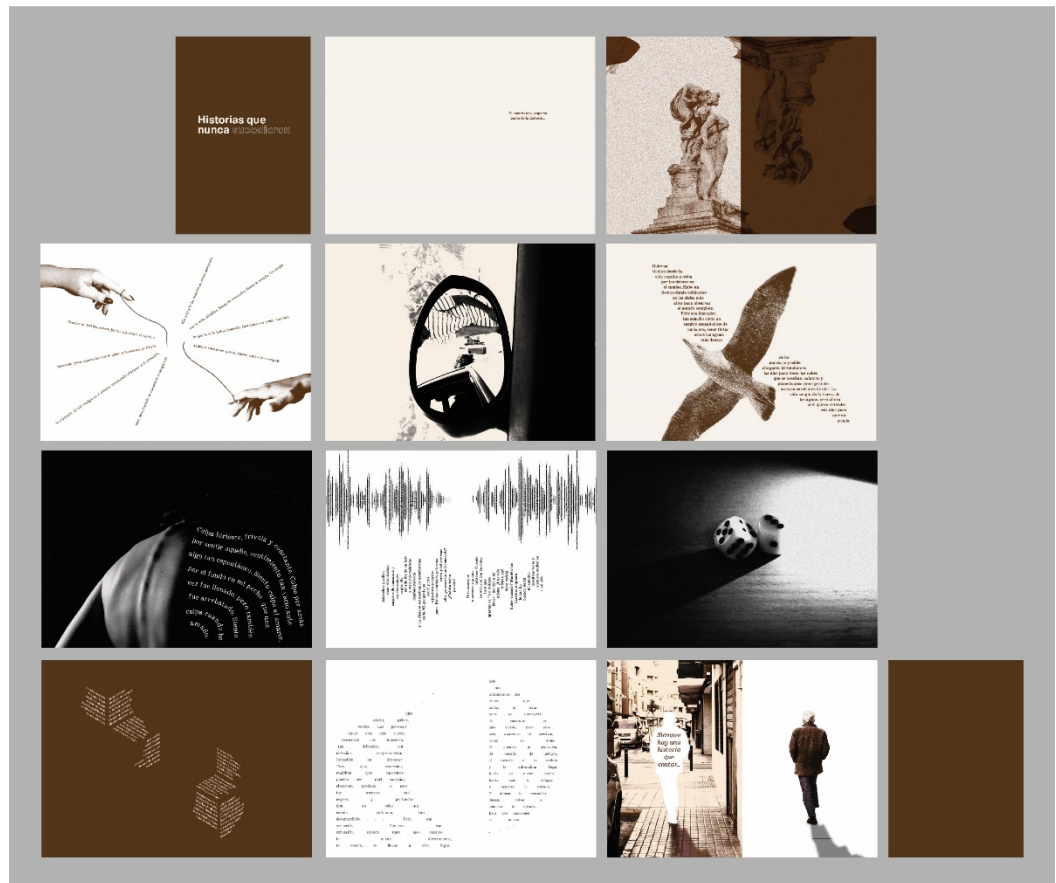


Fig. 56 Vista general, *Historias que nunca sucedieron*.

- En este caso, se hace un uso destacado de los caligramas. Como se mencionó anteriormente, se aprovecha este recurso para generar imágenes que representen, por ejemplo, la desconstrucción de las caras de los dados lo que ilustra de manera literal el escenario narrado. Además, también se utiliza para la creación de un ojo un poco más abstracto, ya que es complejo convertir grandes textos en figuras. En este caso, se realizó el espaciado a mano entre las palabras para representar el brillo húmedo de los ojos.
- Podemos observar el uso de la onomatopeya en la onda de sonido, acompañada de otras ondas ilustradas, para reforzar el mensaje y generar una mayor sensación de ruido ambiental. Igualmente se usa este recurso posicionando el texto en líneas rectas alrededor de un hilo rompiéndose para ilustrar la rotura.
- El texto se incorpora en formas que completan la imagen, como la repetición de la forma de las alas del ave, que remiten a una historia pasada e ilustran nuevamente las alas extendidas en el cielo, simbolizando la libertad que se tenía, según se menciona en el texto. Por último, el texto completa la forma de la espalda en su sombra, como

representación de la carga de culpa narrada, una metáfora adicional dentro de este capítulo.

5.4. RESULTADO

Los resultados obtenidos muestran una integración exitosa de texto e imagen, cumpliendo con la visión inicial de transmitir emociones a través de una maquetación visualmente atractiva y coherente. El uso de una tipografía mecanográfica y una paleta cromática reducida ayudaron a crear una atmósfera emocionalmente alineada con los poemas, además de que las portadas ayudaron a transmitir un exterior minimalista y limpio, que da paso a un interior experimental.

A pesar de algunos desafíos con la maquetación. Principalmente el tener que generar un diseño distinto en cada página, manteniendo a su vez un diseño unificado en los tres, sumándole el reto de que cada capítulo abarca un tema distinto. Gracias a los ajustes y pruebas de maquetación realizados durante el proceso permitieron lograr un equilibrio entre texto y gráficos y a su vez que toda la colección esté unificada visualmente. Las pruebas de impresión y la impresión final indicaron que el diseño era efectivo en cuanto a legibilidad y expresión emocional, cumpliendo las expectativas del proyecto.

Además, que la encuadernación permite una buena manipulación del libro, sin miedo a que las hojas se desprendan al abrirlo 180 grados. Los recursos impresos a doble página se visualizaron correctamente gracias al gran ángulo de apertura, lo que evitó perder detalles en los márgenes del pliego. La carpeta fue diseñada con el tamaño adecuado para que los libros encajen cómodamente, lo que facilita la movilidad de la colección y protege los libros de posibles daños.

Finalmente, los libros fueron expuestos a personas no conocedoras del proyecto y comentaron gratamente la interacción que tiene el libro, además de su inmensa curiosidad por saber que encontraron en la siguiente página y pudieron reconocer el concepto de cada libro fácilmente en la primera interacción.



Fig. 57 Carpeta desplegada.



Fig. 58 Carpeta con los tres libros.



Fig. 59 Colecciones y foto de la introducción narrada en la carpeta.



Fig. 60 Detalle de encuadernado Singer.



Fig. 62 Primera página de los tres libros.



Fig. 61 Título de los tres libros.



Fig. 63 Papel vegetal, *Cartas para nadie* pág. 15-16.



Fig. 64 Conjunto de páginas de *Cartas para nadie*.



Fig. 65 Papel vegetal, *Una mente que grita* pág. 4-7.

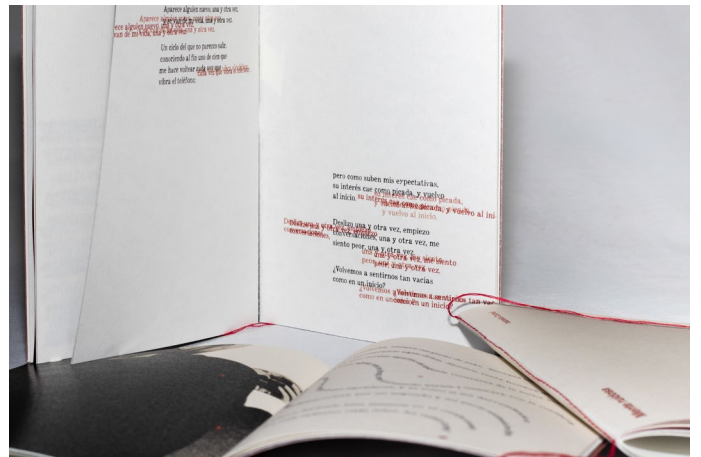


Fig. 66 Conjunto de páginas de *Una mente que grita*.



Fig. 68 Conjunto de páginas de *Historias que nunca sucedieron*.



Fig. 67 *Historias que nunca sucedieron* pág. 11-12.

6. PRESUPUESTO

Se ha realizado un presupuesto, considerando las horas de trabajo tanto para conceptualizar el proyecto, como toda la parte práctica y elementos utilizados en la misma, como son los poemas, fotografías, su edición, diseño del libro y maquetación. Además de los costos de impresión y creación de la colección completa.

Presupuesto	1 Colección	5 Colecciones
Conceptualización	500,00 €	500,00 €
Fotografías	350,00 €	350,00 €
Edición	750,00 €	750,00 €
Ilustraciones	120,00 €	120,00 €
Textos	525,00 €	525,00 €
Diseño y maquetación	1.500,00 €	1.500,00 €
Pruebas Impresión	30,87 €	30,87 €
Impresión libros	22,15 €	110,78 €
Impresión carpeta	2,60 €	13,00 €
Materiales encuadernación	0,38 €	5,65 €
Materiales para creación de la carpeta y detalles de libro	15,98 €	15,98 €
Trabajo de encuadernación	2,00 €	30,00 €
Trabajo de armar carpeta	8,00 €	40,00 €
Corte de tres lados	2,00 €	10,00 €
Adobe Creative Cloud	117,96 €	117,96 €
Total	3.946,94 €	4.119,24 €
Iva 21%	828,86 €	865,04 €
TOTAL	4.775,79 €	4.984,28 €

Fig. 69 Presupuesto de creación del proyecto.

(Ver ANEXO II. DESGLOCE DEL PRESUPUESTO)

7. CONCLUSIONES

En conclusión, se ha desarrollado una colección impresa de tres poemarios donde tipografía y fotografía han sido utilizados como recursos gráficos y visuales para comunicar sus ideas. Este trabajo representó un gran reto personal, ya que fue la primera vez que se exploró la vinculación entre texto e

imagen. La investigación previa en la que se profundizó en referentes artísticos y las similitudes con este proyecto resultaron fundamentales para comprender cómo trabajar ambos elementos conjuntamente, garantizando una maquetación adecuada que comunique eficazmente las ideas de los poemas.

Inicialmente, se contempló la posibilidad de imprimir este proyecto en una imprenta especializada. No obstante, surgieron complicaciones, ya que muchas imprentas que realizan este tipo de trabajos operan en grandes producciones, imprimiendo no menos de 100 copias. Se realizó el proyecto de manera completamente autónoma, excepto por la impresión, que se llevó a cabo en una reprografía con papeles especiales, debido a que solo se quería producir un máximo de cinco copias en esta ocasión, pero en un futuro se contempla la idea de realizar un mayor número de copias para venderlo, o contactar alguna editorial especializada que apoye el proyecto. Se debe resaltar, la gran implicación personal de la autora tanto en las decisiones sobre encuadernación y acabados finales para poder reflejar el estilo introspectivo del proyecto

Entre los aprendizajes positivos del proyecto, destaca la ampliación significativa de conocimientos en el ámbito de la maquetación creativa. Diseñar una composición única para cada página, manteniendo la coherencia general y la claridad comunicativa, fue un desafío importante. Asimismo, trabajar con diversos recursos gráficos, como la fotografía, la ilustración y la tipografía como elemento visual, permitió explorar nuevas formas de expresión. Finalmente, se aprendió la importancia de realizar pruebas de maquetación para ajustar la relación entre los elementos y de llevar a cabo una prueba completa de impresión, lo cual resultó esencial para identificar errores en formato físico y lograr un producto final de calidad.

Este proyecto también aporta una visión única sobre cómo la integración de tipografía y fotografía puede servir como un medio expresivo en la literatura, especialmente en el formato de poemarios. Esta experiencia podría inspirar a otros diseñadores a experimentar con estos elementos en sus propias obras.

Gracias a este trabajo he adquirido un extenso conocimiento sobre la vinculación de palabra e imagen en un ámbito emocional, y como utilizar estos dos elementos conscientemente, para mejorar la comunicación visual de cualquier diseño que realice en un futuro. A partir de esta experiencia, mi intención es seguir investigando y desarrollando nuevos proyectos que integren el diseño y fotografía, con el propósito de que conecten emocionalmente con el público. Este aprendizaje abre una puerta para explorar más a fondo cómo el diseño puede servir como herramienta para la expresión personal y el bienestar emocional.

8. BIBLIOGRAFÍA

- Al-aziz Al-sharif, A. (2008). UN ENFOQUE SEMÁNTICO-CONCEPTUAL SOBRE LA AMBIGÜEDAD POLISÉMICA EN EL OTRO, DE BORGES. *Revista de Investigación Lingüística*, 11, 309–338.
<https://revistas.um.es/ril/article/view/53811>
- Aldana, K. D. (2023). *Beneficios de escribir diariamente a través de herramientas terapéuticas como el journaling*. Colombia: Corporación Unificada Nacional de Educación Superior CUN.
- Callejo, J. M. (18 de marzo de 2023). *El arte como herramienta emocional*. nuevatribu.es: <https://www.nuevatribuna.es/articulo/cultura---ocio/arte-como-herramienta-emocional/20230318094436209739.html>
- Castillo, M. D. (9 de junio de 2023). *When photography and poetry meet in a book*. Bienal: <https://bienal.org.br/en/when-photography-and-poetry-meet-in-a-book/>
- Fernández, H. (2014). *Photobooks: Spain 1905-1977*. Museo Nacional Centro de Arte Reina Sofía.
- Ferrari, P. (s.f.). *Piper Ferrari*. <https://piperferrari.com/work>
- Heller, E. (2010). *Psicología del color: Cómo actúan los colores sobre los sentimientos y la razón*. Editorial GG.
- Kan, N. (s.f.). *Tipo de gráfico - El coraje suizo de Chris ashworth*. MAEKAN: <https://maekan.com/story/type-of-graphic-chris-ashworths-swiss-grit/>
- Kayser, D. P. (16 de julio de 2016). *Georges Hugnet The seventh face of the die*. NGV: <https://www.ngv.vic.gov.au/essay/georges-hugnet-the-seventh-face-of-the-die/>
- Nates, Ó. C. (10 de junio de 2012). *Walker Evans: Lo extraordinario en lo ordinario*. Oscar en fotos: <https://oscarenfotos.com/2012/06/10/walker-evans-lo-extraordinario-en-lo-ordinario/>
- Nates, Ó. C. (16 de septiembre de 2017). *Salu Leiter: Galería + mini bio*. Oscar en Fotos: <https://oscarenfotos.com/2017/09/16/saul-leiter-galeria-mini-bio/>
- Nicholls, J., Tallis, T., & Ling, K. (s.f.). *What is photopoetry? An exploration of the symbiotic relationship between poetry and photography*.

Photopedagogy:

<https://www.photopedagogy.com/photopoetry.html#:~:text=The%20term%20'photopoetry'%20and%20its,often%2C%20directly%20and%20symbiotically%20related.>

Nott, M. (2018). *Photopoetry 1845-2015: A critical History*. Bloomsbury Publishing USA.

Nott, M. (21 de junio de 2018). *What is Photopoetry?* Photocaptionist: <https://photocaptionist.com/what-is-photopoetry/>

Nunes, L., & Souza, R. (2006). Poesia Visual no Livro ET EU TU. *Estudos Semióticos*, 2. <https://doi.org/10.11606/issn.1980-4016.esse.2006.49169>

Plackonic, Y. (2021 de septiembre de 2021). *Collection of poems "pizhi TYT (different HERE)"*. Behance: [https://www.behance.net/gallery/126735593/Collection-of-poems-rzn-tut-\(different-HERE\)](https://www.behance.net/gallery/126735593/Collection-of-poems-rzn-tut-(different-HERE))

Porto, J. P. (21 de septiembre de 2022). *Expresión artística*. Definición de: <https://definicion.de/expresion-artistica/>

Rosero, J. (2019). *Las siete relaciones dialógicas entre texto e imagen*. [Trabajo de grado]. https://joserosero.com/wp-content/uploads/2021/06/LAS_SIETE_RELACIONES_DIALOGICAS_2019.pdf

Stafford, A. (2006). 'Paradis sans espoir'? Philippe Tagli's 'Photo-Graffiti' in the Parisian banlieue. *Irish Journal of French Studies*, 6, 53-65. <https://www.ingentaconnect.com/content/irjofs/ijfs>

Valls, E. (26 de septiembre de 2016). *Albert Mehrabian y su teoría sobre los sentimientos de las personas*. Pruébate Magazine: <http://pruebatemagazine.com/albert-mehrabian-y-su-teoria-sobre-los-sentimientos-de-las-personas/>

Vanguardia, L. (25 de agosto de 2017). *Una imagen (no) vale más que mil palabras*. La Vanguardia: <https://www.lavanguardia.com/cultura/20170825/43789746592/duane-michals-exposicion-fundacion-mapfre-barcelona-brl.html>

Vieira, S. (1 de febrero de 2020). *Oriol Maspons and Julio Ubina (photographs); Federico Garcia Lorca (poems) – Poeta en Nueva York*. New York Photobooks: <https://wp.me/p2rvzA-Cf>

Villagrasa Garcia, B. (31 de julio de 2023). *Técnica de la ventilación emocional: Expresar las emociones de manera adecuada*. BGV Psicología:
<https://bvgpsicologia.com/tecnica-de-la-ventilacion-emocional-expresar-las-emociones-de-manera-adecuada/?cn-reloaded=1>

9. ÍNDICE DE IMÁGENES

Fig. 1 Fotografía de Walker Evans: Workers Loading Neon "Damaged" Sign into Truck, West Eleventh Street, New York City, 1930.....	10
Fig. 2 Duane Michals: 'Dr. Heisenberg's Magic Mirror of Uncertainty', 1998...	11
Fig. 3 Duane Michals: 'Dr. Heisenberg's Magic Mirror of Uncertainty', 1998...	11
Fig. 4 Garcia, Maspons & Ubina: Poetas en Nueva York, 1996.	11
Fig. 5 Pablo Neruda & Sergio Larrain: Una Casa en la arena, 1966.	12
Fig. 6 George Hugnet: La septième face du dé, 1936.	14
Fig. 7 George Hugnet: La septième face du dé, 1936.	14
Fig. 8 Vinicius de Moraes & Pedro de Moraes: O mergulhador, 1968.	14
Fig. 9 Vinicius de Moraes & Pedro de Moraes: O mergulhador, 1968.	15
Fig. 10 Philippe Tagli: Paradis Sans Espoir, 1998.	15
Fig. 11 Philippe Tagli: Paradis Sans Espoir, 1998.	15
Fig. 12 Philippe Tagli: Paradis Sans Espoir, 1998.	15
Fig. 13 Arnaldo Antunes & Marcia Xavier: Et Eu Tu, 2003.....	16
Fig. 14 Arnaldo Antunes & Marcia Xavier: Et Eu Tu, 2003.....	16
Fig. 15 Arnaldo Antunes & Marcia Xavier: Et Eu Tu, 2003.....	16
Fig. 16 Chris Ashworth: SOON Laurence King, 2002.....	16
Fig. 17 Saul Leiter: Jean Pearson, 1948.....	17
Fig. 18 Piper Ferrari: Poster Collection II, 2022.	17
Fig. 19 Yana Plackonic: Collection of poems "пізні ТУТ (different HERE)", 2021.	17
Fig. 20 Arnaldo Antunes & Marcia Xavier: Et Eu Tu, 2003.....	18
Fig. 21 Captura de escritos en libreta física.	19
Fig. 23 Captura de escritos en Google docs., titulado Wild mind.....	19
Fig. 22 Captura de escritos en las Notas del móvil.	19
Fig. 24 Calendarización anual del proyecto.	19
Fig. 25 Proceso creativo, lluvia de ideas.	20
Fig. 26 Proceso creativo, organización de capítulos.	20
Fig. 27 Prototipo de carpeta físico.	21
Fig. 28 Medidas de la carpeta.	21
Fig. 29 Paleta cromática.....	22
Fig. 30 Tipografía Appareo.....	23
Fig. 31 Tipografía Neue Haas Unica W1G Bold.....	23
Fig. 32 Retícula base.	24
Fig. 33 Retícula base.	24
Fig. 34 Retícula base.	24
Fig. 35 Proceso de encuadernación Singer, con máquina de coser.	24
Fig. 36 Fotografía en crudo: Cartas para nadie, pág. 20-21.....	25
Fig. 37 Fotografía en crudo: Historias que nunca sucedieron, pág. 12-13.	25
Fig. 38 Fotografía editada: Cartas para nadie, pág. 20-21.....	25

Fig. 39 Fotografía editada: Historias que nunca sucedieron, pág. 12-13.	25
Fig. 40 Ilustración: Una mente que grita, pág. 12-13.	25
Fig. 41 Ilustración: Una mente que grita, pág. 8-9.	26
Fig. 42 Fotografía editada: Cartas para nadie, pág. 12-13.....	26
Fig. 43 Fotografía editada: Cartas para nadie, pág. 28-29.....	26
Fig. 44 Ilustración: Una mente que grita, pág. 16-17.	27
Fig. 45 Fotografía editada: Una mente que grita, pág. 20-21.....	27
Fig. 47 Fotografía editada: Historias que nunca sucedieron, pág. 6-7.	28
Fig. 46 Fotografía editada: Historias que nunca sucedieron, pág. 18-19.	28
Fig. 48 Diseño interno de carpeta, Mente ruidosa.	28
Fig. 49 Diseño externo de carpeta, Mente ruidosa.	28
Fig. 50 Diseño de portada de Historias que nunca sucedieron.	29
Fig. 51 Diseño de portada de Una mente que grita.....	29
Fig. 52 Diseño de portada de Cartas para nadie.....	29
Fig. 53 Frases iniciales y finales de los libros.	30
Fig. 54 Vista general, Cartas para nadie.	31
Fig. 55 Vista general, Una mente que grita.	33
Fig. 56 Vista general, Historias que nunca sucedieron.	34
Fig. 57 Carpeta desplegada.....	36
Fig. 58 Carpeta con los tres libros.....	36
Fig. 59 Colecciones y foto de la introducción narrada en la carpeta.....	36
Fig. 60 Detalle de encuadernado Singer.....	36
Fig. 62 Título de los tres libros.....	36
Fig. 61 Primera página de los tres libros.....	36
Fig. 63 Papel vegetal, Cartas para nadie pág. 15-16.....	37
Fig. 64 Conjunto de páginas de Cartas para nadie.	37
Fig. 65 Papel vegetal, Una mente que grita pág. 4-7.....	37
Fig. 66 Conjunto de páginas de Una mente que grita.	37
Fig. 68 Historias que nunca sucedieron pág. 11-12.....	37
Fig. 67 Conjunto de páginas de Historias que nunca sucedieron.....	37
Fig. 69 Presupuesto de creación del proyecto.....	38

10. ANEXOS

10.1. ANEXO I. RELACIÓN DEL TRABAJO CON LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE DE LA AGENDA 2030



ANEXO I. RELACIÓN DEL TRABAJO CON LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE DE LA AGENDA 2030

Anexo al Trabajo de Fin de Grado y Trabajo de Fin de Máster: Relación del trabajo con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la agenda 2030.

Grado de relación del trabajo con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).

Objetivos de Desarrollo Sostenible	Alto	Medio	Bajo	No procede
ODS 1. Fin de la pobreza.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 2. Hambre cero.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 3. Salud y bienestar.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ODS 4. Educación de calidad.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ODS 5. Igualdad de género.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 6. Agua limpia y saneamiento.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 7. Energía asequible y no contaminante.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 8. Trabajo decente y crecimiento económico.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 9. Industria, innovación e infraestructuras.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 10. Reducción de las desigualdades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 11. Ciudades y comunidades sostenibles.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 12. Producción y consumo responsables.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ODS 13. Acción por el clima.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ODS 14. Vida submarina.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 15. Vida de ecosistemas terrestres.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 16. Paz, justicia e instituciones sólidas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
ODS 17. Alianzas para lograr objetivos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Descripción de la alineación del TFG/TFM con los ODS con un grado de relación más alto.



**Anexo al Trabajo de Fin de Grado y Trabajo de Fin de Máster:
Relación del trabajo con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la agenda 2030.**

3. Salud y bienestar:

Este proyecto, basado en una colección de poemas que exploran temas como la ansiedad, la melancolía y el anhelo, busca promover el bienestar emocional y mental mediante el arte y la literatura. Al poner en palabras y en imágenes experiencias emocionales profundas, la obra aspira a crear un espacio de empatía y de comprensión. Al compartir estos poemas de una forma visualmente atractiva y reflexiva, se fomenta la identificación y normalización de estas emociones, contribuyendo así al bienestar emocional del público, en especial de jóvenes y adultos jóvenes. Además, el proyecto utiliza el diseño para aportar una perspectiva visual que puede motivar a los lectores a explorar y cuidar su propio estado emocional.

4. Educación de calidad:

Este trabajo también tiene una fuerte función educativa: a través de la expresión artística, el proyecto fomenta la apreciación de la poesía como una herramienta para el autoconocimiento y la introspección. Se busca que el lector no solo disfrute de una experiencia estética, sino que reflexione sobre las emociones y las palabras. Además, el enfoque experimental de la obra en términos de diseño editorial y fotográfico, así como el uso innovador de la tipografía, puede servir como inspiración para otros estudiantes y profesionales del diseño gráfico, promoviendo una educación que valora la creatividad, la sensibilidad artística, y el aprendizaje práctico en el ámbito editorial y visual.

12. Producción y consumo responsable

Para reducir el impacto ambiental del proyecto, se ha tenido en cuenta el uso responsable de los recursos materiales y técnicos en la producción de este libro. Se ha optado por una elección de materiales respetuosos con el medio ambiente, como papeles reciclados y acabados naturales. Asimismo, el proceso de encuadernación ha sido seleccionado para minimizar el uso de adhesivos y materiales no renovables, optando por técnicas de costura artesanal y papeles texturizados que evitan el uso de plastificados o barnices innecesarios.

10.2. ANEXO II. DESGLOSE DEL PRESUPUESTO

Presupuesto	Descripción	Precio por unidad	Cantidad	1 Colección	5 Colecciones
Conceptualización	Cobro por hora trabajada	25,00 €	20 h	500,00 €	500,00 €
Fotografías	Cobro por unidad	25,00 €	14 u	350,00 €	350,00 €
Edición	Cobro por hora trabajada	50,00 €	15 h	750,00 €	750,00 €
Ilustraciones	Cobro por unidad	20,00 €	6 u	120,00 €	120,00 €
Textos	Cobro por unidad	25,00 €	21 u	525,00 €	525,00 €
Diseño y maquetación	Cobro por hora trabajada	25,00 €	60 h	1.500,00 €	1.500,00 €
Pruebas Impresión	Impresión realizada para confirmar que el trabajo no tuviese errores en la versión física	30,87 €	1 u	30,87 €	30,87 €
Impresión libros	Impresión en papel Materica Gesso 120g. Precio de la reprografía Línea 2	7,38 €	3 u	22,15 €	110,78 €
Impresión carpeta	Impresión en papel Tintoretto 220g. Precio de la reprografía Línea 2	1,31 €	2 u	2,60 €	13,00 €
Materiales encuadernación	Hilo de coser, ganchos para sujetar los papeles, bobinas para coser.	0,60 €, 1,20 € y 2,65 €	3, 1 paquete, 1 paquete	0,38 €	5,65 €
Materiales para creación de la carpeta y detalles de libro	Tablero de corte, troqueladora de esquinas	5,99 € y 9,99 €	1 u y 1 u	15,98 €	15,98 €
Trabajo de encuadernación	Encuadernación a cosido de cada libro con máquina de coser	0,67 €	1,5 h	2,00 €	30,00 €
Trabajo de armar carpeta	Juntar los folios y cortar la forma de la carpeta a mano y armarla.	20,00 €	2 h	8,00 €	40,00 €
Corte de tres lados	Corte del exceso de papel con guillotina. Precio de la imprenta RQR.	0,66 €	15 u	2,00 €	10,00 €
Adobe Creative Cloud	Suscripción estudiantil por mes	19,66 €	6 meses	117,96 €	117,96 €
Total		250,55 €		3.946,94 €	4.119,24 €
Iva 21%				828,86 €	865,04 €
TOTAL				4.775,79 €	4.984,28 €

10.3. ANEXO III. PLIEGOS INTERNOS FINALES DE LOS POEMARIOS





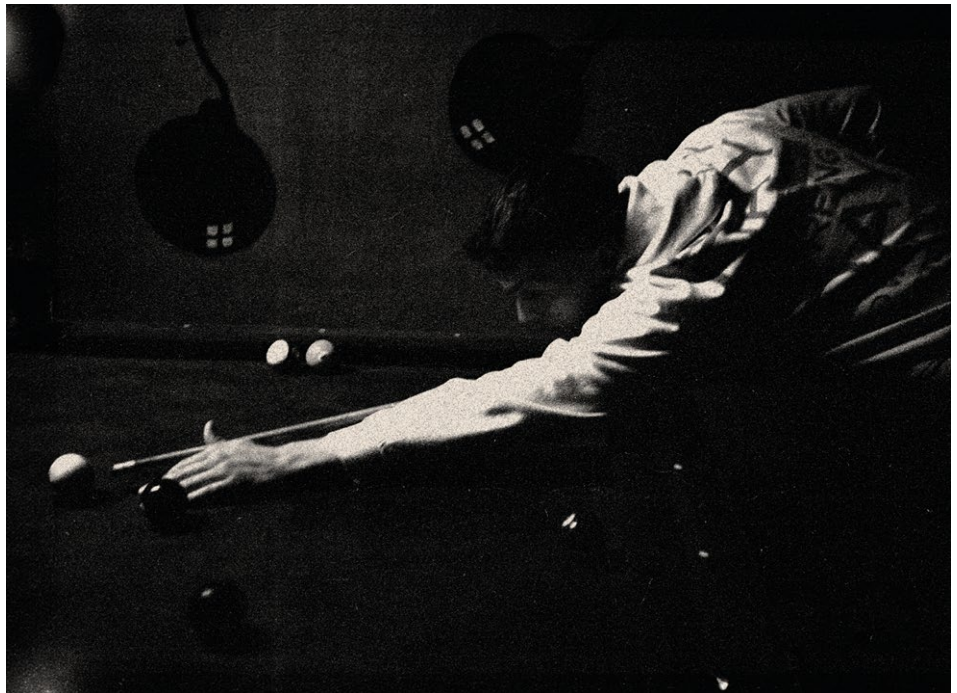
Mente ruidosa

Isabella Cabral

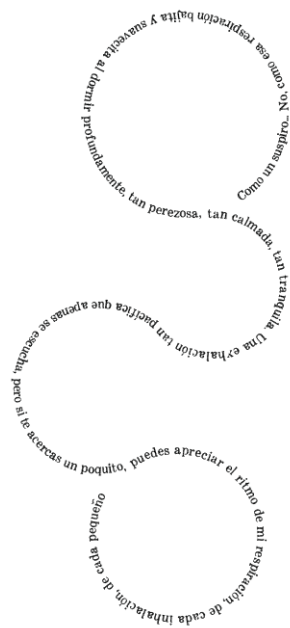
Cartas para nadie

Cartas para nadie

A veces nos quedamos sin decir
y tanto que sentir...



Mentorep Tres editis dolupta experat dia sunt. segundos, Is ilique ero optate solo tres, rernam laborem quaeratet volore magnim veliqui omnis eostior atium faceria sum velitatinis faltaron consecetur andae porest para quebrarme. qui asped ma sectium ¿Por qué a mi? et uta sitat. Obita volorecum reperepta ipsam nis at. Tres horas num ipide restrum quossi core fueron las que volorrunt. Usapiet voluptae esequodis dolupiciist as ad minim veniminciet accus sit doluptas dolore estuve dándole nit alitate nemposapis vueltas et et que maximperfero occabo. No quiero sentir esto ene sequi dolorempos adit ero a lo que siento. vendipsandel eos ullor acium, tet ullaut lam andis moluptam no quiero ns ut qui sin consequo Tres silabas officita voluptistis Te quiero corescit, im faccum coreptat. Harumqu assimperit explic tenditate optat volo te son lo que siento y dos simples num dio quibus silabas nihi ssequi son lo que alicimus ullupturibus ditio. Ese simusam, consequae parum hillab debo hacerlo, alejarme ra dolupis explati sanda debo hacer. volumenis andis ea no quiero Irme, doluptat. Cea voluptaspel ellaccum ratisqu atinctus consed experibusam quae Me gustas arci faccum una palabra alibusa in cus nem et as eos acia velit re es moluptus. Mus comnis moluptiam a aut aut moloris moluptus tan pequeña, eum velest harume oditium imporitaquos vendellorro occusciasit id quiae pos essi commoluptio cum que nonse tan dolorosa. Venemol nem pratemo lo siento luptaer enditate nest, perdóname occullias officil is aliscimus Me gustas y no debes gustarme.



PAPEL VEGETAL



PAPEL VEGETAL

que sale de mi boca al dormir
 tan cómodamente. Baila al son de mi respiración, siguiendo cada ritmo de él, como si fueran un solo abrazándose cariñosamente.

Exactamente así se quiere escapar un te quiero de mis labios, así tan bajito, que apenas me escuches para estar contigo.

Cómo no notar tu mera presencia, si tan solo con tu caminar cual bestia, centras la atención de ojos curiosos, que atónitos por flamante figura, no apartan la mirada por largos segundos. No pretendas que no caiga, cuando todos han entrado en semejante agujero sin salida; piensas que peculiar llega a ser, por notar aquellas perlas, pero profundamente asimilas que no soy la única. No ignores lo que conoces, por haber tapado aquellos faroles, todavía puedes procesar lo usual, aunque aquellos se han oscurecido, deja de analizar lo irreal y aférrate a lo vivo.

me haces sentir
 caminar, intento escuchar
 busco llamar tu atención, tu
 cabeza, ansío tu rose,
 cercanía, busco tu calor,
 en mi oído, quiero tus
 las cuerdas de la guitarra,
 que rodees tus brazos en mi
 risa, o tus estúpidos chistes,
 las pequeñas arrugas que
 boca, deseo tu respiración
 por tus labios recorriendo cada
 mis dedos por cada curva de
 agonizo por tu atención, y

PAPEL VEGETAL

Ya no nada. No no no
 no no no no
 no no no ni
 no ni ni
 ya no
 ni no ni
 no mucho menos pero
 los dos sabemos que intento convencerme más a mí que a ti.

PAPEL VEGETAL

busco tu mirada, observo tu
tu voz desde la distancia,
nombre da vueltas en mi
deseo tus labios, quiero tu
muero por escucharte susurrar
canciones, verte acariciar
espero escucharte cantar,
cintura, anheló escuchar tu
me obsesiona tu sonrisa,
se forman alrededor de tu
mezclada con la mía, muero
centímetro mi piel, recorrer
tu espalda o de tu mandíbula,
por tu amor



Tu mirada me quema, incendia cada centímetro de piel sin pudor alguno. Es tan penetrante que apenas puedo soportarla por un segundo más. Cada vez que la siento, mis nervios se disparan, me retuerzo intranquila y te siento a milímetros de mi piel aunque estés a metros de distancia. Me pregunto si eres consciente del efecto que causas en mí. La chispa traviesa que se esconde tras tus ojos me hace creer que sí, que lo haces a propósito. Y me pregunto qué sucedería si alguna vez logro sostener esa mirada que tanto me intimida.

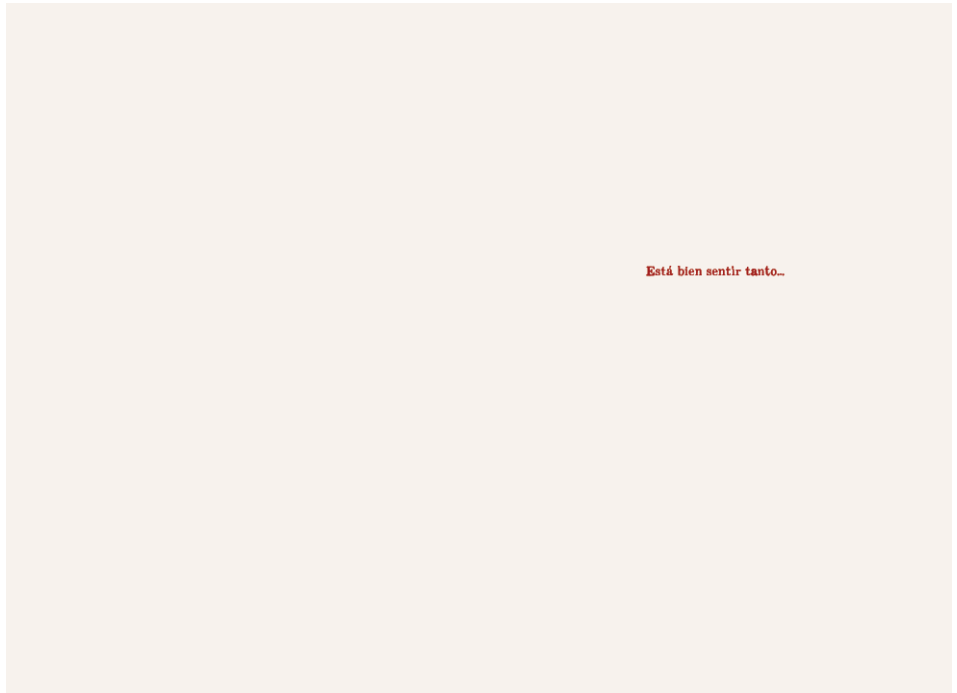
PAPEL VEGETAL

Tu mirada me quema, incendia cada centímetro de piel sin pudor alguno. Es tan penetrante que apenas puedo soportarla por un segundo más. Cada vez que la siento, mis nervios se disparan, me retuerzo intranquila y te siento a milímetros de mi piel aunque estés a metros de distancia. Me pregunto si eres consciente del efecto que causas en mí. La chispa traviesa que se esconde tras tus ojos me hace creer que sí, que lo haces a propósito. Y me pregunto qué sucedería si alguna vez logro sostener esa mirada que tanto me intimida.





Una mente que grita



Está bien sentir tanto...

¿Por qué se siente tan pesado? todo el día, todo el tiempo, pesa. El corazón me pesa, mi cuerpo entero, me pesa, hasta ese nudo en la garganta que está ahí, siempre, está ahí cada vez que me despierto, todo me pesa, o me acuesto, está ahí. Esa mano que envuelve mi pecho, suéltame, déjame ir, y lo estruja, me aprisiona, como si quisiera romperlo. El alma me pesa, pesa pesa pesa pesa y no lo digo metafóricamente, no quiero sentirlo, de verdad siento como pesa, pesa pesa pesa pesa es algo que está ahí siempre, no se va, aunque a veces lo ignoro; sigue ahí, siempre, otras veces, apenas se siente, sigue ahí, sigue ahí y otros días podría morir con tanto peso, vete vete vete vete, ahogándome y quiero respirar, deteniendo mi corazón, deja mi corazón. Solo quisiera que ese algo que me pesa y aprisiona me dejara ir, vete vete vete vete, pero no sé qué es, ¿qué eres?, ese algo, un suspiro, solo uno, respirar, y por ahora, ¿por qué yo? solo seguiré, solo quiero respirar, arrastrándolo.



PAPEL VEGETAL



El

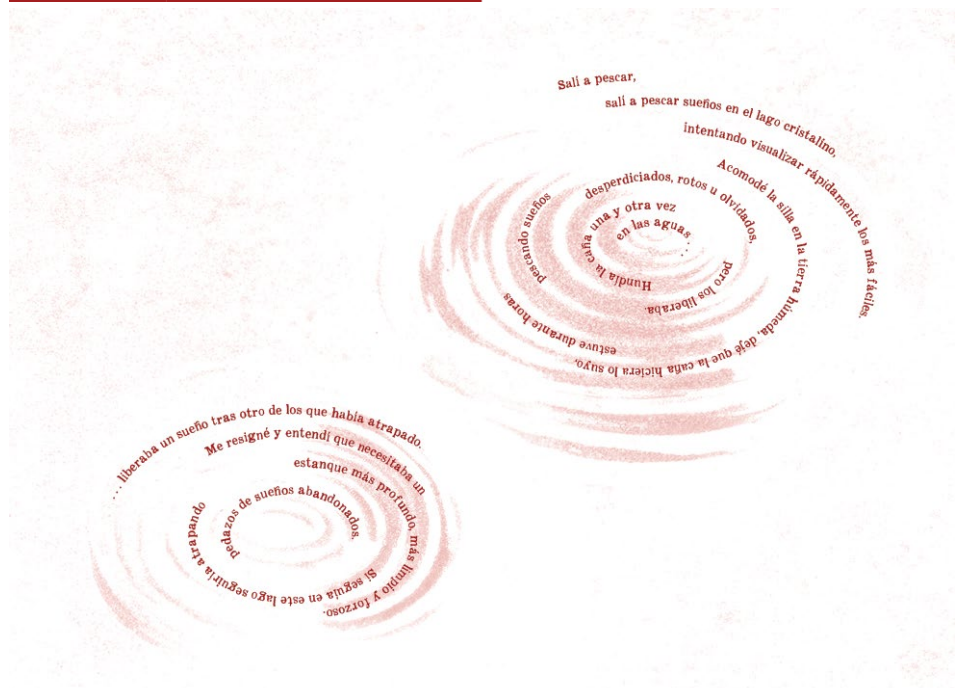
alma

Mi

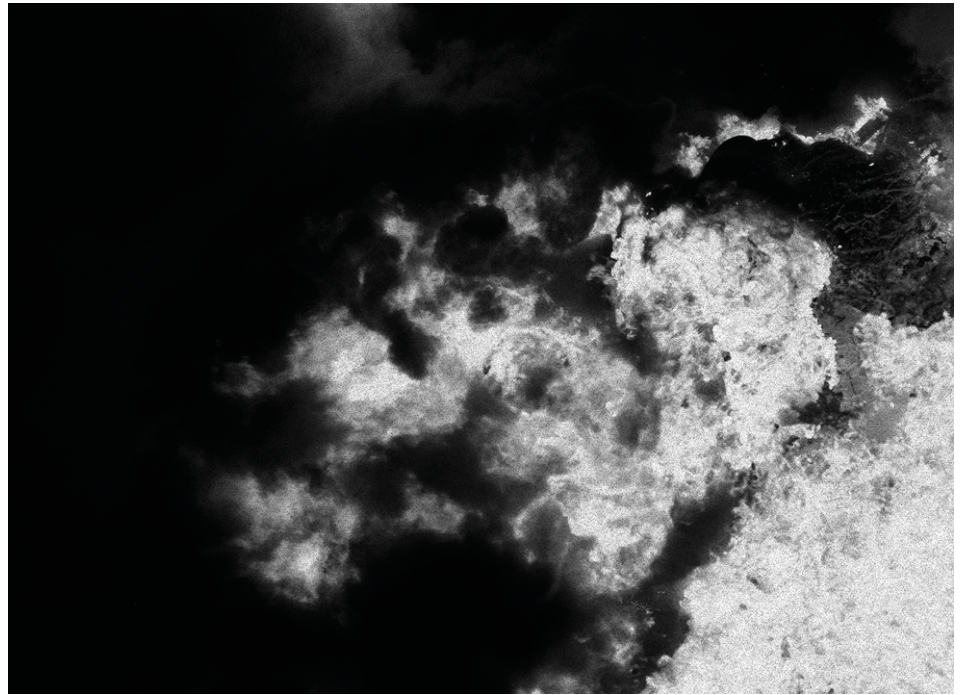
corazón

Mi

cuerpo



Sali a pescar,
sali a pescar sueños en el lago cristalino,
intentando visualizar rápidamente los más fáciles,
Acomodé la silla en la tierra humeada, después que la caña hiciera lo suyo,
estuve durante horas
perdiendo sueños
desperdiciados, rotos u olvidados,
Hundía la caña una y otra vez
en las aguas...
pero los liberaba
... liberaba un sueño tras otro de los que había atrapado.
Me resigné y entendí que necesitaba un
estanque más profundo, más limpio y forzoso.
Si alguna vez en este lago seguiré atrapando
pedacitos de sueños abandonados.



Podrás callar lo que en tu cabeza
 las mentiras más profundas,
 rrándolos bajo toneladas de indi
 las ganas enfurecidas dentro de
 pedazos del pasado, intentando
 que más temas. Intentarás vivir
 no puedes, lo que no permites.
 sigue sin descanso, pero te escon
 olvidado, un corazón inútil que ha
 tiempo, que no perdona las conse
 retumba, solo si salen de tu boca
 ahogará tus sentimientos ente
 ferencia inexistente. Controlarás
 esa jaula que has construido con
 que no salgan y se repita aquello
 sin sentir, morir sintiendo lo que
 Corres de lo evidente, que te per
 derás bajo escombros del corazón
 sido destruido por el peso del
 cuencias de un amor intoxicado.

El cielo lloró por
tres días seguidos,
cuando los rayos se asomaron a
través del vacío nublado.

l
l
o
r
é
e
l
p
o
r
s
o
l
l
l
o
r
é
p
o
r
l
a
l
u
n
a

por el cielo que se
había secado,
pero yo ni había
comenzado.

l
l
o
r
é
e
l
p
o
r
s
o
l
l
l
o
r
é
p
o
r
l
a
l
u
n
a

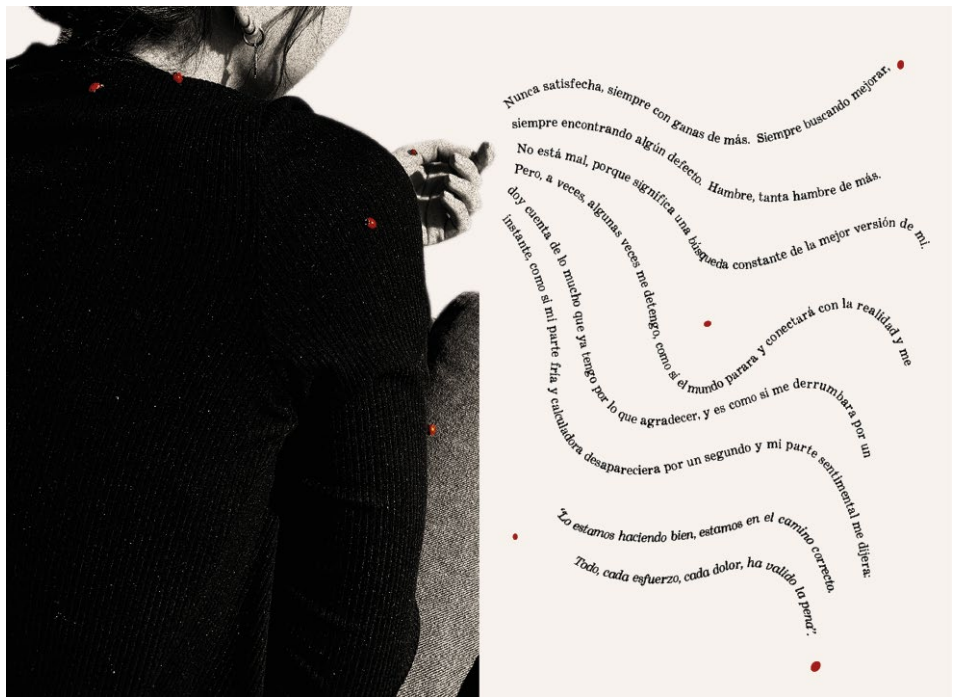


Es como
si una fina
capa protegiera
mi interior, pero
también se siente
como si me pesara el
corazón. A veces mi
cuerpo se enciende, y mi
cabeza se apaga; otras
veces, mi mente se vuelve
un torbellino y mi cuerpo
se extingue y con él, mi
corazón, que no siente ni
un solo latido, que aunque
esté ahí bombeando, es
como si se hubiese
ido. Y solo me
pregunto ¿qué
pasa?, no me
puedo

enfocar
en nada. Es
como si todo
suciedera tras una
cortina, una neblina.
Ocurre tan rápido y tan
lento a la vez, como un
sueño inentendible que
cuando acaba, aunque sé
que algo ha pasado, no
recuerdo nada, no siento
absolutamente nada, y
solo estoy ahí, parada
en un cuarto oscuro sin
entender el porqué me
siento así o más bien
sin comprender mi
incapacidad de
sentir.

Expectativas altas y bajas esperanzas;
 lo repito una y otra vez y una y otra vez.
 Esperanzas que nunca se cumplen una y otra vez.
 Aparece alguien nuevo, una y otra vez,
 y se van de mi vida, una y otra vez.
 Aparece alguien nuevo, una y otra vez,
 y se van de mi vida, una y otra vez.
 Un ciclo del que no parece salir,
 conociendo al fin uno de cien que
 me hace voltear cada vez que vibra el teléfono;
 vibra el teléfono;

pero como suben mis expectativas,
 su interés cae como piedra, y vuelvo
 al inicio. su interés cae como piedra,
 y vuelvo al inicio.
 Después una y otra vez empiezo
 conversaciones, una y otra vez, me
 siento peor, una y otra vez.
 una y otra vez, me siento
 peor, una y otra vez.
 ¿Volvemos a sentirnos tan vacías
 como en un inicio?
 ¿Volvemos a sentirnos tan vacías
 como en un inicio?



A veces extraño pintar.
Nunca aprendí correctamente
la anatomía.
pero extraño estar sentada
por horas,
tan enfocada en conseguir los
tonos perfectos,

con la música a todo volumen,
vacío,
todo tan silencioso,
con la música a todo volumen.
A veces extraño pintar porque
mi mente se tranquilizaba y
simplemente dejaba de pensar.
Solo era yo, un desastre a mi
alrededor,
solo yo y el olor a químicos en
la habitación.
Solo era yo.

A veces extraño pintar.
Nunca aprendí correctamente
la anatomía.
pero extraño estar sentada
por horas,
tan enfocada en conseguir los
tonos perfectos,

con la mente en blanco,
vacío,
todo tan silencioso,

PAPEL VEGETAL

PAPEL VEGETAL

A veces extraño pintar porque
mi mente se tranquilizaba y
simplemente dejaba de pensar.
Solo era yo, un desastre a mi
alrededor,
solo yo y el olor a químicos en
la habitación.
Solo era yo.

con la mente en blanco,
vacío,
todo tan silencioso,
con la música a todo volumen.
A veces extraño pintar porque
mi mente se tranquilizaba y
simplemente dejaba de pensar.
Solo era yo, un desastre a mi
alrededor,
solo yo y el olor a químicos en
la habitación.
Solo era yo.

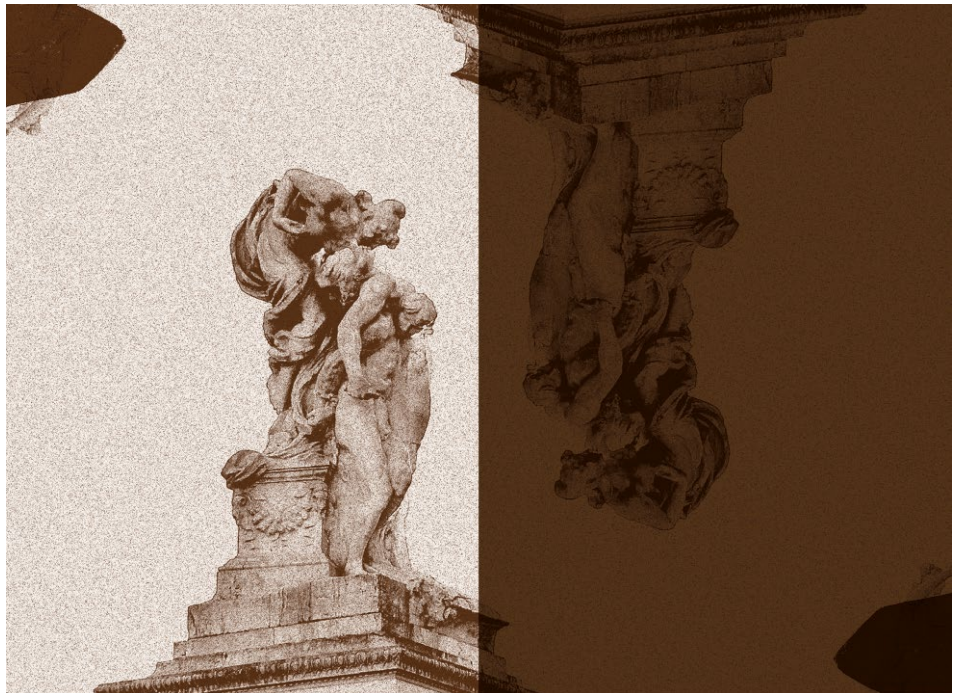


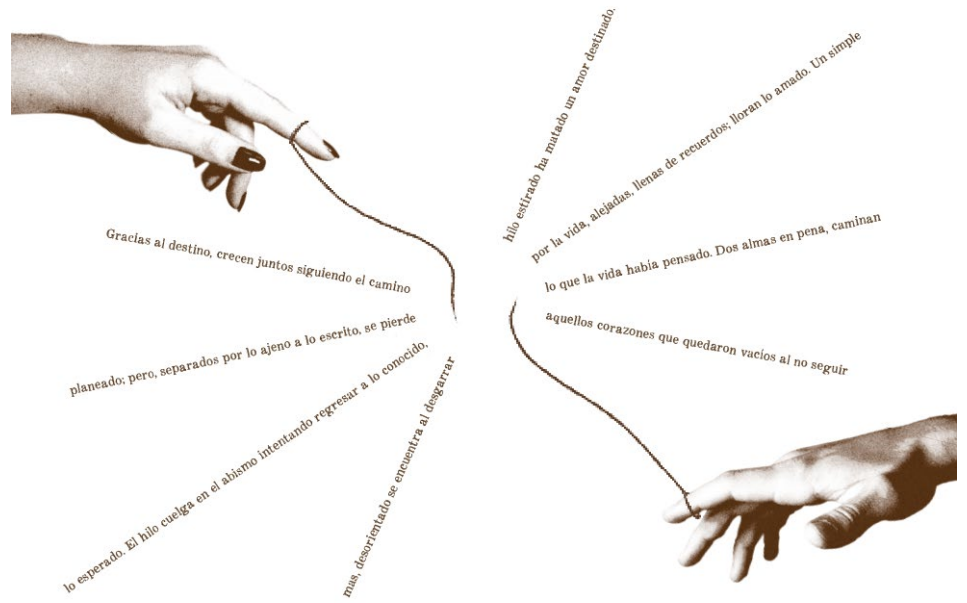
No olvides sentir...

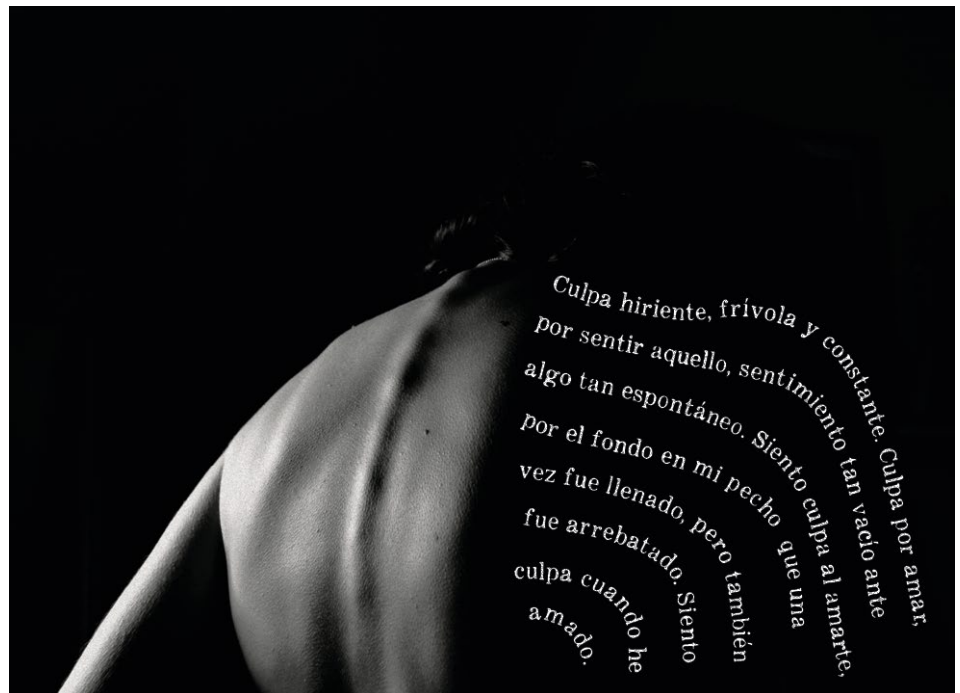
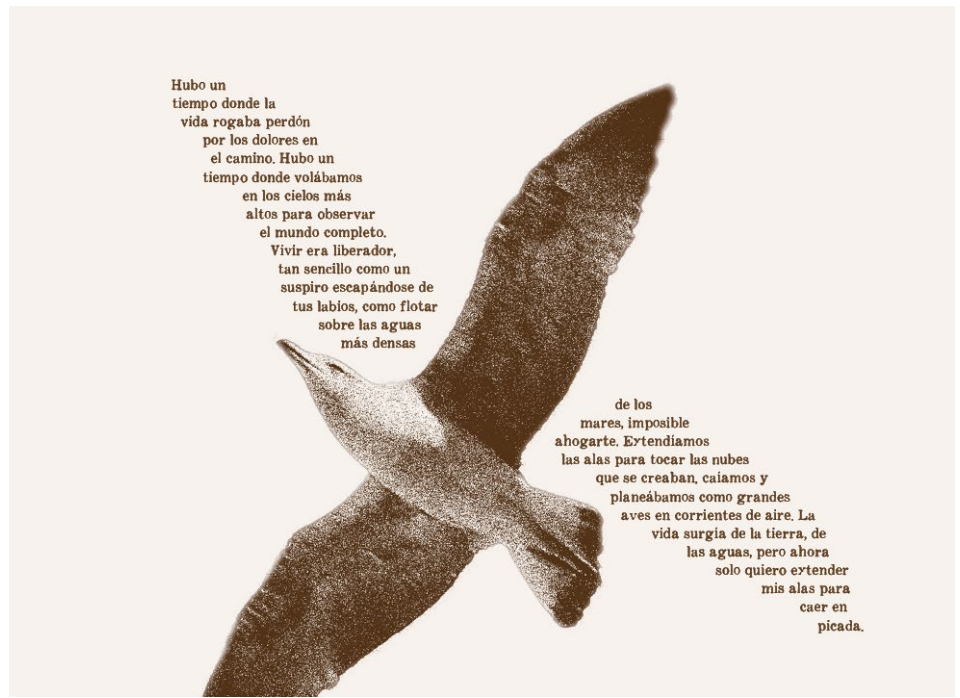


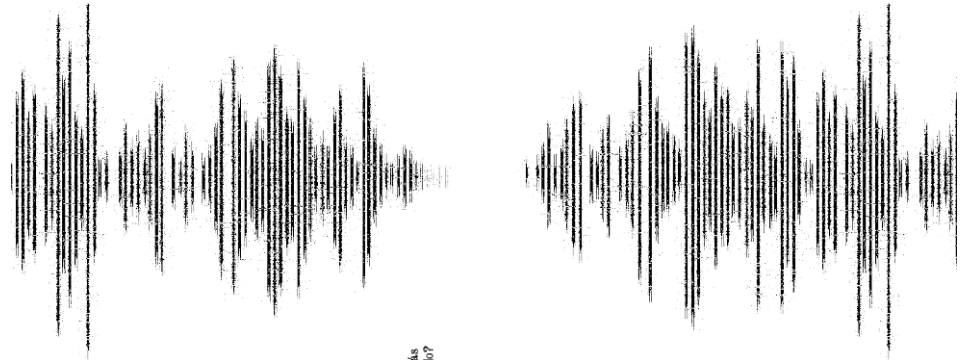
**Historias que
nunca sucedieron**

Te cuento una pequeña
parte de la historia...



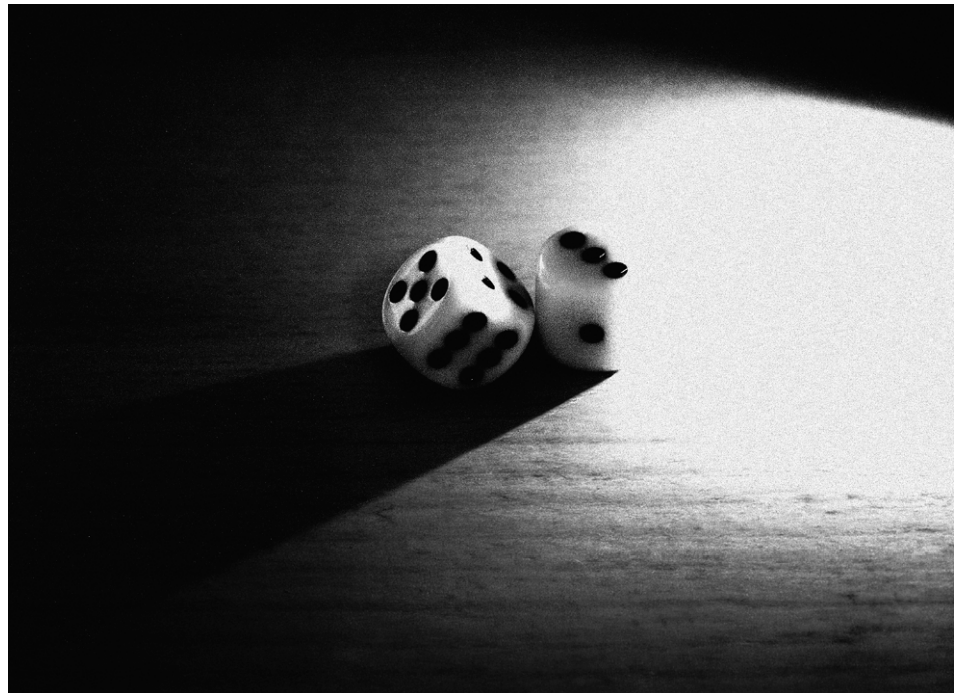






Estrechos pasillos,
risas retumbaban,
suspiros de cansancio y
conversaciones
largas. Mi
mirada iba de un lado
a otro, mis palabras
dejaban mi boca
y las risas se escapaban; no escuché más
nada. Mi garganta se
cerró y mis
ojos eran sorpresa
pura. Habías cambiado, pelo más
corto y tal vez más
alto; ¿acaso estabas bronceado?
¿Cuánto había
pasado?

Pero esos ojos
marrones seguían
intactos. Cuando
conectaron con los míos,
tuve que
apartarlos. "No te dejes
llevar", me dije a mi
misma. ¿Una sola
mirada que
dijo todo?
huber causado? Mantén tus
barreras e ignora
lo que ha
pasado. Seguí
mi camino,
mientras voces y
suspiros ondeaban
a mi oído.





Ojos
azules, grises,
verdes. Las personas
aman esos ojos claros;
presentan una inocencia,
tan delicados, tan
extraños, sorprendentes.
Imposible no destacar.
Pero, ojos marrones,
malditos ojos marrones,
pueden ser miel, castaños,
chocolate, avellana, o esos
tan oscuros, casi
negros y profundos.
Son un color tan
común, cotidiano, tan
desapercibido. Pero esa
sensación. Conoces esa
sensación, cuando unos ojos oscuros
te miran directamente,
te comen, te llevan a otro lugar.

Son
tan
intimidantes que
tienes que
quitar la vista
para no sonrojarte.
Te encantan los
ojos claros, pero esos
aros marrones te acechan,
tocan tu alma.
Te encanta la sensación
de desafío, de peligro,
el corazón se te acelera
y la adrenalina llega
hasta su mayor punto;
hasta que te obligas
a apartar la mirada.
Y añoras la sensación,
deseas volver a
conectar la mirada.
Esos ojos marrones
te matan.

