

Final Boss Project



PROYECTO
WOTOBÉ

Working Together Better

**MAÑANA SERÁ EL MEJOR DÍA DE TU VIDA
UNA INICIATIVA DE: FINAL BOSS PROJECT**

PROYECTO WoToBe | WORKING TOGETHER BETTER

¿QUÉ ES EL PROYECTO WOTOBE? 3

NUESTRAS BASES 3

 PREVENCIÓN..... 3

 PROYECTOS SOCIALES 3

 CHARLAS..... 3

ALCANCE OBJETIVO 4

CUOTA DE MERCADO 4

¿QUÉ CONTENIDO Y ACCIONES REALIZAMOS?..... 5

VIDEOS PSICOEDUCATIVOS..... 5

CASOS REALES..... 5

DONACIONES Y SU FUNCIONALIDAD 5

TRATAMIENTO MAGNÉTICO TRANSCRANEAL REPETITIVO (EMTR) 6

 TIPOS DE ESTIMULACIONES..... 6

 ¿CÓMO FUNCIONA EL TRATAMIENTO? 6

 PRECIO DEL TRATAMIENTO..... 6

 ¿CUÁNDO SE LLEVARÁ A CABO EL TRATAMIENTO? 6

PROYECTO WOTOBE | WORKING TOGETHER BETTER 7

PROYECTO WOTOBE | MYSTERY BOX 7

 DAR FELICIDAD..... 7

 PERSONALIZACIÓN 7

 ALTRUISMO..... 7

 VERDE..... 7

SERIE | PROYECTO WOTOBE | JUNTOS POR LA SALUD MENTAL 7

RESUEM Y AGRADECIMIENTOS 8

¿QUÉ ES EL PROYECTO WoToBe?



FINAL BOSS PROJECT es un proyecto liderado por **WoToBe** y compuesto por **David, Anna y Llum**. Este proyecto se originó a partir de la habilidad y capacidad innata de David en diseño, automatización, creatividad, ingenio y superación personal, así como el incansable trabajo de Anna en backend de ofimática, copywriting, creación de contenido y gestión de redes, y el apoyo incondicional y actuaciones estelares de Llum.

WoToBe (Working Together Better) está diseñado para tratar tres áreas de trabajo diferenciadas: la **Creación de Contenido** (a través del canal de FINAL BOSS PROJECT), el **Coaching Tecnológico** (para la digitalización y acceso universal a herramientas digitales) y los **Proyectos de Salud Mental** (para recaudar fondos para financiar tratamientos contra la ansiedad, depresión y prevención del suicidio en jóvenes que no tienen recursos).

NUESTRAS BASES



PREVENCIÓN

Proyecto WoToBe es mucho más que una solución para problemas de audio, también se enfoca en prevenir y crear conciencia sobre la importancia de la Salud Mental. Como sabemos, la **Salud Mental es un tema de gran relevancia en nuestra sociedad, y es por eso que Proyecto WoToBe ha creado diversas iniciativas para fomentar la prevención y la educación sobre este tema.**

Una de las principales formas en las que Proyecto WoToBe ayuda en la prevención de problemas de Salud Mental es a través de la música. **La música es una herramienta muy poderosa que puede ayudar a reducir el estrés, la ansiedad y la depresión. Es por eso que Proyecto WoToBe ha creado listas de reproducción especialmente diseñadas para mejorar el estado de ánimo y reducir el estrés, lo que a su vez puede mejorar la Salud Mental en general.**



PROYECTOS SOCIALES

Proyecto WoToBe es una marca comprometida con la **responsabilidad social, por lo que ha creado diversos proyectos que buscan dar felicidad a la comunidad y ayudar a asociaciones que trabajan en mejorar la Salud Mental y el bienestar de los animales en perreras.**

Una de las iniciativas que Proyecto WoToBe ha creado es **la donación de una parte de sus ganancias a asociaciones que se enfocan en la Salud Mental**, tales como centros de atención psicológica y organizaciones sin fines de lucro que trabajan en la prevención y educación sobre problemas de Salud Mental. De esta manera, Proyecto WoToBe no solo se enfoca en crear productos de alta calidad, sino que también busca apoyar a la comunidad en la mejora de su Salud Mental.

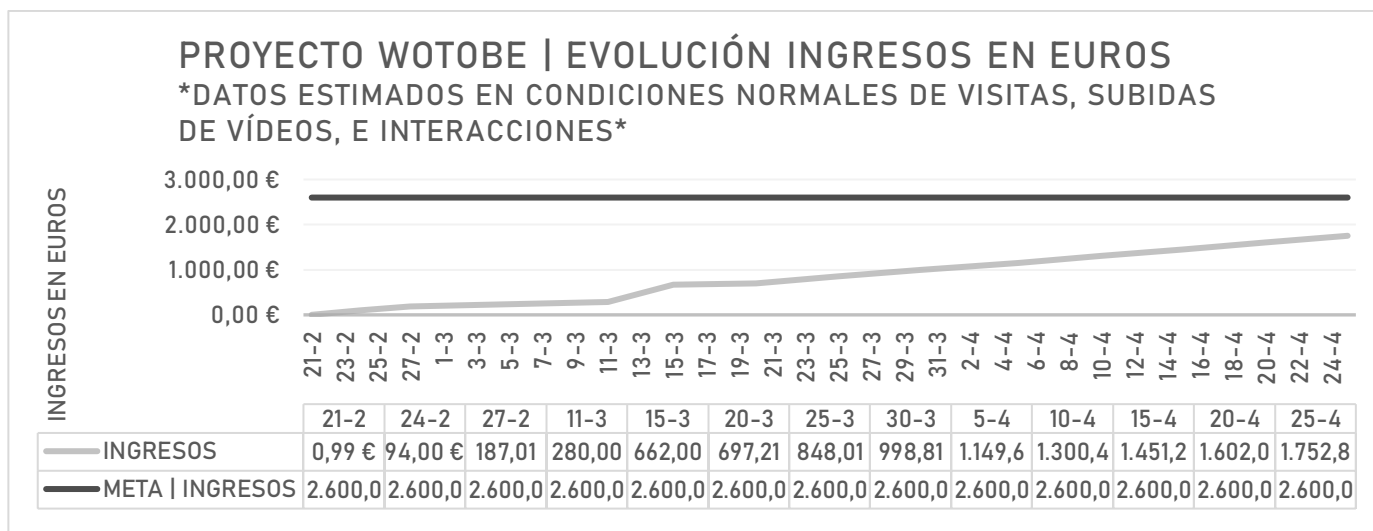


CHARLAS

En Proyecto WoToBe estamos **comprometidos en brindar información y educación sobre temas tabú de la Salud Mental y conceptos psicológicos importantes.** Sabemos que la falta de conocimiento y comprensión sobre estos temas puede generar miedo, incompreensión y estigmatización, y por ello queremos contribuir a generar un cambio.

Para lograr esto, **ofrecemos charlas y conferencias en diferentes ámbitos, desde escuelas y universidades hasta empresas y organizaciones.** En estas charlas abordamos temas como la ansiedad, la depresión, el estrés, el suicidio y otros problemas de Salud Mental que afectan a muchas personas hoy en día.

ALCANCE OBJETIVO

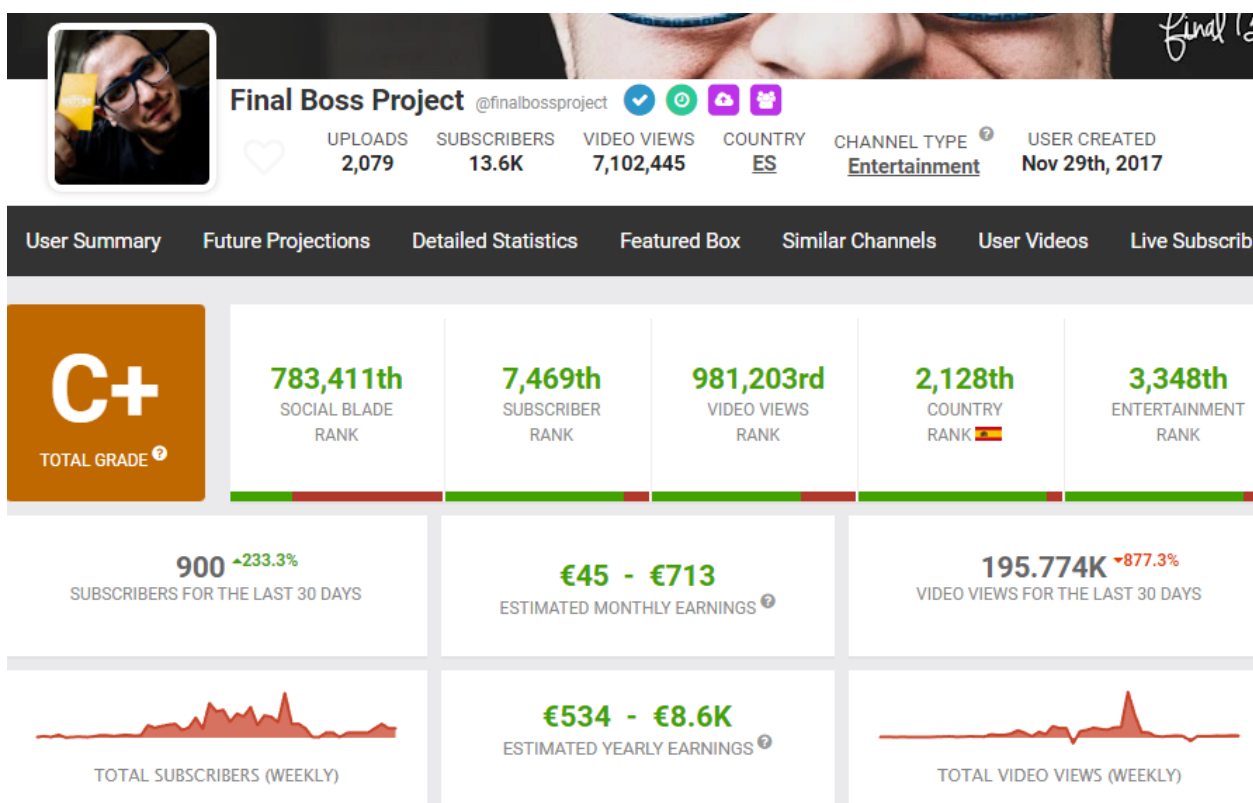


Entre los mayores hitos de **FINAL BOSS PROJECT** se encuentra su canal de YouTube, donde se publica **contenido de calidad relacionado con la tecnología y el mundo digital, así como sus proyectos de Salud Mental para recaudar fondos y ayudar a las personas que sufren de ansiedad, depresión y otros trastornos mentales.**

En cuanto al alcance potencial de la marca, es bastante amplio ya que tiene **presencia en las redes sociales y en su canal de YouTube**, donde cuentan con una audiencia considerable. Además, **su enfoque en la tecnología y el bienestar emocional permite llegar a una amplia variedad de personas.**

Determinar un valor económico de la marca es difícil, ya que depende de muchos factores como el tamaño de su audiencia, su presencia en el mercado y sus ingresos. Sin embargo, se puede decir que **FINAL BOSS PROJECT tiene un gran potencial para seguir creciendo y convirtiéndose en una marca reconocida y valorada en el mercado de la tecnología y el bienestar emocional.**

CUOTA DE MERCADO



¿QUÉ CONTENIDO Y ACCIONES REALIZAMOS?

Estos videos deben ser de larga duración con **contenido de carácter EVERGREEN** (el cual se puede visualizar en cualquier época del año, hoy, mañana o pasados unos años porque tienen un **carácter atemporal**) diferenciado del contenido con **carácter en fase SPRINT** (que responden a una **reacción instantánea a un momento y un lugar en concreto**, ya sea una noticia o un evento específico). Aunque los segundos puedan recibir muchísimas más visitas e interacciones en el momento de publicación, a los pocos días experimentan una caída drástica de búsquedas; en cambio, los primeros **perduran en el tiempo y responden a preguntas que cualquier persona puede llegar a plantearse en cualquier momento**.

VIDEOS PSICOEDUCATIVOS

Un **especialista o profesional del sector** (médico, terapeuta o técnico) **puede explicar un caso particular o un tipo de Enfermedad Mental en concreto**, usando términos, conceptos y palabras que pueda entender cualquier persona; así como **técnicas, herramientas o rutinas que se pueden o deben usar para la mejora de la Salud Mental**.

Conceptos Médicos | Enfermedades Mentales | Comportamientos | Terapias y Herramientas

CASOS REALES

Cualquier persona, sea o no, paciente o enfermo de un caso de Salud, **que quiera exponer y explicar su caso o el de una persona cercana** (familiar, amigo o conocido que pueda sufrir algún tipo de trastorno o Enfermedad Mental) **debe responder a una serie de preguntas**:

- ¿Cómo era tu vida antes de padecer esta Enfermedad Mental?
- ¿Te diste cuenta tu solo que necesitabas ayuda o fueron otras personas que te lo sugirieron? ¿Cómo te diste cuenta?
- ¿A quién acudiste en primer lugar y por qué?
- ¿Cómo afectó tu situación a tu trabajo, familia y amigos?
- ¿Cómo lo aceptaste y cuánto tiempo te llevó hacerlo?
- ¿Cómo estás y qué estás haciendo a día de hoy para no recaer?
- ¿Qué le dirías a alguien que esté pasando por tu situación?

DONACIONES Y SU FUNCIONALIDAD

Es de vital importancia mostrar al público las diferentes acciones (y mejoras que se pueden llegar a derivar de las mismas) que se pueden llevar a cabo gracias a las Donaciones recibidas de cada proyecto respondiendo a una única y simple pregunta:

Hay que **dar visibilidad a todo aquello que se realice con el dinero conseguido con la Donación recibida para dar mayor credibilidad al proyecto que se está apoyando**; de este modo, todas las personas implicadas en el mismo pueden cerciorarse de la **viabilidad del proyecto apoyado y tener un motivo más para seguir realizando este tipo de Donaciones**. Es muy fácil que pueda tu proyecto ser el siguiente para recibir una Donación, solamente debes tener claro qué es lo que quieres hacer, de qué manera y por ello facilitarnos tu visibilidad. Si tu proyecto vale la pena y quieres colaborar podrás recibir una Donación.



TRATAMIENTO MAGNÉTICO TRANSCRANEAL REPETITIVO (EMTr)

El tratamiento para mejorar la enfermedad de Salud Mental de David se llevará a cabo en el **Instituto de Salud Cerebral y Neurorehabilitación GUTTMANN BARCELONA**, ubicado en **Calle Garcilaso, 57, 08027 Barcelona**. Este instituto es una clínica especializada en ofrecer diagnósticos y tratamientos avanzados para problemas funcionales, motores, cognitivos y conductuales en personas con enfermedades neurológicas o trastornos neuropsiquiátricos.



La **Estimulación Magnética Transcraneal Repetitiva (EMTr)** es una técnica no invasiva de estimulación cerebral que utiliza **campos magnéticos para inducir corrientes eléctricas en regiones específicas del cerebro**.

Para su uso, un dispositivo electromagnético se coloca en la cabeza del paciente y se utiliza para enviar pulsos magnéticos a través del cráneo hacia el cerebro. Estos **pulsos magnéticos son capaces de activar o inhibir la actividad de las neuronas en la región estimulada**.

La EMTr se utiliza en el **tratamiento de trastornos neuropsiquiátricos como la depresión, la esquizofrenia y el trastorno obsesivo-compulsivo, así como en la investigación de la función cerebral y el desarrollo de nuevas terapias**. La EMTr, a diferencia de otros tratamientos, se considera una técnica segura y bien tolerada, con pocos efectos secundario.

TIPOS DE ESTIMULACIONES

En la **Estimulación Magnética Transcraneal repetitiva (EMTr)** se utilizan dos tipos de estimulación:

- **La estimulación de frecuencia baja** implica la aplicación de pulsos magnéticos a una **frecuencia de menos de 1 Hz**. Se utiliza para **inhibir la actividad neuronal en la región estimulada**, lo que puede ser útil en el **tratamiento de trastornos como la depresión y el dolor crónico**.
- **La estimulación de frecuencia alta** implica la aplicación de pulsos magnéticos a una **frecuencia de más de 5 Hz**. Se utiliza para **aumentar la actividad neuronal en la región estimulada**, lo que puede ser útil en el **tratamiento de trastornos como la esquizofrenia y el trastorno obsesivo-compulsivo**.

Cada tipo de estimulación tiene diferentes efectos en el cerebro y se utiliza para diferentes fines terapéuticos. Es importante que la elección de la frecuencia adecuada sea realizada por un profesional capacitado en la técnica EMTr.

¿CÓMO FUNCIONA EL TRATAMIENTO?

El **tratamiento de EMTr** que se realizará en el **Instituto de Salud Cerebral y Neurorehabilitación GUTTMANN BARCELONA** consta de:

1. **Primera visita de valoración psiquiátrica** para determinar el tipo de tratamiento a seguir.
2. La **realización de un electroencefalograma inicial** para determinar el patrón de actividad cerebral.
3. El tratamiento de **ESTIMULACIÓN MAGNÉTICA TRANSCRANEAL DE 30 MINUTOS** diarios durante 20 sesiones seguidas.
4. La **realización de un electroencefalograma postratamiento** para constatar diferencias de patrones de actividad cerebral.
5. **Visita de valoración final** para determinar la extensión del tratamiento si fuera necesario, y seguimiento psiquiátrico.

PRECIO DEL TRATAMIENTO

Es difícil hacer una estimación precisa del costo de un tratamiento EMTR, **ya que depende de varios factores, como la duración del tratamiento, la gravedad del trastorno y el lugar donde se lleve a cabo**. Sin embargo, si se toma como referencia el precio mencionado de 2.600€, se puede decir que este rango de precios es común para los tratamientos EMTR. Es posible que algunos lugares ofrezcan **precios más bajos o más altos, pero en general, el costo del tratamiento EMTR se encuentra en este rango**. Es importante tener en cuenta que los tratamientos **EMTR suelen ser bastante efectivos para tratar trastornos mentales como la depresión o el trastorno obsesivo-compulsivo, por lo que puede valer la pena la inversión económica**.

¿CUÁNDO SE LLEVARÁ A CABO EL TRATAMIENTO?

Cuando el **PROYECTO WoToBe** alcance la cifra de **100.000 suscriptores, podremos destinar un porcentaje de nuestras ganancias a una causa social específica, como, por ejemplo, el tratamiento de EMTr**. Este logro será posible gracias al número de visualizaciones y la interacción que recibimos por parte de nuestra comunidad. Es importante destacar que el compromiso de **WoToBe con las causas sociales es constante, y nos esforzamos por ayudar a aquellos que más lo necesitan en la medida de nuestras posibilidades**.

PROYECTO WoToBe | WORKING TOGETHER BETTER

FINAL BOSS PROJECT es un proyecto liderado por WoToBe y compuesto por David, Anna y Llum. Este proyecto se originó a partir de la habilidad y capacidad innata de David en diseño, automatización, creatividad, ingenio y superación personal, así como el incansable trabajo de Anna en backend de ofimática, copywriting, creación de contenido y gestión de redes, y el apoyo incondicional y actuaciones estelares de Llum.

WoToBe (Working Together Better) está diseñado para tratar tres áreas de trabajo diferenciadas: la **Creación de Contenido** (a través del canal de FINAL BOSS PROJECT), el **Coaching Tecnológico** (para la digitalización y acceso universal a herramientas digitales) y los **Proyectos de Salud Mental** (para recaudar fondos para financiar tratamientos contra la ansiedad, depresión y prevención del suicidio en jóvenes que no tienen recursos).

PROYECTO WoToBe | MYSTERY BOX



DAR FELICIDAD

La felicidad es un sentimiento muy importante para el bienestar de una persona y es por eso que en Proyecto WoToBe queremos promoverla a través de nuestras Mystery Box. Al recibir una caja llena de sorpresas y mensajes positivos, el destinatario se sentirá especial y apreciado, lo que puede aumentar su autoestima y mejorar su estado de ánimo.

Además, al incluir en las cajas la posibilidad de ayudar a otros a través de la cadena de favores, estamos fomentando la empatía y la solidaridad entre las personas. La sensación de hacer algo bueno por los demás puede ser muy gratificante y contribuir a una mayor sensación de felicidad.

PERSONALIZACIÓN

La caja es totalmente personalizable, lo que significa que se puede incluir cualquier objeto cuyo valor permita que el destinatario pueda utilizarlo para ayudar a alguien cercano. Además, cada caja también incluye una pulsera verde para concienciar sobre la importancia de la Salud Mental, y un código QR que lleva a una lista de reproducción [<https://bit.ly/3YXGBBn>].

Es importante destacar que los usuarios deben ver todos los vídeos, dar like, comentar y compartir, ya que, sin esa interacción, Proyecto WoToBe no podrá seguir adelante.

ALTRUISMO

La felicidad es un sentimiento muy importante para el bienestar de una persona y es por eso que en Proyecto WoToBe queremos promoverla a través de nuestras Mystery Box. Al recibir una caja llena de sorpresas y mensajes positivos, el destinatario se sentirá especial y apreciado, lo que puede aumentar su autoestima y mejorar su estado de ánimo.

Además, al incluir en las cajas la posibilidad de ayudar a otros a través de la cadena de favores, estamos fomentando la empatía y la solidaridad entre las personas.

VERDE

La concienciación del color verde en las Mystery Box de Proyecto WoToBe tiene un objetivo muy importante: concienciar sobre la Salud Mental. Cada caja contiene una pulsera verde con el objetivo de que las personas la lleven puesta y así llamen la atención de aquellos que están a su alrededor, generando así un diálogo sobre la importancia de cuidar la Salud Mental. La pulsera verde es un símbolo de apoyo y de solidaridad con todas aquellas personas que están luchando contra trastornos de Salud Mental, y es una forma de visibilizar y concienciar sobre la importancia de cuidar la Salud Mental.

SERIE | PROYECTO WOTOBE | JUNTOS POR LA SALUD MENTAL

Únete a nosotros en esta serie del Proyecto WoToBe, donde compartiré mi experiencia en la recuperación de mi Salud Mental y cómo el Proyecto WoToBe y mi tratamiento EMTr han sido fundamentales en mi proceso. Hablaré de todas las partes implicadas en mi recuperación y cómo he trabajado para superar los obstáculos y alcanzar una vida plena y saludable. A través de estas historias personales, espero inspirar y apoyar a quienes también luchan con problemas de Salud Mental. ¡Únete a mí en mi camino hacia la recuperación y un futuro mejor!

PUEDES VER LA SERIE AQUÍ

RESUMEN Y AGRADECIMIENTOS

Se agradece a todas las personas que han luchado y trabajado incansablemente para que la Salud Mental deje de ser un tema tabú en la sociedad, así como a los lectores del dossier y a quienes luchan por superar cualquier obstáculo.

Se concluye el dossier con un mensaje de esperanza y apoyo a quienes luchan contra los trastornos mentales, destacando la importancia de la visibilizar y la concienciar en Salud Mental y el valor de la empatía y la solidaridad en la sociedad.

Se invita a apoyar el Proyecto WoToBe y a unirse a la comunidad de [FINAL BOSS PROJECT](#) para lograr un futuro más accesible para todos.

Y a ti, que estás leyendo esto, quiero decirte que, aunque no te conozca, aunque no haya tenido el placer de compartir momentos contigo, te quiero. Te quiero como ser humano y te apoyo en tu camino, sea cual sea la lucha que estés enfrentando. Espero que encuentres la fuerza y el apoyo que necesitas para superar cualquier obstáculo y que sepas que siempre hay alguien que se preocupa por ti y que te quiere.

ADRIA MARTINEZ
AKERON KALEL
ALEJANDRO CASTRO
ANNA CORTES LOPEZ
ANTO_XD
BENIXIOO02XD
CARLOS G.A.
KOLOMRAT
LIMPIEZA A FONDO
LUISA RM
MERÇÈ IBÁÑEZ GASCÓN
MONICA RODRIGUEZ MARIN
NAVI1994
PATRICIA CERREJON
RAMSES MESALLES
RYUKREM
SILVIA LANA
SOMNIS DE GOS
THESLAYER666
WILMAR RAMÍREZ
V

PROYECTO
WOTOBE
FINAL BOSS
SYSTEM FERRY

PROYECTO
WOTOBE

Working Together Better

FINAL BOSS PROJECT

CAN PARERA 24 BAJOS 3^a

08170 - MONTORNÈS DEL VALLÈS

93.002.89.92 - 671.370.047

INFO@FINALBOSSPROJECT.ES

WWW.FINALBOSSPROJECT.ES