

**El Rol Del Trabajo Social En La Era Digital: De Las Redes Sociales En La Formación  
De Estudiantes Universitarios**

Andrés Felipe Cardozo, María Isabella Posada Vargas, María Fernanda Márquez Y

Sebastian Bejarano Arce

Medellín-Antioquia, Universidad Politécnico Grancolombiano

Trabajo de Grado

Cesar Sierra

21 de mayo de 2025

**Tabla de contenido**

<b>Introducción.....</b>	<b>4-9</b>
<b>Justificación.....</b>	<b>9-10</b>
<b>Planteamiento del problema.....</b>	<b>11-12</b>
<b>Pregunta de investigación.....</b>	<b>12</b>
<b>Objetivo general.....</b>	<b>13</b>
<b>Objetivo específico.....</b>	<b>13</b>
<b>Marco teórico.....</b>	<b>14</b>
<b>Trabajo social y disciplina.....</b>	<b>14-21</b>
<b>Redes sociales y su impacto en el ámbito universitario.....</b>	<b>22-29</b>
<b>Proceso de formación universitaria y desarrollo juvenil.....</b>	<b>20-30</b>
<b>Metodología.....</b>	<b>31</b>
<b>Enfoque de la investigación.....</b>	<b>31-32</b>
<b>Diseño de la investigación.....</b>	<b>33-34</b>
<b>Selección de participantes.....</b>	<b>34</b>
<b>Usuarios recurrentes de redes sociales.....</b>	<b>34</b>
<b>Usuarios ocasionales de redes sociales.....</b>	<b>34-35</b>
<b>Técnicas de recolección de datos.....</b>	<b>35</b>
<b>Entrevista en profundidad semiestructuradas.....</b>	<b>35</b>
<b>Grupos focales.....</b>	<b>35</b>
<b>Diario reflexivo.....</b>	<b>35-36</b>
<b>Análisis de datos.....</b>	<b>36</b>
<b>Codificación inicial.....</b>	<b>36</b>
<b>Agrupación temática.....</b>	<b>36</b>
<b>Interpretación y síntesis.....</b>	<b>36</b>
<b>Consideraciones éticas.....</b>	<b>36-37</b>

Validación.....	37
Triangulo de métodos.....	37
Revisión de resultado por los participantes.....	37
Sistematización.....	38
Encuesta.....	38-65
Grupo focal día.....	66-71
Grupo focal noche.....	71-74
Análisis.....	74-76
Análisis de la entrevista.....	77-79
Rol del trabajo social en la era digital y el entorno universitario.....	80-83
Plan de intervención del trabajo social.....	84-85
Propuesta de intervención desde el trabajo social.....	85-87
Conclusión.....	88-98
Discusión.....	99-103
Referencias.....	104-112
Anexos.....	113-246

En la actualidad, las redes sociales y las nuevas tecnologías han revolucionado la forma en que los jóvenes interactúan. Estas herramientas han transformado la manera en que las personas se comunican, se aprende y se relaciona. La perspectiva sobre su impacto varía según la postura de cada individuo; algunos autores como Piscitelli (2010) sostienen que las redes sociales son un beneficio colectivo que ha llevado al desarrollo, al aprendizaje y a la evolución, por lo tanto, gracias a las ventajas que se adquieren a través de ellas. Las redes sociales han ayudado a organizar mejor la información y/o el conocimiento que se desea adquirir. Se puede obtener con mayor facilidad. En contraste con épocas anteriores, donde el acceso al conocimiento estaba restringido y disperso, hoy en día las redes sociales facilitan una organización más eficiente de la información, permitiendo que ésta sea adquirida con mayor rapidez y accesibilidad. (Redalyc, 2022).

Así mismo, la tecnología ha ayudado en el entorno emocional, al fortalecer esos vínculos que se tienen con las personas. Es por eso que Turkle (2011) señala que las tecnologías han acercado a familiares, amigos y parejas que se encuentran a distancia, permitiendo una comunicación efectiva y accesible.

Por otro lado, hay personas que no tienen el mismo pensamiento de las redes sociales y/o tecnología, presentando sus argumentos, como lo es el académico Carr (2010), quien dice que las redes sociales representan un retroceso en el desarrollo humano, ya que la facilidad con la que se consiguen las cosas nos hace cada vez más perezosos, y que la mayor utilidad de esta ha llevado a reemplazar tareas, las cuales se desempeñan con facilidad. No se puede terminar este contexto sin antes mencionar a este académico, como Tobón (2015), en donde en su postura comenta que la nueva era tecnológica también plantea desafíos psicosociales, como la adicción a las redes sociales, las tendencias, los algoritmos, el ciberacoso, la pérdida de privacidad de datos y la seguridad en línea...

Las interacciones que se tienen con las redes sociales han generado un cambio

significativo de la personalidad, profundamente en la esencia del individuo, lo que lo hace propio, diferente y único al resto de las personas. Influenciado por el contenido con el que interactúa diariamente, este impacto se refleja en la forma de comer, de vestir y en la manera de relacionarse con las personas, entre otras situaciones que se presenten en el entorno en el que se desenvuelve. Es importante señalar que estos resultados pueden ser tanto positivos como negativos, destacando que éstas varían según el uso que se les dé y el aprovechamiento de la diversidad tecnológica que ofrece la globalización.

El poder comprender la importancia que las redes sociales tienen en la vida de las personas hoy en día es fundamental, ya que el mundo está en constante cambio, en donde todos los profesionales, para ir en sincronía con el ritmo contemporáneo, se han tenido que reformular y hacer de cada avance un aliado, para que los procesos mismos puedan crear un fortalecimiento en cada campo de acción en el que las redes lleguen a permear. Al mismo tiempo, es uno de los canales más accesibles, conectando a la sociedad con uno. Gran cantidad de contenido. Las redes sociales, hoy en día, impulsan al mundo a un ritmo sin precedentes.

El uso de las tecnologías virtuales puso otro escenario, disperso el poder hegemónico de los medios masivos de información, permitió escuchar las voces de los sectores que se encuentran en la periferia y todo ello, convirtiéndose en un medio de veloz dispersión para diferentes fines y de acuerdo a la importancia que la noticia tenga, ejemplo de esto es la viralización de noticias de entretenimiento, protestas y manifestaciones en diferentes países donde los protagonistas son personas del común que buscan informar al resto del mundo por medio de las redes sociales, efectos de esto han sido que se ha pasado de la expresión en línea a convocar y congregarse en las calles a personas que apoyan un mismo fin. Con esto, las nuevas generaciones han tenido logros significativos, como que se han hecho visibles las violaciones a derechos humanos en medio de estas manifestaciones. Esto logra que se pueda tener otra cara de las realidades que se viven.

Roncancio (2022)

Por lo tanto no son solo positivas, sino que en contraste a esto el mundo de las redes genera dilemas psicosociales que pueden llevar a picos emocionales o también pueden mostrar un abismo, por lo cual las diferentes tendencias hacen que las personas sueñen, también pueden hacer que las listas de los creadores de contenido que en el pasado no tenían nada y ahora son grandes facturadores debido a la influencia que han generado en las personas que consumen las redes sociales, en efecto vivimos en una sociedad donde todos quisieran poder llegar a la fama con este tipo de trabajos, pero es claro que no todos pueden llegar a alcanzar este tipo de sueños, por lo cual el marketing que utilizan los expertos en estos temas hacen que los contenidos tengan un análisis de la población de cual quieren llamar la atención, ya que venden toda una serie de acontecimientos que muchos al descubrir que es una farsa hacen que aquel castillo se derrumbe y así como lo hicieron subir lo vuelven a bajar con críticas sumamente destructivas.

El papel del trabajo social en el contexto de las tecnologías emergentes, como las redes sociales, se vuelve cada vez más relevante y necesario. Los profesionales en este campo tienen la responsabilidad de no solo comprender el impacto que estas tecnologías tienen en las interacciones humanas, sino también de intervenir de manera proactiva para mitigar los efectos negativos que puedan surgir (García & López Peláez, 2019). Esto implica desarrollar programas educativos y estrategias de intervención que promuevan un uso equilibrado y saludable de estas herramientas, fomentando la alfabetización digital y el pensamiento crítico entre los jóvenes. Al hacerlo, los trabajadores sociales pueden ayudar a los estudiantes a aprovechar las oportunidades que brindan estas tecnologías sin sacrificar su bienestar emocional, social o académico.

Por lo tanto, es fundamental que el trabajo social adopte un enfoque interdisciplinario al abordar el impacto de las tecnologías en la vida de los jóvenes. Colaborar con otros profesionales, como educadores, psicólogos y expertos en tecnología, permitirá una comprensión más profunda de los desafíos y beneficios asociados con el uso

de redes sociales. Por lo cual, al integrar conocimientos de diferentes campos, se pueden diseñar intervenciones más efectivas y adaptadas a las necesidades específicas de la población estudiantil. Esta colaboración también facilitará la creación de un entorno educativo que no solo prepare a los estudiantes para enfrentar los retos tecnológicos, sino que también los empodere para utilizar estas herramientas de manera constructiva y ética.

Finalmente, es crucial que las investigaciones en trabajo social continúen explorando el impacto a largo plazo de las tecnologías en el desarrollo personal y profesional de los jóvenes. Los resultados de estos estudios pueden servir como base para la creación de políticas institucionales que regulen el uso de las redes sociales en los entornos educativos. Al establecer directrices claras y prácticas recomendadas, se puede garantizar que los estudiantes no solo aprovechen los beneficios de estas tecnologías, sino que también estén protegidos de sus posibles efectos adversos.

En última instancia, el objetivo es crear un entorno educativo que favorezca el crecimiento integral de los estudiantes; equipándose con las habilidades necesarias para navegar con éxito en un mundo cada vez más digitalizado.

Dado que la carrera de Trabajo Social se está implementando por primera vez en el Politécnico Grancolombiano, por consiguiente, se busca que esta investigación abarque una gran parte de la población estudiantil, de manera que los resultados reflejen cómo y desde este campo se puede contribuir a la formación y desarrollo de las próximas generaciones de estudiantes. Marcando un precedente que sirva como referencia para investigaciones futuras, apoyándose en los procesos evolutivos que la sociedad ha integrado en los institutos universitarios.

Los jóvenes universitarios del Politécnico Grancolombiano no son la excepción. Su exposición constante a las distintas plataformas puede influir en su bienestar emocional, social y académico. Ante este panorama, surge la necesidad de que el trabajo social aborde

de manera efectiva el impacto de estas tecnologías en la vida de los jóvenes universitarios. Es crucial comprender las dinámicas digitales y presenciales que rodean su experiencia y desarrollar estrategias para promover un uso responsable y saludable de las tecnologías.

**El Rol Del Trabajo Social En La Era Digital: De Las Redes Sociales En La Formación  
De Estudiantes Universitarios**

## **Justificación**

La investigación que se presenta es de suma importancia dado el creciente impacto de las redes sociales y las tecnologías emergentes en la vida cotidiana de los jóvenes, particularmente en el ámbito universitario. En un entorno donde las interacciones digitales están redefiniendo la forma en que las personas se comunican, aprenden y se relacionan con las personas que comparten las mismas redes sociales y que quizás tengan cosas en común, es crucial que la carrera de Trabajo Social en el Politécnico Grancolombiano aborde estas dinámicas con una perspectiva crítica y constructiva, en pro de una garantía eficiente y eficaz al momento de utilizar estas redes sociales, buscando que los estudiantes puedan aprender en este espacio universitario la importancia de un manejo adecuado de las redes sociales.

La implementación o intervención del profesional de Trabajo Social en esta problemática puede ofrecer una oportunidad única para analizar cómo estas redes sociales influyen en el bienestar emocional, social y académico de los estudiantes, vista desde un contraste positivo y negativo. Este análisis no solo contribuirá al desarrollo de programas educativos que promuevan un uso equilibrado de las redes sociales, sino que también ayudará a mitigar los efectos negativos que puedan surgir de estas.

Dado que los jóvenes universitarios están particularmente expuestos a los desafíos y oportunidades que presentan las plataformas digitales, este estudio se propone como un esfuerzo por entender mejor esas influencias y por diseñar intervenciones efectivas desde el trabajo social. Al identificar las necesidades específicas de la población estudiantil y al fomentar la alfabetización digital y el pensamiento crítico, se busca empoderar a los estudiantes para que naveguen de manera saludable en un entorno cada vez más digitalizado.

Además, esta investigación tiene el potencial de sentar las bases para futuras investigaciones en el campo del trabajo social, no solo en el Politécnico Grancolombiano, sino también en otras instituciones académicas. Los resultados de este estudio podrían servir como referencia para la creación de políticas institucionales que regulen el uso de las redes sociales en entornos educativos, asegurando que los estudiantes aprovechen los beneficios de estas tecnologías sin sacrificar su bienestar integral.

En última instancia, este trabajo radica en la necesidad de adaptar las prácticas de Trabajo Social a las realidades tecnológicas contemporáneas, creando un precedente que fortalezca la formación de las próximas generaciones de estudiantes y contribuya al desarrollo de un entorno educativo que promueva el crecimiento personal y profesional en un mundo interconectado.

### **Planteamiento del problema**

Es notable que, en los últimos años, las redes sociales han adquirido un lugar sin precedentes en la sociedad y aún más un protagonismo en la vida de los jóvenes

universitarios, cambiando la forma en cómo se comunican, adquieren nuevos conocimientos e interactúan socialmente con personas que se encuentran en el mismo ambiente, así también con personas a larga distancia o incluso fuera del país. Estas plataformas digitales no solo facilitan el acceso a información de forma rápida y organizada, sino que también influyen en la construcción de la identidad, las relaciones interpersonales y la percepción del entorno social y académico (Gómez & Rodríguez, 2022). Sin embargo, este impacto no va en una sola dirección o no solo se ve desde una mirada ventajosa, pues, mientras algunos estudios resaltan y preponderan sus ventajas, otros resaltan los efectos adversos en el bienestar psicosocial de las personas, especialmente en los jóvenes.

Ahora bien, hablando desde una postura positiva, se ha argumentado que estas plataformas digitales promueven la creación de redes de apoyo social, fortalecen los vínculos con familiares y amigos que se encuentran a distancia y mejoran la capacidad de los estudiantes para acceder a información relevante para su formación académica (Alfaro & García, 2021). Además, estas plataformas han facilitado la visibilización de problemáticas sociales y políticas, permitiendo que los jóvenes participen activamente en debates y movimientos que trascienden el entorno digital, como se ha evidenciado en la viralización de protestas y movimientos sociales en países de todo el mundo (Roncancio, 2022). Cabe mencionar que algunos jóvenes les han dado un uso significativo a las redes sociales, ya que no solo las usan como entretenimiento, sino que aportan a los ciudadanos por medio de estas a una transformación y desarrollo social, realizando publicaciones en beneficio de la sociedad.

A diferencia de la postura positiva, también hay una contraposición no tan trágica, pero sí habla sobre el uso inadecuado de las redes sociales, y es que, según algunos profesionales, dicen que el uso excesivo y sin control de estas plataformas digitales también genera riesgos inminentes. Así mismo, algunas investigaciones recientes de Pérez y Márquez han demostrado que el consumo desmedido de redes sociales está asociado

con el aumento en los niveles de ansiedad, depresión y baja autoestima, particularmente en jóvenes que tienden a comparar sus vidas con las imágenes y estándares de éxito que se proyectan en estas plataformas (Pérez & Márquez, 2022). Además, el diseño de los algoritmos que dirigen el contenido en las redes sociales refuerza estos patrones al exponer continuamente a los usuarios a contenido que puede intensificar estos sentimientos de insatisfacción personal, creando un ciclo repetitivo de dependencia y adicción a la validación social (Rojas & Núñez, 2023).

En el ámbito académico, el impacto también es notorio. Los estudiantes universitarios que pasan largas horas en redes sociales tienden a experimentar una disminución en su rendimiento académico, ya que la distracción constante reduce su capacidad de concentración y afecta su manejo del tiempo (Martínez & Solano, 2023). Esta situación resulta aún más preocupante en instituciones como el Politécnico Grancolombiano, donde la implementación del Trabajo Social como carrera emergente enfrenta el reto de comprender y abordar los efectos psicosociales del uso de las redes sociales entre su población estudiantil.

El impacto de las redes sociales no se limita únicamente a la salud mental y el rendimiento académico, sino que también tiene profundas implicaciones en la construcción de la identidad y las relaciones interpersonales. Las redes sociales han alterado significativamente la manera en que los jóvenes construyen su sentido de pertenencia y comunidad. La exposición a una avalancha constante de contenido influye en sus decisiones sobre qué comer, cómo vestir y cómo relacionarse con los demás, lo que genera una homogeneización de comportamientos y actitudes (García & Torres, 2022). Además, el miedo a quedar fuera de las tendencias o ser excluidos de círculos sociales importantes puede llevar a los jóvenes a comportarse de manera superficial, sacrificando su autenticidad y bienestar en favor de la aceptación social.

En este contexto, el trabajo social como disciplina tiene un papel crucial. Los profesionales del trabajo social deben diseñar e implementar intervenciones que no sólo aborden las consecuencias negativas de las redes sociales, sino que también fomenten un uso equilibrado y consciente de estas herramientas digitales. Esto incluye el desarrollo de programas educativos que promuevan la alfabetización digital, el pensamiento crítico y el manejo adecuado de las emociones en los entornos virtuales (Martínez & Solano, 2023). También es fundamental que los trabajadores sociales colaboren con otros profesionales, como psicólogos, educadores y expertos en tecnología, para ofrecer una respuesta interdisciplinaria que aborde los desafíos complejos que estas tecnologías plantean para los jóvenes.

A pesar de que se reconoce la importancia del trabajo social en la intervención frente a los efectos de las redes sociales, existe una escasez de estudios específicos que exploren el impacto directo de estas plataformas en los estudiantes universitarios del Politécnico Grancolombiano. Esta carencia de investigación limita el desarrollo de estrategias educativas y sociales que respondan a las necesidades específicas de esta población.

Además, no se han implementado de manera consistente políticas institucionales

que regulen el uso de las redes sociales dentro de los entornos educativos, lo que dificulta el establecimiento de directrices claras y recomendaciones prácticas para garantizar que los estudiantes hagan un uso saludable de estas herramientas tecnológicas (Gómez & Rodríguez, 2022).

Por lo tanto, es importante resaltar el problema central que se plantea en esta investigación:

¿Cuál es la contribución del trabajo social como disciplina al fenómeno de las redes sociales en los impactos generados en los procesos de formación y desarrollo de los estudiantes universitarios del Politécnico Grancolombiano? En términos emocionales, sociales y académicos. También se necesita investigar cómo el trabajo social puede contribuir de manera efectiva al desarrollo de intervenciones que mitiguen los efectos negativos y promuevan un uso responsable y constructivo de estas tecnologías digitales. Abordar este problema permitirá no solo mejorar la calidad de vida de los estudiantes, sino también sentar las bases para futuras investigaciones y políticas institucionales que regulen y mejoren el uso de las redes sociales en los espacios educativos.

### **Pregunta de investigación**

¿Cuál es la contribución del trabajo social como disciplina al fenómeno de las redes sociales en los impactos generados en los procesos de formación y desarrollo de los estudiantes universitarios del Politécnico Grancolombiano?

### **Objetivo general**

Describir cuál es la contribución del trabajo social como disciplina al fenómeno de las redes sociales en los impactos generados en los procesos de formación y desarrollo de los estudiantes universitarios del Politécnico Grancolombiano.

### **Objetivos específicos**

- Identificar los efectos positivos y negativos de las redes sociales en el bienestar emocional, social y académico de los estudiantes del Politécnico Grancolombiano.
- Evaluar la relación entre el uso excesivo de redes sociales y los problemas psicosociales, como ansiedad, depresión y baja autoestima, en la población estudiantil.
- Diseñar intervenciones que desde el trabajo social promuevan un uso equilibrado y saludable de las redes sociales en el entorno educativo.

## MARCO TEORICO

### Trabajo social y disciplina

El trabajo social es una disciplina y profesión con raíces en Estados Unidos, que surge como respuesta a las realidades sociales y económicas que afectan a las sociedades. Sus orígenes han sido influenciados por las teorías y prácticas desarrolladas en Estados Unidos, aunque de manera sesgada, ya que estas teorías a menudo reflejaban una perspectiva limitada que no siempre consideraba las especificidades culturales y socioeconómicas de otras regiones. Esto es algo que Carmen Verde-Diego destaca en su artículo "Revisitando los orígenes del trabajo social" (Verde-Diego, 1993). Este artículo explora las contribuciones de figuras clave como Mary Ellen Richmond y Jane Addams, destacando la necesidad de una revisión crítica de la historia del trabajo social y sus bases ideológicas. Los enfoques de ambas autoras, aunque diferentes, sentaron las bases del trabajo social moderno, lo cual ha sido esencial para la formación de la disciplina y su desarrollo en contextos globales y locales.

Mary Richmond es reconocida como una de las pioneras del trabajo social moderno, especialmente por su enfoque en el "case work" o trabajo de caso, que es la base del trabajo individual con personas y familias. Richmond argumentó que el trabajo social debía basarse en un conocimiento continuo y en la profesionalización de las prácticas caritativas (Richmond, 1922). En este contexto, 'conocimiento continuo' implica tanto la formación constante de los profesionales como la investigación permanente sobre las necesidades sociales emergentes. Esto asegura que el trabajo social evolucione y se mantenga actualizado frente a los cambios en la sociedad y los nuevos desafíos que surgen. Su visión se centró en la importancia de la evaluación detallada de las necesidades de los individuos para proporcionar una intervención efectiva. Este enfoque promovía el uso de metodologías

científicas y el desarrollo de una teoría del trabajo social basada en la experiencia empírica, lo que contribuyó a consolidar la disciplina como una profesión formal. Por otro lado, según Addams (2009), Hull House ofreció una perspectiva alternativa que enfatizaba la importancia de la comunidad y la acción social. Addams se centró en la pobreza no solo como un problema individual, sino como un fenómeno social que requería una respuesta colectiva. Un ejemplo concreto de este enfoque fue la creación de Hull House, un centro comunitario que ofrecía servicios educativos, culturales y de bienestar para los inmigrantes y pobres urbanos de Chicago. A través de Hull House, Addams promovió la participación comunitaria y empoderó a los residentes para actuar conjuntamente en la mejora de sus condiciones de vida. Su enfoque en la educación, la cultura y la participación comunitaria contrasta con la visión más individualista de Richmond, resaltando las discrepancias en la conceptualización de la pobreza y la responsabilidad social.

Diversos autores han contribuido al trabajo social, como Mary Ellen Richmond y Jane Addams, quienes sentaron las bases del trabajo social como una disciplina científica y profesional, cada una desde enfoques complementarios. Richmond formalizó el método del "case work" (Richmond, 1922), centrado en la relación entre el trabajador social y el cliente, con énfasis en la evaluación e intervención individualizadas. Este método fue esencial para establecer una forma sistemática de trabajo que permitiera abordar las necesidades de las personas de una manera estructurada y efectiva. Además, estableció una fundamentación teórica sólida para el trabajo social al integrar conceptos de psicología, sociología y economía, legitimando su valor científico (Richmond, 1917). Su contribución a la profesionalización fue decisiva al promover la educación formal y fundar programas académicos y escuelas de trabajo social (Richmond, 1915). Esta formalización del trabajo social contribuyó significativamente a establecer la disciplina como un campo de estudio serio y riguroso. Por su parte, Addams, desde Hull House, promovió un enfoque comunitario que abordaba los problemas sociales a nivel estructural, enfatizando la participación comunitaria y la reforma social (Addams, 1910). Addams desarrolló una visión holística del trabajo social, destacando la importancia de involucrar a toda la comunidad en

la solución de los problemas sociales. Ambas compartían una profunda preocupación ética, abogando por la justicia social y el bienestar comunitario (Addams, 1915). Asimismo, consideraron la investigación como un elemento esencial para mejorar la práctica del trabajo social, alentando la recopilación de datos y la evaluación de programas (Addams, 1902).

Finalmente, Richmond amplió el ámbito de intervención del trabajo social al defender la participación de los trabajadores sociales en la rehabilitación de soldados durante la guerra, estableciendo las bases para la intervención en crisis (Richmond, 1922).

Estos aportes han sido fundamentales para el desarrollo y la evolución del trabajo social como profesión y disciplina académica. Gracias a las contribuciones de pioneros como Richmond y Addams, la disciplina logró consolidarse como un campo de estudio riguroso y una práctica profesional enfocada tanto en la asistencia individual como en la reforma social estructural. Estos cimientos han permitido que el trabajo social evolucione y se adapte a las diversas realidades y desafíos contemporáneos, manteniendo siempre como objetivo el bienestar comunitario y la justicia social (Richmond, 1922; Addams, 1910).

En el caso de Colombia, el trabajo social ha seguido un proceso de evolución tanto en su aplicación práctica como en su fundamentación teórica, el cual se divide en tres etapas: la pre-reconceptualización, la reconceptualización y la post-reconceptualización, según expone Malagón (2001). Durante la etapa de pre-reconceptualización, el trabajo social en Colombia se enmarcó en los valores asistencialistas de la Doctrina Social de la Iglesia, centrado en la ayuda benéfica a los necesitados. Esta etapa fue clave en el establecimiento de las primeras instituciones de formación en trabajo social en el país, pero también presentó limitaciones en cuanto a la comprensión de las causas subyacentes de las desigualdades sociales (Malagón, 2001). La reconceptualización en los años setenta marcó un punto de inflexión al introducir perspectivas más críticas e influidas por el materialismo dialéctico, orientadas hacia la transformación estructural de la sociedad. Este período buscó empoderar a las comunidades, reconociendo la importancia de analizar las

estructuras de poder y sus impactos en la marginalización (Malagón, 2001). Finalmente, la etapa de post- reconceptualización, desde los años noventa, trajo consigo un enfoque más pragmático y adaptativo, que responde a las nuevas realidades del país, tales como la globalización, el conflicto armado y la urbanización acelerada. Este enfoque se caracteriza por integrar teorías y métodos interdisciplinarios, fortaleciendo las capacidades del trabajo social para contribuir al desarrollo sostenible y a la paz social (Malagón, 2001; Moreno, 2020).

En la primera etapa, la formación en trabajo social en Colombia se basaba en la Doctrina Social de la Iglesia, adoptando un enfoque asistencialista y orientado por valores cristianos. Durante este tiempo, se crearon las primeras escuelas de trabajo social en el país, enfocadas en atender las necesidades sociales desde una perspectiva benéfica, sin abordar en profundidad las causas subyacentes de los problemas sociales (Malagón, 2001). Este enfoque, aunque necesario en su momento, fue limitado en cuanto a la capacidad de generar cambios estructurales en la sociedad. En los años setenta, el trabajo social en Colombia comenzó a incluir enfoques más críticos e interpretativos. Influenciada por corrientes como el materialismo dialéctico, esta etapa promovió una visión más amplia del trabajo social, orientada a comprender las estructuras sociales y a defender los derechos de los trabajadores y la justicia social. Este enfoque permitió una mayor conciencia sobre las raíces de las desigualdades sociales, y el trabajo social se enfocó en comprender y transformar estas estructuras (Malagón, 2001). En esta fase, la formación académica comenzó a incluir teorías críticas que cuestionaban las estructuras de poder existentes y buscaban empoderar a las comunidades para actuar como agentes de cambio social.

Desde los años noventa, el trabajo social en Colombia ha asumido un enfoque más adaptativo y orientado a las nuevas realidades sociales y económicas del país, como la globalización, la urbanización acelerada y los problemas derivados del conflicto armado interno. Esta etapa se caracteriza por la integración de teorías y prácticas que responden a los retos actuales, buscando no solo atender necesidades inmediatas, sino también aplicar estrategias de intervención que promuevan el desarrollo sostenible de las

comunidades (Malagón, 2001; Moreno, 2020). La evolución del trabajo social en Colombia refleja una adaptación a las transformaciones sociales, orientada a una práctica crítica y reflexiva que responde tanto a las necesidades individuales y comunitarias como a los retos estructurales, promoviendo un bienestar social más equitativo (Rodríguez, 2018; Moreno, 2020). Este período también se ha caracterizado por una mayor articulación con otras disciplinas, integrando conocimientos de economía, psicología, antropología y ciencias políticas para ofrecer respuestas integrales a los problemas sociales.

El trabajo social, sin duda, es una profesión que ha evolucionado y se ha desarrollado en respuesta a las diversas necesidades de la sociedad. Se define como una herramienta para mejorar continuamente el bienestar social, la justicia social y para intervenir en problemáticas que afectan a individuos, familias, grupos y comunidades. Según Moreno (2018), el trabajo social debe ir más allá de experiencias aisladas, promoviendo metodologías de enseñanza-aprendizaje adaptadas a contextos cambiantes. Esto implica que los profesionales del trabajo social deben poseer competencias relevantes y efectivas para su desarrollo profesional. La formación en trabajo social, entonces, no solo debe enfocarse en el conocimiento teórico, sino también en el desarrollo de habilidades prácticas que permitan a los trabajadores sociales adaptarse a contextos diversos y enfrentar situaciones complejas con un enfoque crítico y reflexivo.

Cubillos Vega (2019) explica que el trabajo social tiene como objetivo promover el bienestar social, prevenir problemas sociales, intervenir en crisis y defender los derechos humanos. En ese sentido, el trabajo social se centra en ser un agente de cambio, empoderando a los individuos y comunidades para alcanzar una mejor calidad de vida. La profesión enfrenta diversas tensiones metodológicas que requieren una postura crítica.

Cerros Rodríguez (2014) subraya la importancia de reevaluar las intervenciones profesionales y el rol del trabajador social en diferentes contextos, reflexión fundamental para abordar las desigualdades y necesidades de manera más efectiva. La revisión constante de la práctica profesional permite a los trabajadores sociales cuestionar sus propios enfoques y adaptarse a las nuevas necesidades sociales que surgen.

Rodríguez (2018) propone un enfoque decolonial en el trabajo social, cuestionando las influencias hegemónicas que han marcado la disciplina. Este enfoque busca promover la justicia social y la emancipación, desafiando estructuras coloniales que han perpetuado la marginalización de comunidades, promoviendo así un enfoque crítico-reflexivo en la práctica. Al hablar de intervención en trabajo social, Castro (2021) presenta una visión comprensiva de la metodología de intervención en trabajo social, describiendo las herramientas y métodos necesarios para investigar y programar intervenciones. Define el trabajo social como una disciplina fundamentada en la investigación y la intervención sistemática, utilizando el método científico para diagnosticar y abordar problemas sociales.

La investigación no solo contribuye al conocimiento académico, sino que también tiene un impacto directo en la calidad de las intervenciones, asegurando que las prácticas estén fundamentadas en evidencias y resultados comprobables.

La investigación científica es crucial en la formación de trabajadores sociales.

Moreno (2020) enfatiza que la práctica docente debe evolucionar hacia un proceso reflexivo, donde la investigación se convierta en una herramienta para diagnosticar y abordar problemas sociales. Esto implica que los estudiantes de trabajo social deben aprender a investigar y aplicar sus hallazgos en la práctica. El trabajo social se centra en las personas; por eso, se recomienda un conocimiento relacional, el cual permite a los profesionales establecer relaciones significativas con las personas y comunidades en su actuar profesional (Rodríguez, 2018). Rodríguez sostiene que el trabajo social debe alejarse de un enfoque meramente técnico y adoptar el modelo del "profesional reflexivo", donde las interacciones y el conocimiento relacional son centrales. Este enfoque permite que los trabajadores sociales comprendan mejor las realidades subjetivas de los individuos, favoreciendo intervenciones más humanas y efectivas.

El desarrollo del conocimiento relacional implica también la capacidad de empatizar

profundamente con las personas atendidas y reconocer la complejidad de sus realidades, que frecuentemente abarcan una variedad de factores interrelacionados. Este tipo de conocimiento es fundamental en un contexto donde los problemas sociales se entrelazan con cuestiones culturales, emocionales, económicas e incluso políticas (Moreno, 2020). La capacidad de los trabajadores sociales para establecer relaciones de confianza genuinas con las comunidades facilita una comprensión profunda y contextualizada de los problemas que enfrentan, lo que a su vez permite desarrollar estrategias de intervención más pertinentes, sostenibles y culturalmente adaptadas (Rodríguez, 2018). Además, la investigación de campo y la evaluación participativa son cruciales para enriquecer este conocimiento relacional, asegurando que las intervenciones no solo respondan a las necesidades identificadas, sino que también empoderen a las comunidades para ser agentes activos en la solución de sus propios problemas (Castro, 2021). Esta relación de confianza y empoderamiento permite que los individuos participen de manera más activa y se comprometan con el proceso de cambio, lo cual es un componente clave para lograr resultados duraderos y significativos.

Es importante destacar el impacto del trabajo social en la promoción del bienestar colectivo y el fortalecimiento de políticas públicas. Los profesionales de esta disciplina no solo abordan problemas individuales, sino que también buscan influir en las decisiones estructurales que determinan la calidad de vida de comunidades enteras. A través de programas de intervención comunitaria, educación y empoderamiento, el trabajo social actúa como un catalizador para el cambio social sostenible, contribuyendo a la creación de una sociedad más equitativa y justa.

El trabajo social como disciplina es un campo dinámico que se adapta a las realidades cambiantes de la sociedad, integrándose con la investigación científica, promoviendo enfoques críticos y reflexivos, y fomentando el conocimiento relacional. Esta profesión busca ser una herramienta para la transformación social, actuando como un puente entre las necesidades de los individuos y las políticas públicas que afectan sus vidas. Los autores mencionados han contribuido significativamente al desarrollo del trabajo social, formando profesionales comprometidos con el bienestar y la justicia social, posicionando al trabajo social como un agente de cambio para enfrentar las desigualdades de la sociedad actual. Además, el trabajo social sigue evolucionando al incorporar perspectivas interdisciplinarias y enfoques que cuestionan el statu quo, lo que permite a los profesionales adaptarse y responder de manera efectiva a los nuevos desafíos sociales. El compromiso ético y la búsqueda de justicia social siguen siendo los pilares fundamentales que impulsan la práctica del trabajo social hacia un futuro más justo y equitativo.

El uso excesivo de las redes sociales ha generado un impacto en la vida de los jóvenes universitarios, quienes experimentan cambios significativos en sus esferas emocional, social y académica. Frente a esta realidad, el trabajo social se encuentra en una posición estratégica para abordar las implicaciones de las plataformas digitales, desarrollando tácticas que permitan no solo mitigar los efectos negativos, sino también promover un uso consciente y equilibrado de estas herramientas (Castells, 2021). Este marco teórico explora el impacto de las redes sociales en el contexto universitario, ofreciendo un análisis de cómo el Trabajo Social puede intervenir de manera integral para maximizar los beneficios y reducir los riesgos asociados con su uso.

Uno de los aportes más significativos de las redes sociales es la democratización del acceso a la información, un aspecto especialmente relevante para el trabajo. De acuerdo con Díaz (2019), estas plataformas han reducido considerablemente la brecha de acceso a la información, permitiendo que colectivos marginados o con recursos limitados accedan a contenidos educativos y oportunidades de desarrollo. En este sentido, las redes sociales contribuyen a disminuir la desigualdad y a mejorar la calidad de vida de los sectores más vulnerables, brindando herramientas educativas a quienes antes no tenían acceso a ellas (Castells, 2021). Desde una perspectiva de equidad, el Trabajo Social reconoce el valor de este acceso inclusivo, ya que fomenta una sociedad más equitativa y participativa, donde los jóvenes universitarios, sin importar su contexto socioeconómico, pueden beneficiarse de una educación de calidad y de un mayor conocimiento sobre su entorno (Díaz, 2019).

Además de facilitar el acceso a la información, las redes sociales juegan un papel crucial en el empoderamiento de las comunidades. Según Díaz (2019), estas plataformas permiten que los individuos se organicen, colaboren y accedan a recursos y oportunidades que refuercen su participación activa en la sociedad. Este empoderamiento es central en el trabajo social, que se enfoca en la participación comunitaria y en la creación de redes de apoyo que fortalezcan la resiliencia y la cohesión social (Livingstone & Helsper, 2020). A

través del uso consciente de las redes sociales, los estudiantes pueden convertirse en agentes de cambio dentro de sus comunidades, promoviendo así un impacto positivo que trasciende el ámbito digital. Este enfoque es especialmente relevante en el contexto universitario donde los jóvenes no solo buscan una formación académica, sino también una educación que fomente su compromiso social y su capacidad de transformar su entorno.

Otro aspecto relevante de las redes sociales es su capacidad para reducir el aislamiento social, un problema común entre los jóvenes en situación de vulnerabilidad. Díaz (2019) menciona que las redes sociales permiten una conexión directa y accesible con redes de apoyo, docentes y servicios de ayuda, lo cual es fundamental para disminuir el sentimiento de exclusión y soledad entre los estudiantes. Este aspecto es clave en el trabajo social, ya que muchas de sus intervenciones buscan precisamente reducir el aislamiento y promover el bienestar emocional (Boyd, 2019). Para muchos jóvenes, el acceso a comunidades virtuales representa una fuente de acompañamiento y de respaldo emocionante. En muchos casos, suple la ausencia de redes de apoyo en sus entornos físicos. Las redes sociales, entonces, no sólo fortalecen el sentido de pertenencia, sino que también se convierten en un recurso valioso para los trabajadores sociales que buscan. Construir espacios de acompañamiento y contención para aquellos que enfrentan dificultades emocionales o sociales.

A pesar de sus múltiples beneficios, el uso de redes sociales también plantea una serie de riesgos psicosociales que deben ser abordados con estrategias de prevención y educación. Díaz (2019) advierte que el ciberacoso, la adicción digital y la exclusión digital son problemas cada vez más comunes entre los jóvenes, quienes suelen invertir una cantidad considerable de tiempo en estas plataformas. Desde el trabajo social, es fundamental desarrollar intervenciones que eduquen a los estudiantes sobre la importancia de un uso moderado y consciente de las redes sociales, promoviendo habilidades de autorregulación y manejo del tiempo (Junco, 2020). Este tipo de intervención no solo busca prevenir problemas de salud mental asociados con el uso excesivo de las redes, sino también ayudar a los estudiantes a gestionar su tiempo de manera efectiva, equilibrando

sus responsabilidades académicas con sus actividades en línea. A través de talleres de autorregulación y prácticas de autocontrol, los trabajadores sociales pueden ofrecer herramientas útiles para que los jóvenes universitarios puedan disfrutar de los beneficios de las redes sociales sin comprometer su bienestar personal o su rendimiento académico.

Además, las redes sociales también tienen un papel fundamental en la promoción de la participación social, un valor central en el trabajo social. Como subraya Díaz (2019), estas plataformas facilitan que los individuos expresen sus opiniones y se involucren en temas de interés colectivo, lo cual fortalece la participación ciudadana y el empoderamiento. Este aspecto es especialmente relevante en el contexto universitario, donde los estudiantes, a través de las redes sociales, tienen la oportunidad de formar parte de movimientos y debates importantes que contribuyen al cambio social (Livingstone & Helsper, 2020). Al fomentar el pensamiento crítico y la conciencia social, el Trabajo Social puede utilizar las redes sociales como una herramienta para involucrar a los estudiantes en la defensa de sus derechos y en la búsqueda de soluciones a problemáticas comunitarias.

No obstante, uno de los aspectos más desafiantes de las redes sociales es la transformación de las relaciones interpersonales, ya que pueden generar relaciones superficiales y promover una dependencia de la validación digital. Boyd (2019) observa que, si bien las redes sociales facilitan la conexión entre personas, también fomentan una interacción más superficial, lo cual puede dar lugar a sentimientos de soledad y ansiedad.

En este sentido, el trabajo social puede intervenir promoviendo la construcción de relaciones auténticas y significativas en el entorno digital. A través de talleres de habilidades de comunicación y empatía, los trabajadores sociales pueden guiar a los jóvenes hacia interacciones más profundas y genuinas, ayudándolos a evitar la dependencia de la validación externa que puede afectar su salud emocional (Becerra, 2024).

Otro desafío importante es el de la inclusión digital. Como indica Díaz (2019), muchos colectivos aún carecen de acceso o habilidades para utilizar las redes de manera segura y efectiva, lo cual los coloca en una posición de vulnerabilidad en una sociedad cada vez más digitalizada. La inclusión digital es un aspecto crucial en el trabajo social, ya que asegura que todos los grupos, sin importar sus recursos o habilidades previas, puedan beneficiarse de las oportunidades que ofrecen las redes sociales (Selwyn, 2021). Las intervenciones en esta área pueden incluir programas de alfabetización digital que enseñen a los estudiantes. No solo a utilizar las redes, sino también a proteger su privacidad y a interactuar de manera segura y ética en el espacio digital. Además, estas plataformas pueden aprovecharse como herramientas para el desarrollo de habilidades sociales y emocionales, permitiendo al Trabajo Social diseñar intervenciones que fortalezcan las competencias de comunicación y empatía de los jóvenes (Becerra, 2024).

La pandemia de COVID-19 aceleró la dependencia de las tecnologías digitales y evidenció la importancia de las redes sociales como herramientas para la educación y la intervención social. Durante la crisis sanitaria, los estudiantes de Trabajo Social, acostumbrados a la intervención directa y presencial. Tuvieron que adaptar sus prácticas a un entorno virtual. A cambio, como señala Bedoya (2021), planteó interrogantes sobre la efectividad de las intervenciones en redes sociales y sobre la capacidad de los estudiantes para aplicar sus conocimientos en un formato digital. Sin embargo, la pandemia también

demonstró que las redes sociales pueden ser un recurso valioso para mantener la continuidad educativa y para ofrecer apoyo psicosocial en tiempos de distanciamiento físico. Aunque la intervención digital presenta limitaciones, el Trabajo Social ha encontrado en las redes sociales una herramienta complementaria que permite ofrecer acompañamiento y orientación a distancia, demostrando su flexibilidad y su capacidad de adaptación.

En cuanto a la alfabetización digital y el pensamiento crítico, Livingstone y Helsper (2020) destacan que los trabajadores sociales deben educar a los estudiantes en el uso consciente y crítico de las redes sociales. Este enfoque implica dotar a los jóvenes de habilidades para evaluar la información a la que están expuestos, ayudándoles a discernir entre contenido fiable y engañoso. Desde el trabajo social, se pueden desarrollar programas de formación interdisciplinaria que capaciten a los estudiantes en la alfabetización digital, fomentando así un uso responsable y consciente de estas tecnologías (Selwyn, 2021). Este tipo de intervención es especialmente relevante en el contexto universitario, donde los estudiantes están expuestos a una gran cantidad de información y donde el pensamiento crítico es fundamental para su desarrollo académico y personal.

En términos de impacto socioemocional, el uso intensivo de redes sociales puede tener efectos negativos en la salud emocional de los adolescentes. Becerra (2024) explica que este uso puede provocar ansiedad, depresión y baja autoestima, especialmente cuando los jóvenes dependen de las redes para obtener validación y aprobación. Sin embargo, las redes sociales también pueden proporcionar apoyo emocional y social, ya que muchos jóvenes encuentran en ellas una fuente de respaldo y comprensión. Desde el trabajo social, es crucial diseñar intervenciones que ayuden a los jóvenes a gestionar su relación con las redes de manera saludable, promoviendo habilidades de autorregulación y ayudándolos a equilibrar los aspectos positivos y negativos de su uso. Estas intervenciones pueden incluir talleres

sobre privacidad y seguridad digital, así como asesorías personalizadas que orienten a los adolescentes en el manejo adecuado de sus interacciones en línea (Livingstone & Helsper, 2020).

Estas intervenciones deben centrarse en fortalecer la capacidad de autorregulación de los adolescentes, ya que esta habilidad les permite manejar de manera consciente su tiempo en las redes sociales y reducir el impacto negativo que estas pueden tener en su autoestima. La autorregulación entendida como la capacidad de gestionar las emociones y la conducta propia frente a las expectativas sociales es fundamental para que los jóvenes no se vean atrapados en la necesidad constante de validación digital. Los talleres pueden enseñarles técnicas para reducir su dependencia de las redes y manejar las emociones asociadas con la exposición constante, como la ansiedad y la presión por conformarse a los estándares sociales que se promueven en estas plataformas (Livingstone & Helsper, 2020).

Además, los talleres de privacidad y seguridad digital pueden brindar a los adolescentes herramientas prácticas para proteger su información personal y manejar sus interacciones. La privación en redes sociales es fundamental para que los jóvenes puedan establecer límites saludables y evitar situaciones de ciberacoso o manipulación. Esta educación también puede incluir cómo reconocer y enfrentar situaciones de presión social digital, fomentando un enfoque más crítico y consciente en su uso diario de las redes.

Por otro lado, las asesorías personalizadas ofrecen un espacio seguro para que los adolescentes expresen sus inquietudes y experiencias en relación con las redes sociales, permitiéndoles reflexionar sobre sus patrones de uso y el impacto emocional de sus interacciones en línea. Estas asesorías pueden ayudarles a identificar comportamientos poco saludables y a desarrollar estrategias adaptativas que refuercen su autoestima y su sentido de valía más allá de la aprobación virtual. Este tipo de apoyo personalizado es crucial para

construir una relación más sana con el entorno digital y para ayudar a los jóvenes a establecer límites claros y proteger su bienestar emocional en un contexto donde la validación externa es frecuente.

En conjunto, estas intervenciones buscan que los adolescentes desarrollen una relación equilibrada con las redes sociales, permitiéndoles aprovechar sus beneficios sin comprometer su bienestar. Promover un enfoque integral y consciente del uso de estas plataformas contribuye no solo a su salud emocional y social, sino también a que sean capaces de tomar decisiones responsables y seguras en el mundo digital, habilidades que les serán útiles en su vida futura.

Es importante resaltar que el trabajo de los estudiantes puede desempeñar un papel fundamental en la creación y ejecución de políticas internacionales que fomenten el uso responsable de las redes sociales en el contexto universitario. Selwyn (2021) enfatiza la importancia de una colaboración interdisciplinaria entre trabajadores sociales, psicólogos, educadores y tecnólogos. Desarrollar políticas que promuevan un entorno digital saludable. Estas políticas pueden incluir directrices claras sobre el uso de las redes sociales en el campus. El universitario y la comunidad; creación de espacios de apoyo donde los estudiantes puedan expresar sus inquietudes en torno al uso de estas plataformas. Este tipo de políticas no solo promueve el bienestar de los estudiantes, sino que también contribuye a la construcción de una cultura de responsabilidad y respeto en el uso de las tecnologías digitales.

Asimismo, estos esfuerzos permiten establecer normas que orienten a los estudiantes hacia un uso más consciente y ético de las redes sociales (Sánchez et al., 2021). Crear espacios de apoyo psicosocial dentro de la universidad, ya sean presenciales o virtuales, brinda un espacio seguro donde los estudiantes puedan recibir orientación y apoyo para

gestionar los efectos que el uso intensivo de las redes sociales puede tener en su bienestar emocional y académico (Martínez & Gómez, 2022). De igual manera, implementar talleres sobre bienestar digital y sesiones educativas acerca de un uso seguro y responsable de estas plataformas fortalece las habilidades de los estudiantes para afrontar los desafíos que las redes sociales pueden presentar (Rodríguez & Pérez, 2020).

Estas políticas y espacios no solo benefician a los estudiantes individualmente, sino que contribuyen a crear una comunidad universitaria más cohesionada y solidaria, promoviendo un entorno de respeto y apoyo mutuo (García & López, 2021). Iniciativas como estas pueden extenderse más allá del ámbito universitario, permitiendo que los valores de ética, autocuidado y responsabilidad digital impacten en la relación de los jóvenes con la tecnología en general, fomentando una cultura digital más saludable y consciente que perdure en su vida futura (Martínez et al., 2020).

El trabajo social tiene un rol crucial en la mediación de los efectos de las redes sociales en el contexto universitario. A través de intervenciones psicosociales, programas de alfabetización digital y políticas institucionales, esta disciplina puede fomentar un uso equilibrado y constructivo de las redes, promoviendo el bienestar emocional, social y académico de los estudiantes (Pérez & Ramírez, 2019). Un enfoque integral que aborde tanto los beneficios como los riesgos de las redes sociales permitirá a los estudiantes desarrollar una relación saludable con estas plataformas, contribuyendo a un entorno universitario inclusivo y saludable donde puedan prosperar en todas las dimensiones de su desarrollo (Sánchez & Morales, 2022).

## Proceso de formación universitaria y desarrollo juvenil

Las redes sociales han sido un fenómeno que abarca tanto a adultos como a jóvenes, afectando de manera significativa las dinámicas de comunicación, aprendizaje e interacción social. Cabe señalar que su impacto es mayor en la generación más joven, ya que ellos son los más expuestos y dispuestos a adentrarse en estas plataformas. De alguna u otra manera, las redes sociales han tenido un impacto significativo en su formación universitaria y en su desarrollo juvenil, afectando sus relaciones interpersonales, la manera en la que obtienen información, e incluso cómo se desarrollan profesionalmente (García & López Peláez, 2019).

Las redes sociales juegan un papel fundamental en el ámbito de la formación educativa, influyendo considerablemente en la facilidad de comunicarse con el resto de la sociedad y en la manera en que se imparte el conocimiento. Cuando se emplean de forma adecuada, pueden incentivar la autonomía de los estudiantes universitarios, fomentar el trabajo colaborativo y generar un aprendizaje acorde con las dinámicas y cambios que ocurren en la sociedad contemporánea. Las plataformas sociales brindan la oportunidad de un aprendizaje que es autónomo y colaborativo al mismo tiempo, ya que permiten que los estudiantes exploren contenidos a su propio ritmo y colaboren con otros en espacios de intercambio y discusión. Buxarraís (2016) destaca la importancia de las redes sociales en el ámbito educativo, señalando que estas plataformas son herramientas clave que facilitan el trabajo colaborativo y el desarrollo de competencias esenciales para el mundo moderno. La exposición a múltiples perspectivas en redes como Twitter o LinkedIn les permite a los estudiantes reflexionar sobre diferentes temas y expandir su conocimiento más allá de lo que se aprende en el aula formal. Además, estar inmersos en estas redes de forma correcta puede potenciar su contexto educativo, favoreciendo su aprendizaje y adaptación a los cambios que se presenten (Buxarraís, 2016). Estas redes, utilizadas adecuadamente, contribuyen a que el aprendizaje sea una experiencia más interactiva y personalizada,

acorde con el contexto y las necesidades del estudiante. Sin embargo, es importante destacar que las redes sociales también pueden generar adicción y afectar la privacidad de quienes las utilizan, especialmente cuando no se emplean de manera responsable (Alfaro & García, 2021). La dependencia de las redes sociales puede ser problemática, ya que los estudiantes a menudo se encuentran en un ciclo de verificación constante de notificaciones, distrayéndose de sus tareas académicas y responsabilidades. Esta distracción no solo disminuye la calidad de su proceso formativo, sino que también puede afectar su capacidad de concentración a largo plazo.

Las redes sociales también contribuyen significativamente al desarrollo personal y profesional de los jóvenes. Una de las formas más importantes en las que lo hacen es mantenerlos actualizados sobre lo que sucede a su alrededor mediante publicaciones y actualizaciones constantes. Esta actualización continua ayuda a los jóvenes a desarrollar habilidades éticas y sociales, preparándolos para enfrentarse a la sociedad desde un enfoque informado y consciente. Esta preparación no se limita únicamente al conocimiento académico, sino que también incluye habilidades prácticas que les permiten intervenir, una vez terminado su proceso educativo, en diferentes contextos de manera efectiva. Esto es especialmente relevante para sus futuros procesos en el ámbito laboral, donde se espera que los jóvenes sean proactivos y capaces de desenvolverse con autonomía (González Martínez, Lleixà Fortuño & Espuny Vidal, 2016). Al ser herramientas promotoras del desarrollo juvenil, las redes sociales facilitan la generación de relaciones y aportan al crecimiento social mediante la interacción entre diversas personas, el intercambio de ideas y la construcción de vínculos. También permiten compartir conocimientos externos a los programas académicos, complementando su educación formal.

Esta interacción favorece el crecimiento personal y profesional al ofrecer una visión más amplia de sus respectivas áreas de estudio, así como de otras disciplinas complementarias. A través de las redes sociales, se establecen relaciones que permiten compartir conocimientos con profesionales de diferentes campos, expandiendo la red de contactos y fomentando un aprendizaje interdisciplinario (González & Muñoz, 2016). Junco (2020) resalta que estas plataformas no solo facilitan el aprendizaje colaborativo, sino que también fortalecen la relación académica entre los estudiantes y docentes, favoreciendo la construcción de competencias esenciales en el ámbito social, como la comunicación efectiva, la resolución de problemas y la capacidad de adaptación. Las redes sociales brindan a los jóvenes una formación educativa diversa y de fácil acceso, permitiéndoles participar activamente y beneficiarse de discusiones abiertas, foros interactivos y proyectos colaborativos. Este tipo de aprendizaje, que enriquece la experiencia educativa más allá del aula física, es particularmente efectivo en el desarrollo de habilidades blandas, tales como la negociación, la empatía y la colaboración, que son esenciales en el entorno laboral moderno.

Un aspecto relevante de las redes sociales es que fomentan la autonomía en el proceso de aprendizaje. Plataformas como YouTube, Instagram y TikTok ofrecen una amplia variedad de contenidos educativos que van desde conceptos académicos hasta el desarrollo personal. Esta flexibilidad permite a los jóvenes ampliar y profundizar en la información recibida en la universidad de una manera atractiva y accesible. Según Isidro y Moreno (2018), estas herramientas, utilizadas correctamente, refuerzan el proceso formativo, incentivando a los estudiantes a explorar temas que son de su interés y contribuyendo al desarrollo de habilidades críticas y reflexivas. El uso de redes sociales fomenta la curiosidad intelectual y el pensamiento crítico, incentivando a los estudiantes a investigar más allá de los

contenidos establecidos en sus programas académicos. Al tener acceso a diferentes fuentes de información y puntos de vista, los jóvenes pueden formar opiniones propias sobre temas de actualidad, lo cual es fundamental para su desarrollo integral como ciudadanos informados y comprometidos. Además, el contenido educativo digital puede servir como un recurso valioso para complementar los materiales tradicionales y proporcionar explicaciones más visuales y dinámicas que faciliten la comprensión de conceptos complejos.

Sin embargo, el acceso inmediato y constante a estas plataformas puede llegar a afectar negativamente la concentración y la calidad del aprendizaje de los estudiantes. Estudios recientes demuestran que el uso excesivo de las redes sociales está asociado con problemas de atención y con una disminución en la capacidad de realizar tareas de manera autónoma. La constante interacción digital genera un fenómeno denominado “Atención Fragmentada”, donde los jóvenes se acostumbran a dividir su tiempo entre múltiples actividades sin completar ninguna de manera efectiva. Mientras navegan entre publicaciones, videos y mensajes, la calidad del aprendizaje se ve afectada, ya que su cerebro no tiene tiempo suficiente para procesar y asimilar lo aprendido (Berrospi Suárez, 2020). Otro problema considerable es la exposición a contenidos inadecuados, incluyendo material violento, mensajes negativos y representaciones poco realistas de la vida. Según Turkle (2020), la exposición constante a esta “realidad digital” puede afectar gravemente la autoestima de los jóvenes, especialmente cuando se comparan con influencers o personalidades que presentan una vida idealizada. Este fenómeno, conocido como “síndrome de la comparación social”, genera sentimientos de inseguridad y ansiedad, ya que los jóvenes sienten la presión de estar a la altura de estándares inalcanzables, lo cual afecta su bienestar emocional y su desarrollo psicosocial.

La privacidad es otra preocupación importante en el uso de redes sociales. Muchos jóvenes no dimensionan las implicaciones que conlleva publicar información personal en línea, como ubicación, rutinas o datos personales. Isidro y Moreno (2018) subrayan que el uso irresponsable de estos datos puede llevar a situaciones de ciberbullying, que impactan negativamente la salud emocional de los estudiantes, afectando su rendimiento académico y, en algunos casos, llevando a problemas graves como la depresión y el aislamiento social. Es fundamental implementar estrategias educativas que promuevan el uso seguro y ético de las redes sociales, enseñando a los jóvenes a proteger su privacidad y manejar su información de manera responsable.

Es claro que las redes sociales tienen un impacto profundo tanto en el desarrollo académico como en el desarrollo personal y emocional de los jóvenes universitarios. Si bien ofrecen una plataforma para el aprendizaje colaborativo, la conexión social y el acceso a información, también presentan desafíos significativos que deben ser abordados con una actitud consciente y responsable. Los jóvenes deben ser educados no solo en el uso técnico de estas herramientas, sino también en cómo navegar el complejo mundo de las redes sociales de manera ética y segura, maximizando sus beneficios mientras minimizan los riesgos asociados. Para lograr un verdadero impacto positivo, es necesario equilibrar el potencial de las redes para fomentar el aprendizaje y la conexión, con estrategias claras para reducir sus efectos negativos en la concentración, la autoestima y la privacidad. Así, las redes sociales pueden convertirse en una herramienta poderosa para el desarrollo integral de los estudiantes, siempre que se usen con criterio y responsabilidad. Las redes sociales han sido un fenómeno que abarca tanto a adultos como a jóvenes, afectando de manera significativa las dinámicas

de comunicación, aprendizaje e interacción social. Cabe señalar que su impacto es mayor en la generación más joven, ya que ellos son los más expuestos y dispuestos a adentrarse en estas plataformas. De alguna u otra manera, las redes sociales han tenido un impacto significativo en su formación universitaria y en su desarrollo juvenil, afectando sus relaciones interpersonales, la manera en la que obtienen información, e incluso cómo se desarrollan profesionalmente (García & López Peláez, 2019)

Las redes sociales juegan un papel fundamental en el ámbito de la formación educativa, influyendo considerablemente en la facilidad de comunicarse con el resto de la sociedad y en la manera en que se imparte el conocimiento. Cuando se emplean de forma adecuada, pueden incentivar la autonomía de los estudiantes universitarios, fomentar el trabajo colaborativo y generar un aprendizaje acorde con las dinámicas y cambios que ocurren en la sociedad contemporánea. Las plataformas sociales brindan la oportunidad de un aprendizaje que es autónomo y colaborativo al mismo tiempo, ya que permiten que los estudiantes exploren contenidos a su propio ritmo y colaboren con otros en espacios de intercambio y discusión.

Buxarrais (2016) destaca la importancia de las redes sociales en el ámbito educativo, señalando que estas plataformas son herramientas clave que facilitan el trabajo colaborativo y el desarrollo de competencias esenciales para el mundo moderno. La exposición a múltiples perspectivas en redes como Twitter o LinkedIn les permite a los estudiantes reflexionar sobre diferentes temas y expandir su conocimiento más allá de lo que se aprende en el aula formal.

Además, estar inmersos en estas redes de forma correcta puede potenciar su contexto educativo, favoreciendo su aprendizaje y adaptación a los cambios que se presenten (Buxarrais, 2016). Estas redes, utilizadas adecuadamente, contribuyen a que el aprendizaje sea una experiencia más interactiva y personalizada, acorde con el contexto y las necesidades del estudiante.

Sin embargo, es importante destacar que las redes sociales también pueden generar adicción y afectar la privacidad de quienes las utilizan, especialmente cuando no se emplean de manera responsable (Alfaro & García, 2021). La dependencia de las redes sociales puede ser problemática, ya que los estudiantes a menudo se encuentran en un ciclo de verificación constante de notificaciones, distrayéndose de sus tareas académicas y responsabilidades. Esta distracción no solo disminuye la calidad de su proceso formativo, sino que también puede afectar su capacidad de concentración a largo plazo

Las redes sociales también contribuyen significativamente al desarrollo personal y profesional de los jóvenes. Una de las formas más importantes en las que lo hacen es mantenerlos actualizados sobre lo que sucede a su alrededor mediante publicaciones y actualizaciones constantes. Esta actualización continua ayuda a los jóvenes a desarrollar habilidades éticas y sociales, preparándolos para enfrentarse a la sociedad desde un enfoque informado y consciente. Esta preparación no se limita únicamente al conocimiento académico, sino que también incluye habilidades prácticas que les permiten intervenir, una vez terminado su proceso educativo, en diferentes contextos de manera efectiva. Esto es

especialmente relevante para sus futuros procesos en el ámbito laboral, donde se espera que los jóvenes sean proactivos y capaces de desenvolverse con autonomía (González Martínez, Lleixà Fortuño & Espuny Vidal, 2016).

Al ser herramientas promotoras del desarrollo juvenil, las redes sociales facilitan la generación de relaciones y aportan al crecimiento social mediante la interacción entre diversas personas, el intercambio de ideas y la construcción de vínculos. También permiten compartir conocimientos externos a los programas académicos, complementando su educación formal. Esta interacción favorece el crecimiento personal y profesional al ofrecer una visión más amplia de sus respectivas áreas de estudio, así como de otras disciplinas complementarias. A través de las redes sociales, se establecen relaciones que permiten compartir conocimientos con profesionales de diferentes campos, expandiendo la red de contactos y fomentando un aprendizaje interdisciplinario (González & Muñoz, 2016).

Junco (2020) resalta que estas plataformas no solo facilitan el aprendizaje colaborativo, sino que también fortalecen la relación académica entre los estudiantes y docentes, favoreciendo la construcción de competencias esenciales en el ámbito social, como la comunicación efectiva, la resolución de problemas y la capacidad de adaptación. Las redes sociales brindan a los jóvenes una formación educativa diversa y de fácil acceso, permitiéndoles participar activamente y beneficiarse de discusiones abiertas, foros interactivos y proyectos colaborativos. Este tipo de aprendizaje, que enriquece la experiencia educativa más allá del aula física, es particularmente efectivo en el desarrollo de habilidades blandas, tales como la negociación, la empatía y la colaboración, que son esenciales en el entorno laboral moderno

Un aspecto relevante de las redes sociales es que fomentan la autonomía en el proceso de aprendizaje. Plataformas como YouTube, Instagram y TikTok ofrecen una amplia variedad de contenidos educativos que van desde conceptos académicos hasta el desarrollo personal. Esta flexibilidad permite a los jóvenes ampliar y profundizar en la información recibida en la universidad de una manera atractiva y accesible. Según Isidro y Moreno (2018), estas herramientas, utilizadas correctamente, refuerzan el proceso formativo, incentivando a los estudiantes a explorar temas que son de su interés y contribuyendo al desarrollo de habilidades críticas y reflexivas.

El uso de redes sociales fomenta la curiosidad intelectual y el pensamiento crítico, incentivando a los estudiantes a investigar más allá de los contenidos establecidos en sus programas académicos. Al tener acceso a diferentes fuentes de información y puntos de vista, los jóvenes pueden formar opiniones propias sobre temas de actualidad, lo cual es fundamental para su desarrollo integral como ciudadanos informados y comprometidos.

Además, el contenido educativo digital puede servir como un recurso valioso para complementar los materiales tradicionales y proporcionar explicaciones más visuales y dinámicas que faciliten la comprensión de conceptos complejos.

Sin embargo, el acceso inmediato y constante a estas plataformas puede llegar a afectar negativamente la concentración y la calidad del aprendizaje de los estudiantes. Estudios recientes demuestran que el uso excesivo de las redes sociales está asociado con problemas de atención y con una disminución en la capacidad de realizar tareas de manera autónoma. La constante interacción digital genera un fenómeno denominado “Atención Fragmentada”, donde los jóvenes se acostumbran a dividir su tiempo entre múltiples actividades sin completar ninguna de manera efectiva. Mientras navegan entre publicaciones, videos y mensajes, la calidad del aprendizaje se ve afectada, ya que su

cerebro no tiene tiempo suficiente para procesar y asimilar lo aprendido (Berrospi Suárez, 2020).

Otro problema considerable es la exposición a contenidos inadecuados, incluyendo material violento, mensajes negativos y representaciones poco realistas de la vida. Según Turkle (2020), la exposición constante a esta “realidad digital” puede afectar gravemente la autoestima de los jóvenes, especialmente cuando se comparan con influencers o personalidades que presentan una vida idealizada. Este fenómeno, conocido como “síndrome de la comparación social”, genera sentimientos de inseguridad y ansiedad, ya que los jóvenes sienten la presión de estar a la altura de estándares inalcanzables, lo cual afecta su bienestar emocional y su desarrollo psicosocial.

La privacidad es otra preocupación importante en el uso de redes sociales. Muchos jóvenes no dimensionan las implicaciones que conlleva publicar información personal en línea, como ubicación, rutinas o datos personales. Isidro y Moreno (2018) subrayan que el uso irresponsable de estos datos puede llevar a situaciones de ciberbullying, que impactan negativamente la salud emocional de los estudiantes, afectando su rendimiento académico y, en algunos casos, llevando a problemas graves como la depresión y el aislamiento social. Es fundamental implementar estrategias educativas que promuevan el uso seguro y ético de las redes sociales, enseñando a los jóvenes a proteger su privacidad y manejar su información de manera responsable.

Es claro que las redes sociales tienen un impacto profundo tanto en el desarrollo académico como en el desarrollo personal y emocional de los jóvenes universitarios. Si bien ofrecen una plataforma para el aprendizaje colaborativo, la conexión social y el acceso a información, también presentan desafíos significativos que deben ser abordados con una actitud consciente y responsable. Los jóvenes deben ser educados no solo en el uso técnico de estas herramientas, sino también en cómo navegar el complejo mundo de las redes sociales de manera ética y segura, maximizando sus beneficios mientras minimizan

los riesgos asociados. Para lograr un verdadero impacto positivo, es necesario equilibrar el potencial de las redes para fomentar el aprendizaje y la conexión, con estrategias claras para reducir sus efectos negativos en la concentración, la autoestima y la privacidad. Así, las redes sociales pueden convertirse en una herramienta poderosa para el desarrollo integral de los estudiantes, siempre que se usen con criterio y responsabilidad.

## **Metodología**

Este estudio cualitativo tiene como objetivo contribuir desde la disciplina de trabajo social el impacto que generan las redes sociales en la formación y desarrollo de los estudiantes universitarios del Politécnico Grancolombiano y en su vida académica, social y emocional, analizando cómo el trabajo social puede intervenir de manera efectiva en este contexto digital.

## **Enfoque de la Investigación**

El enfoque cualitativo de esta investigación busca acceder a las experiencias y perspectivas subjetivas de los estudiantes sobre el uso de redes sociales y sus efectos en distintos aspectos de su vida. A través de un enfoque fenomenológico, se explorarán en profundidad las percepciones de los estudiantes sobre la influencia de estas plataformas en su desarrollo personal y académico y el papel que el trabajo social puede jugar en este ámbito.

El enfoque cualitativo permite analizar fenómenos desde la perspectiva de quienes los viven, enfocándose en comprender su subjetividad y contexto (Hernández Sampieri et al., 2014). En este estudio, el enfoque fenomenológico es especialmente relevante, ya que se centra en explorar las experiencias y percepciones de los estudiantes del Politécnico Grancolombiano sobre el impacto de las redes sociales en su vida académica, social y emocional. De acuerdo con Martínez (2011), la fenomenología busca “comprender el significado de las vivencias humanas desde la propia experiencia,” permitiendo que los participantes expresen su visión sobre el impacto de las redes y sus expectativas sobre posibles intervenciones.

Este enfoque también es adecuado para investigaciones donde se requiere explorar cómo fenómenos complejos, como las redes sociales, afectan aspectos individuales y colectivos en un contexto específico. Para Flick (2015), la investigación cualitativa es una herramienta fundamental para capturar la profundidad de las interacciones sociales y emocionales, lo que la hace particularmente útil en este caso.

## Diseño de la Investigación

El diseño fenomenológico se desarrollará para estudiar cómo los estudiantes experimentan y perciben el uso de redes sociales en su vida cotidiana, considerando las repercusiones en su bienestar emocional, rendimiento académico y relaciones

interpersonales. Este diseño permitirá también analizar cómo los estudiantes perciben el trabajo social en relación con el uso de redes, proporcionando una comprensión detallada de estas interacciones y sus implicaciones.

Según M. Barron 2021 dice que el enfoque fenomenológico en el uso correcto de las redes sociales a forma de comunicación y relación ha evolucionado, el efecto de las redes sociales repercute directamente en la salud mental, positiva o negativamente, la prevención, promoción a la salud y bienestar psicoemocional.

El diseño fenomenológico, según Hernández Sampieri et al. (2014), tiene como objetivo interpretar y comprender las experiencias vividas por los participantes, explorando los significados atribuidos a estas experiencias en un contexto particular. Este diseño es relevante en este estudio porque permite captar cómo los estudiantes perciben el impacto de las redes sociales en su bienestar emocional y académico, así como su percepción sobre el trabajo social en un entorno donde no existen antecedentes de esta disciplina.

Martínez (2011) destaca que el diseño fenomenológico proporciona herramientas para analizar las vivencias cotidianas de los individuos, permitiendo interpretar sus significados y su relevancia en contextos específicos. Por su parte, Bolívar (2012) señala que este enfoque conecta las experiencias individuales con dinámicas más amplias, como las estructuras académicas y sociales en las que los estudiantes se encuentran inmersos.

Este diseño también permite identificar patrones comunes en las experiencias de los estudiantes, proporcionando una base para proponer futuras intervenciones. Así, la fenomenología se convierte en una herramienta clave para comprender las necesidades y expectativas de los participantes, vinculándolas con posibles prácticas de trabajo social.

### **Selección de Participantes**

Para esta investigación, se seleccionará una muestra de estudiantes del Politécnico Grancolombiano mediante un muestreo intencional. La muestra incluirá estudiantes de diferentes facultades y niveles académicos, y se enfocará en tres tipos de participantes:

1. **Usuarios frecuentes de redes sociales:** Aquellos estudiantes que consideran que el uso de redes tiene un impacto significativo en su vida académica y emocional.

2. **Usuarios ocasionales de redes sociales:** Aquellos estudiantes que usan redes sociales de forma limitada y no perciben un gran impacto en su vida académica o personal.

Se espera contar con un total de 100 participantes que representen estos perfiles, permitiendo una diversidad de perspectivas que enriquecerá el análisis; pero se elegirán 30 para hacer los grupos focales, en donde se dividirán en 2 grupos cada uno compuesto por 15 participantes.

### **Técnicas de Recolección de Datos**

Para explorar las experiencias de los estudiantes con profundidad, se emplearán tres técnicas de recolección de datos:

1. **Entrevistas en Profundidad Semiestructuradas:** Las entrevistas, permitirán que los participantes expresen en detalle sus experiencias y opiniones sobre el impacto de las redes sociales en su vida académica y personal. Las preguntas están diseñadas para abordar temas como la percepción de impacto en el rendimiento académico y la presencia de apoyo del trabajo social en su relación con las redes.
2. **Grupos Focales:** Se compondrán dos grupos focales de 15 estudiantes, divididos según el nivel de uso de redes sociales. Los grupos focales servirán para facilitar discusiones en las que los estudiantes compartan y contrasten sus puntos de vista sobre el papel del trabajo social, el impacto de las redes en su bienestar personal y académico, y sus expectativas de intervención.
3. **Diarios Reflexivos:** Durante una semana, los participantes mantendrán un diario donde registran sus reflexiones sobre el uso de redes sociales en sus actividades diarias y académicas, así como sus pensamientos sobre posibles

intervenciones de trabajo social que consideren necesarias o útiles en este ámbito. Los diarios permitirán captar reflexiones espontáneas y diarias de los estudiantes.

### **Análisis de Datos**

El análisis de los datos se realizará mediante la técnica de análisis temático, que se desarrollará en tres fases principales:

1. **Codificación Inicial:** Las transcripciones de entrevistas, grupos focales y entradas de diarios serán revisadas minuciosamente para identificar códigos iniciales que representan ideas y temas emergentes, tales como "impacto en el rendimiento académico," "salud emocional" y "apoyo de trabajo social."

2. **Agrupación Temática:** Los códigos se agruparán en temas amplios, organizados en torno a las categorías de impacto académico, salud emocional, relaciones interpersonales y percepción del trabajo social. Esta organización permitirá obtener una visión estructurada de las experiencias y reflexiones de los estudiantes.

3. **Interpretación y síntesis:** Finalmente, los temas se interpretarán de manera integral, contrastando las perspectivas de los distintos perfiles de estudiantes y considerando las experiencias diferenciadas según el uso de redes. Este análisis permitirá identificar las expectativas y necesidades de intervención de los estudiantes y vincularlas con las prácticas actuales y potenciales del trabajo social.

### **Consideraciones Éticas**

Para proteger la privacidad y los derechos de los participantes, este estudio

adoptará medidas éticas rigurosas. Los estudiantes firmarán un consentimiento informado antes de participar, en el cual se les explicará la finalidad del estudio, los métodos de recolección de datos y el uso confidencial de la información. Asimismo, se les informará de su derecho a retirarse del estudio en cualquier momento.

### **Validación**

Para asegurar la fiabilidad y validez de los datos obtenidos, se emplearán dos estrategias de validación:

1. **Triangulación de Métodos:** La combinación de entrevistas, grupos focales y diarios reflexivos permitirá verificar la consistencia y complementariedad de la información, aportando múltiples perspectivas al análisis.
2. **Revisión de Resultados por los Participantes:** Los hallazgos preliminares serán compartidos con los participantes para obtener su retroalimentación y asegurar que las interpretaciones reflejan fielmente sus experiencias y perspectivas.

## Sistematización de Encuesta sobre Redes Sociales y Trabajo

### Social

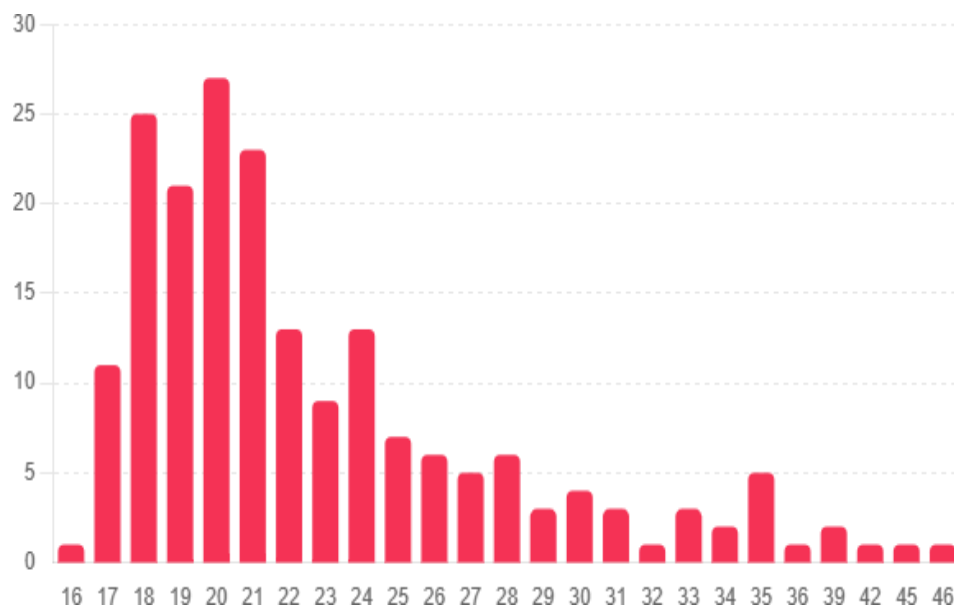
A continuación, se presentan los resultados organizados por cada pregunta de la encuesta aplicada. Se muestran las respuestas y la cantidad de personas que eligieron cada opción.

**Tabla 1**

### Edades

Edad	Cantidad
16	1
17	11
18	25
19	21
20	27
21	23
22	13
23	9
24	13
25	7
26	6
27	5
28	6
29	3
30	4
31	3
32	1

33	3
34	2
35	5
36	1
39	2
42	1
45	1
46	1

**Figura 1**

De la gráfica anterior se puede concluir que los participantes están en un rango de edad entre los 16 y 46 años, teniendo mayor participación en el rango de 17 a 24 años

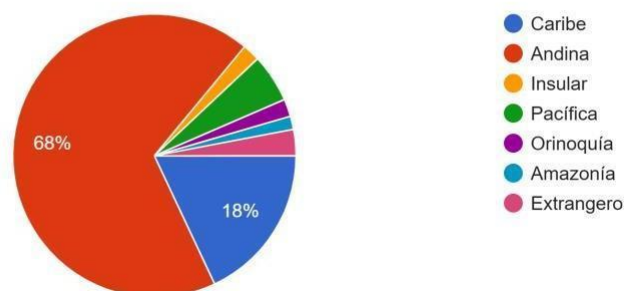
**Tabla 2****¿Región de Nacimiento?**

Respuesta	Cantidad
Amazonía	3
Andina	136
Caribe	36
Extranjero	6
Insular	4
Orinoquía	4
Pacífica	11

**Figura 2**

## ¿Región de nacimientos ?

200 respuestas



Se puede evidenciar que, la mayoría de los encuestados en el politécnico grancolombiano el 68% son de la región andina y en su minoría son nacidos en insular, Orinoquía y Amazonía

Tabla 3

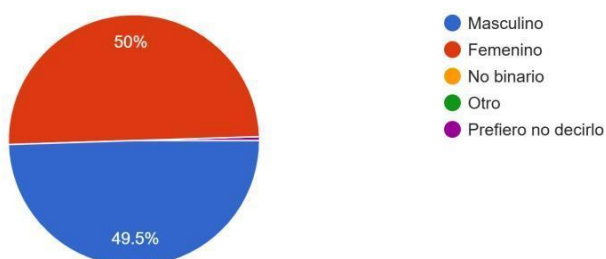
## Género

Respuesta	Cantidad
Femenino	100
Masculino	99
Prefiero no decirlo	1

Figura 3

## Genero

200 respuestas



Con las respuestas en esta pregunta se puede concluir que la muestra es

heterogénea dado que hay 100 mujeres, 99 hombres y solo una persona que prefiere no decirlo

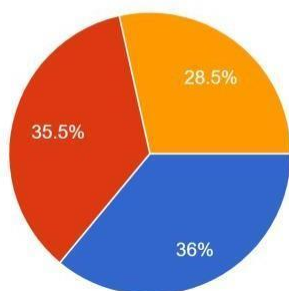
**Tabla 4**

**Facultad a la que pertenece**

Respuesta	Cantidad
Facultad de Ingeniería, Diseño e Innovación (FIDI): Ingeniería Industrial, Ingeniería de Sistemas, Ingeniería de Telecomunicaciones, Diseño Gráfico, Diseño de Modas, Tecnología en Desarrollo de Software.	72
Facultad de Negocios, Gestión y Sostenibilidad (FNCS): Administración de Empresas, Contaduría Pública, Negocios Internacionales, Finanzas, Tecnología en Gestión de Servicios para Aerolíneas.	57
Facultad de Sociedad, Cultura y Creatividad (FSCC): Comunicación Social y Periodismo, Profesional en Medios Audiovisuales, Psicología, Derecho, Mercadeo y Publicidad.	71

**Figura 4**

Facultad a la que pertenece  
200 respuestas



- Facultad de Ingeniería, Diseño e Innovación (FIDI): Ingeniería Industrial, Ingeniería de Sistemas, Ingeniería de Telecomunicaciones, Diseño Gráfico,...
- Facultad de Sociedad, Cultura y Creatividad (FSCC): Comunicación Social y Periodismo, Profesional en Medios Audiovisuales, Psicología, Der...
- Facultad de Negocios, Gestión y Sostenibilidad (FNGS): Administración de Empresas, Contaduría Pública, Ne...

De las 200 personas encuestadas hay una semejanza entre los porcentajes en la participación de las facultades.

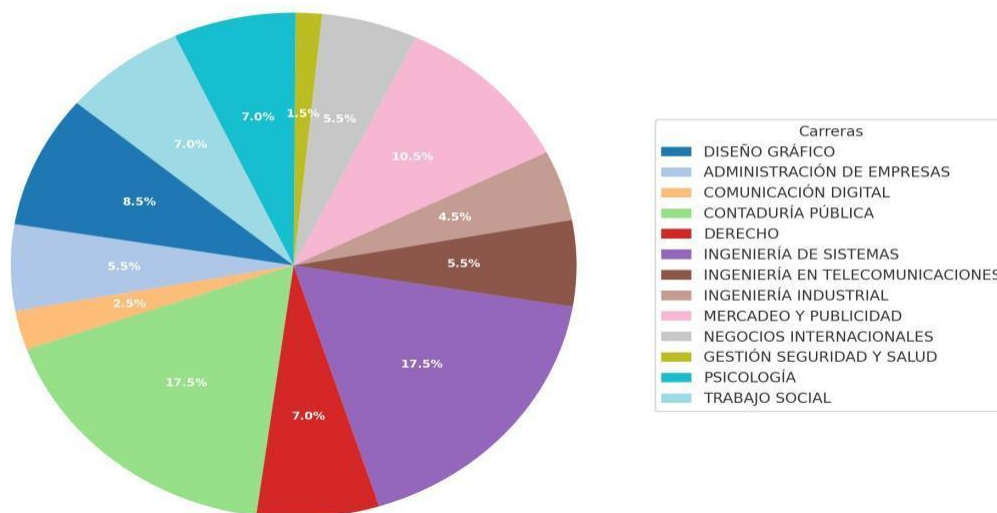
**Tabla 5**

**Carrera a la que perteneces**

Respuesta	Cantidad
PROFESIONAL EN GESTIÓN DE LA SEGURIDAD Y LA SALUD LABORAL	3
COMUNICACIÓN DIGITAL	5
INGENIERÍA INDUSTRIAL	9
ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS	11
NEGOCIOS INTERNACIONALES	11
INGENIERÍA EN TELECOMUNICACIONES	11
DERECHO	14
DISEÑO GRÁFICO	17
MERCADEO Y PUBLICIDAD	21
PSICOLOGÍA	14
TRABAJO SOCIAL	14
INGENIERÍA DE SISTEMAS	35
CONTADURÍA PÚBLICA	35

**Figura 5**

Carrera a la que perteneces



Aunque hay una mayor participación de unas carreras, en general se puede decir que todas tuvieron la posibilidad de participar en el estudio

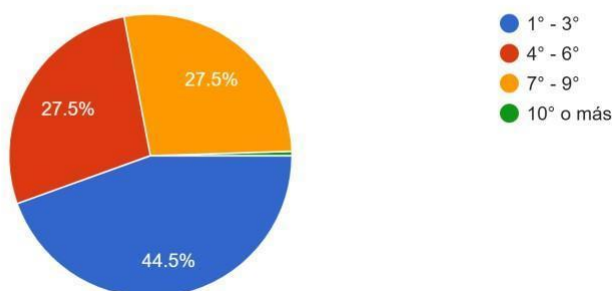
**Tabla 6****¿En qué semestre te encuentras actualmente?**

Respuesta	Cantidad
10° o más	1
1° - 3°	89
4° - 6°	55
7° - 9°	55

**Figura 6**

¿En qué semestre te encuentras actualmente?

200 respuestas



La mayoría de las personas con un porcentaje de 44.5% que sería 89 personas están cursando los semestres del 1 al 3 y solo unas personas de las encuestadas están en el semestre 10

**Tabla 7**

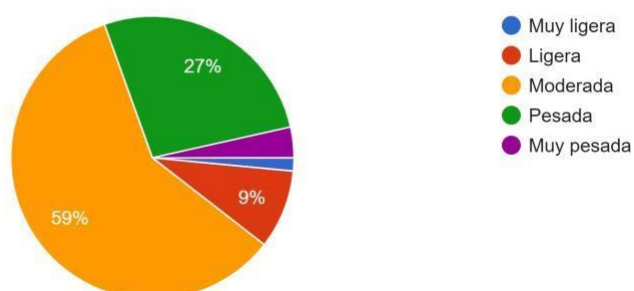
¿Cómo calificarías la carga académica de tu semestre?

Respuesta	Cantidad
Muy ligera	3
Muy pesada	7
Ligera	18
Pesada	54
Moderada	118

**Figura 7**

¿Cómo calificarías la carga académica de tu semestre?

200 respuestas



Se puede decir que la mayoría de los encuestados con un porcentaje del 59%

considera que la carga académica del semestre que están cursando es moderada

**Tabla 8**

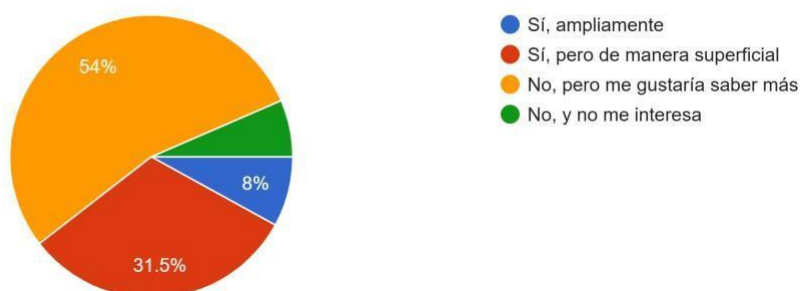
**¿Conoces la labor del trabajador social en el ámbito universitario?**

Respuesta	Cantidad
No, y no me interesa	13
Sí, ampliamente	16
Sí, pero de manera superficial	63
No, pero me gustaría saber más	108

**Figura 9**

¿Conoces la labor del trabajador social en el ámbito universitario?

200 respuestas



El menor porcentaje de esta grafica no tienen ningún interés en conocer la labor del trabajador social, mientras que el 8% la conoce ampliamente, contando también con un 31.5% que conoce la labor, pero de una manera superficial, teniendo así el mayor porcentaje del 54% de la población encuestada que no conoce la labor del trabajador social en el ámbito universitario, pero les gustaría saber más .

**Tabla 9**

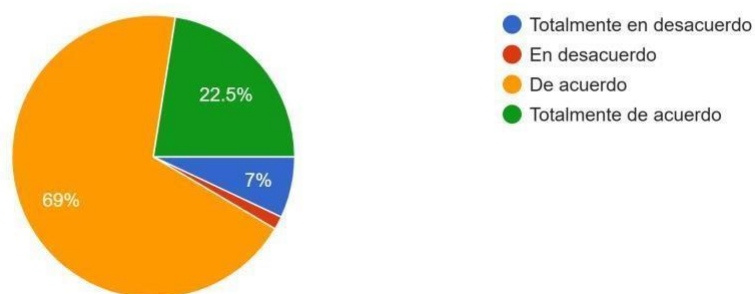
**¿Consideras que el trabajo social puede mejorar el bienestar de los estudiantes universitarios?**

Respuesta	Cantidad
-----------	----------

En desacuerdo	3
Totalmente en desacuerdo	14
Totalmente de acuerdo	45
De acuerdo	138

**Figura 9**

¿Consideras que el trabajo social puede mejorar el bienestar de los estudiantes universitarios?  
200 respuestas



A pesar de que la mayoría de los estudiantes no conocen la carrera existe un 69% creen que el trabajador social puede mejorar o aportar al bienestar de los estudiantes y la menor cantidad, 3 personas dicen que no están de acuerdo en que el trabajador social intervenga en el bienestar de los universitarios

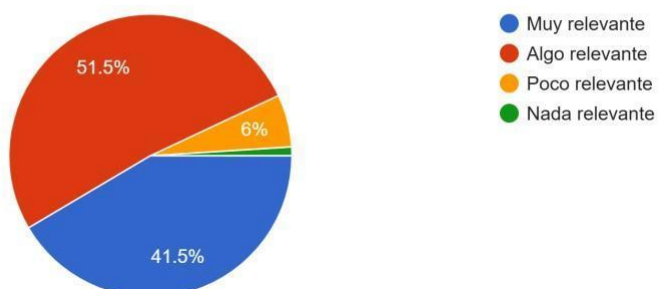
**Tabla10**

**¿Qué tan relevante crees que es el trabajo social para la formación académica?**

Respuesta	Cantidad
Nada relevante	2
Poco relevante	12
Muy relevante	83
Algo relevante	103

**Figura 10**

¿Qué tan relevante crees que es el trabajo social para la formación académica?  
200 respuestas



Para la mayoría de los participantes el trabajo social es algo relevante y muy relevante contando con un porcentaje de 41,5% y 51,5%, mientras que una minoría del 6% piensa que es poco relevante

**Tabla 11**

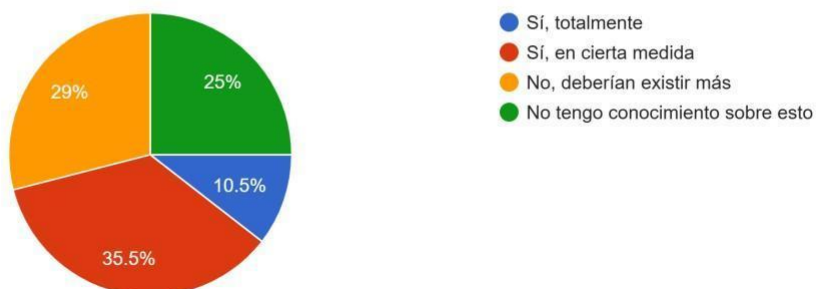
**¿Sientes que el Politécnico Gran Colombiano ofrece suficientes espacios de trabajo social para los estudiantes?**

Respuesta	Cantidad
No tengo conocimiento sobre esto	50
No, deberían existir más	58
Sí, en cierta medida	71
Sí, totalmente	21

**Figura 11**

¿Sientes que el Politécnico Grancolombiano ofrece suficientes espacios de trabajo social para los estudiantes?

200 respuestas



En esta gráfica las opiniones estuvieron muy divididas dado que un 10,5% considera que, si se le ofrecen los espacios suficientes al trabajo social y un 35,5% considera que si, pero en cierta medida, a lo que un 29% considera que no se le ofrecen suficientes espacios y que deberían existir más, sin dejar de contar con un 25% de la población que no tiene conocimiento de si se ofrecen o no estos espacios

**Tabla 12**

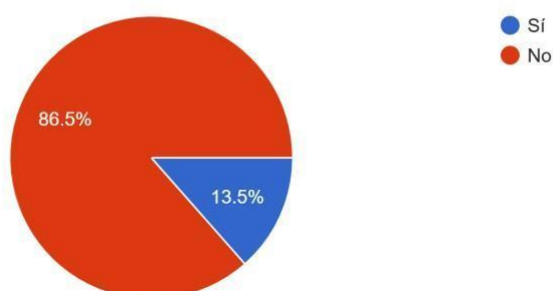
**¿Has participado en algún programa de apoyo o intervención del área de trabajo social en la universidad?**

Respuesta	Cantidad
No	173
Sí	27

**Figura 12**

¿Has participado en algún programa de apoyo o intervención del área de trabajo social en la universidad?

200 respuestas



Esta gráfica tiene un importante resultado dado que un 86,5% de la población no ha

participado ni ha tenido una intervención del área de trabajo social en la universidad, contando con una minoría del 13,5% que dicen que si

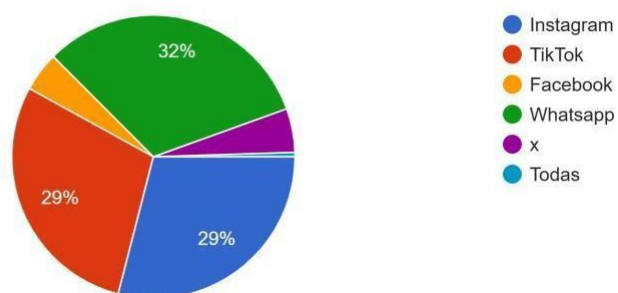
**Tabla 13**

**¿Qué red social utilizas con más frecuencia**

Respuesta	Cantidad
Facebook	9
Instagram	58
TikTok	58
Todas	1
WhatsApp	64
x	10

**Figura 13**

¿Qué red social utilizas con más frecuencia  
200 respuestas



La mayoría de estudiantes usa WhatsApp, seguido por Instagram y TikTok. Esto indica una alta preferencia por redes con contenido visual y comunicación directa. Facebook, tradicionalmente popular, tiene menor uso, lo que evidencia un cambio generacional en las preferencias digitales.

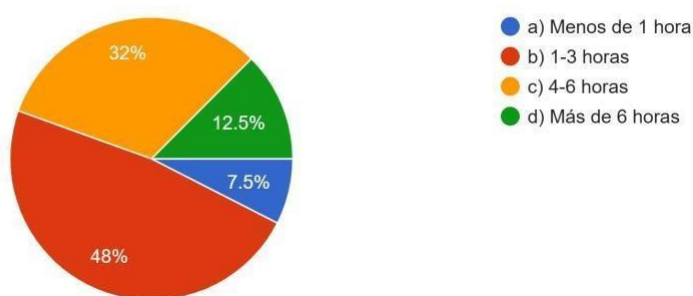
Tabla 14

### ¿Cuántas horas al día dedicas al uso de redes sociales

Respuesta	Cantidad
a) Menos de 1 hora	15
b) 1-3 horas	96
c) 4-6 horas	64
d) Más de 6 horas	25

Figura 14

¿Cuántas horas al día dedicas al uso de redes sociales  
200 respuestas



En los resultados de esta grafica podemos observar que solo un 7,5% de la población utiliza menos de una hora las redes sociales, mientras que se puede notar un considerable aumento si nos vamos a los que utilizan las redes de 1 a 3 horas con un porcentaje de 48%,

teniendo en cuenta que también se cuenta con una población que utiliza las redes de 4 a 6 horas con un porcentaje de 32% y hasta más de 6 horas con un porcentaje del 12,5%

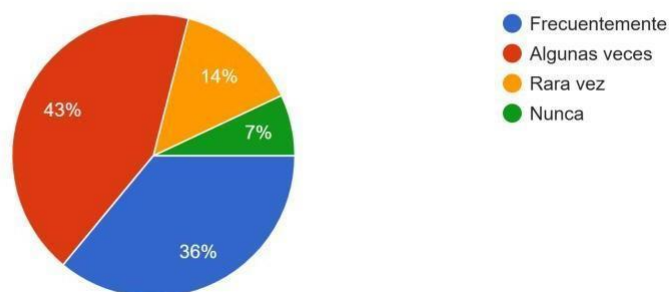
Tabla 15

### ¿Usas las redes sociales para actividades académicas

Respuesta	Cantidad
Nunca	14
Rara vez	28
Frecuentemente	72
Algunas veces	86

**Figura 15**

¿Usas las redes sociales para actividades académicas  
200 respuestas



En esta gráfica se puede observar con grandes porcentajes de la población que un 43% utiliza algunas veces las redes sociales para actividades académicas, el cual se refuerza con el 36% que utiliza frecuentemente las redes para sus actividades académicas, teniendo minorías del 14% que rara vez las utiliza para esto y el 7% que nunca lo hace

**Tabla 16**

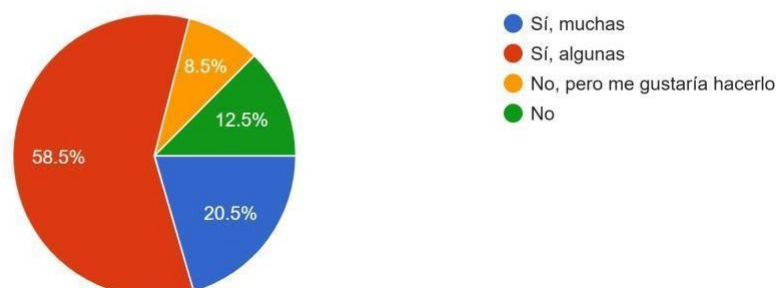
**¿Sigues a páginas o cuentas educativas en redes sociales?**

Respuesta	Cantidad
No	25
No, pero me gustaría hacerlo	17
Sí, algunas	117
Sí, muchas	41

**Figura 16**

¿Sigues a páginas o cuentas educativas en redes sociales?

200 respuestas



El mayor porcentaje con el 58,5% de la población dio como respuesta que, si sigue algunas páginas o cuentas educativas en redes sociales, mientras que un 20,5% dijo que, si lo hace y que sigue muchas, lo contrarresta un porcentaje del 12,5% que dice rotundamente que no sigue ninguna, pero un porcentaje del 8,5% dice que no pero que por otro lado si les gustaría hacerlo

**Tabla 17**

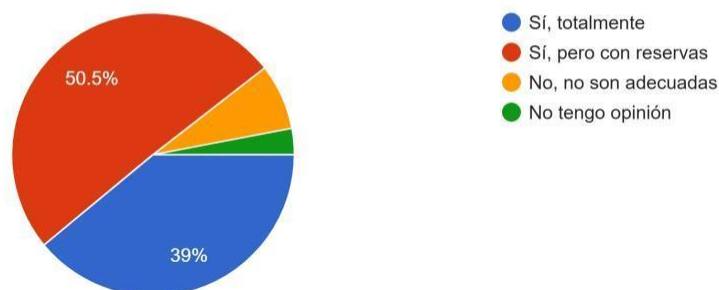
**¿Consideras que las redes sociales pueden ser un canal para la orientación psicológica y emocional en el ámbito universitario?**

Respuesta	Cantidad
Sí, totalmente	78
Si, pero con reservas	101
No son adecuadas	15
No Tengo opinión	6

**Figura 17**

¿Consideras que las redes sociales pueden ser un canal para la orientación psicológica y emocional en el ámbito universitario?

200 respuestas



En esta gráfica se puede observar que un porcentaje del 30% de la población considera totalmente que, si sobre que las redes sean un canal de orientación psicológica y emocional en el ámbito universitario, lo que un porcentaje del 50,5% refuerza diciendo que sí, pero con reservas, mientras que hay una contrarresta en minoría de los que dicen que no es adecuado y que no opinan sobre esto

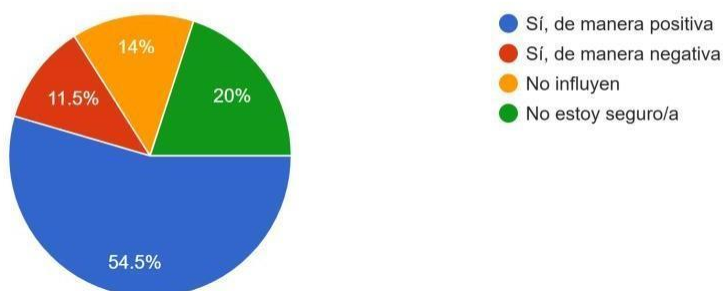
**Tabla 18**

**¿Sientes que las redes sociales influyen en la forma en que ves tu futuro profesional?**

Respuesta	Cantidad
No estoy seguro/a	40
No influyen	28
Sí, de manera negativa	23
Sí, de manera positiva	109

**Figura 18**

¿Sientes que las redes sociales influyen en la forma en que ves tu futuro profesional?  
200 respuestas



El 54,5% de la población considera que las redes sociales sí influyen en la forma como ven su futuro profesional de manera muy positiva, con otra postura el 11,5% dice que, si influye, pero de manera negativa, un 20% dice que no está seguro de esto mientras que el 14% piensa en que esto no influye

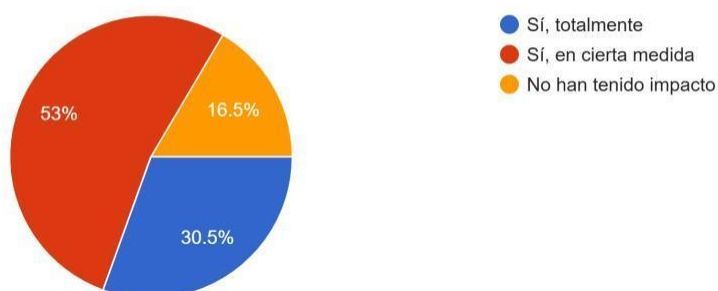
**Tabla 19**

**¿Has cambiado tu forma de estudiar debido al acceso a material educativo en redes sociales?**

Respuesta	Cantidad
No han tenido impacto	33
Sí, en cierta medida	106
Sí, totalmente	61

**Figura 19**

¿Has cambiado tu forma de estudiar debido al acceso a material educativo en redes sociales?  
200 respuestas



En esta gráfica se evidencia que un 30,5% de la población opinan que sí totalmente ha cambiado su forma de estudiar debido al acceso a material educativo en redes sociales, lo que refuerza un porcentaje del 53% que están de acuerdo, pero piensan que, hasta cierta medida, a lo que un 16,5 lo contrarresta diciendo que no ha tenido ningún impacto

**Tabla 20**

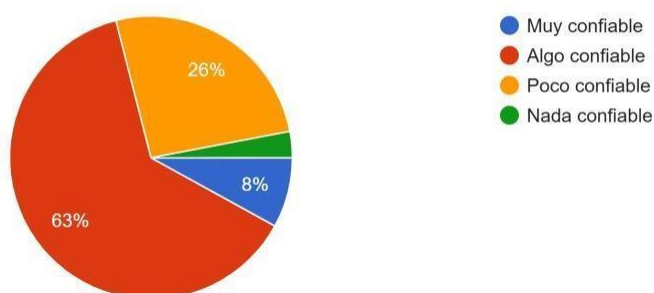
**¿Cómo consideras el contenido educativo en redes sociales?**

Respuesta	Cantidad
Algo confiable	126
Muy confiable	16
Nada confiable	6
Poco confiable	52

**Figura 20**

¿Cómo consideras el contenido educativo en redes sociales?

200 respuestas



Se puede observar que un bajo porcentaje del 8% piensa que el contenido educativo en redes sociales es muy confiable, mientras que el mayor porcentaje 63% consideran que es algo confiable, a lo que baja el porcentaje al 26% de los que dicen que es poco confiable y una minoría con nada confiable

**Tabla 21**

**¿Consideras que las redes sociales afectan tu productividad**

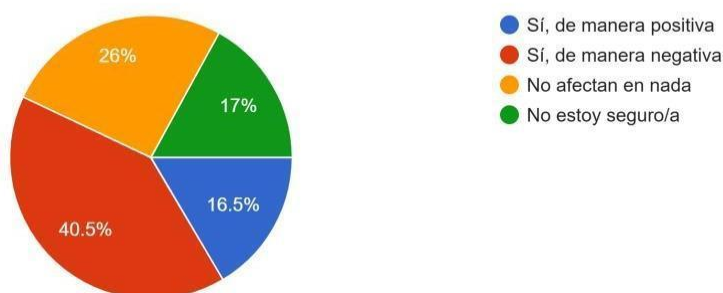
**académica?**

Respuesta	Cantidad
No afectan en nada	52
No estoy seguro/a	34
Sí, de manera negativa	81
Sí, de manera positiva	33

**Figura 21**

¿Consideras que las redes sociales afectan tu productividad académica?

200 respuestas



En esta gráfica se muestra una variedad en las posturas dado que un 16,5% consideran que las redes sociales afectan de manera positiva su productividad académica, hay una contraprestación de esto por el 40,5% de que, si afecta, pero de manera negativa, también se observa que el 26% tiene una postura de que no afecta en nada su productividad y el 17% no están seguros.

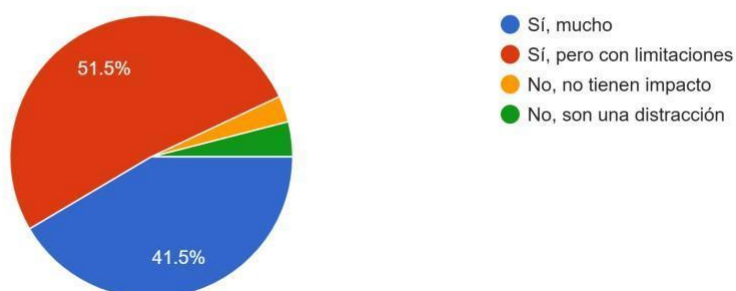
**Tabla 22**

**¿Crees que las redes sociales pueden ser una herramienta útil para mejorar la educación?**

Respuesta	Cantidad
No, no tienen impacto	6
No, son una distracción	8
Sí, mucho	83
Sí, pero con limitaciones	103

**Figura 22**

¿Crees que las redes sociales pueden ser una herramienta útil para mejorar la educación?  
200 respuestas



El 41,5% cree que las redes sociales si pueden ser una herramienta muy útil para mejorar la educación, lo refuerza el 51,5% que también piensa que sí, pero con limitaciones, mientras que una minoría piensa que no tiene mucho impacto porque son distracción

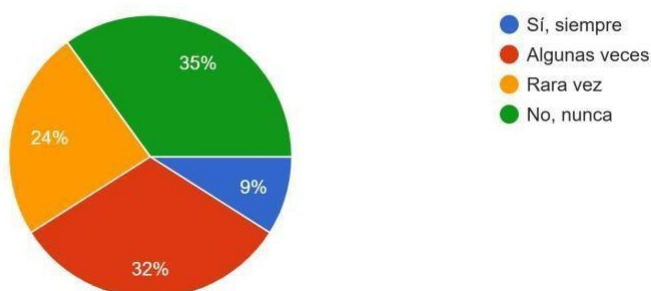
**Tabla 23**

**¿Te sientes presionado/a por la imagen que otros proyectan en redes sociales?**

Respuesta	Cantidad
Algunas veces	64
No, nunca	70
Rara vez	48
Sí, siempre	18

**Figura 23**

¿Te sientes presionado/a por la imagen que otros proyectan en redes sociales?  
200 respuestas



En el mayor porcentaje encontramos el 35% de la población que considera que nunca se han sentido presionados por la imagen que otros proyectan en redes sociales, a este le sigue el 32% de la población que por su parte si sienten que algunas veces se han sentido presionados, una tercera postura manifiesta que rara vez se sienten presionados, y una minoría del 9% que siempre se sienten presionados

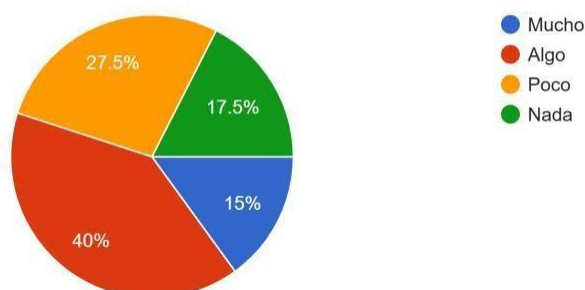
**Tabla 24**

**¿Cuánto crees que influyen los contenidos de redes sociales en tu estado emocional?**

Respuesta	Cantidad
Algo	80
Mucho	30
Nada	35
Poco	55

**Figura 24**

¿Cuánto crees que influyen los contenidos de redes sociales en tu estado emocional?  
200 respuestas



En esta gráfica se observa que un 15% de la población cree que influye mucho los contenidos de redes sociales en su estado emocional, mientras que el mayor porcentaje de 40% creen que, si influye en algo, esto lo contrarresta el 27,5% de la población que piensan que poco es lo que influye, a lo que el 17,5% en su postura consideran en que no tiene ninguna influencia

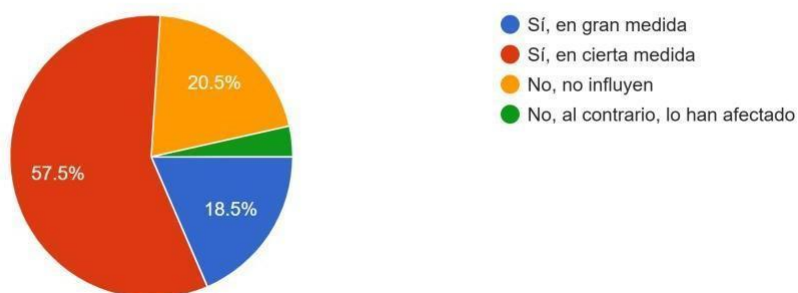
**Tabla 25**

**¿Crees que las redes sociales han mejorado tu aprendizaje y acceso a información académica?**

Respuesta	Cantidad
No, al contrario, lo han afectado	7
No, no influyen	41
Sí, en cierta medida	115
Sí, en gran medida	37

**Figura 25**

¿Crees que las redes sociales han mejorado tu aprendizaje y acceso a información académica?  
200 respuestas



El 18,5% de la población cree que en gran manera las redes sociales han mejorado su aprendizaje y acceso a información académica, el 57,5% también piensa que sí, pero en cierta manera, hay una contraprestación del 20,5% que piensa que no influye en nada y una minoría que hasta por el contrario los ha afectado

**Tabla 26**

**¿Sientes que puedes controlar el tiempo que pasas en redes sociales?**

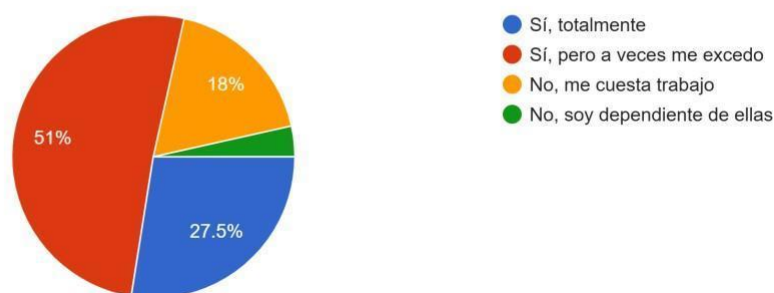
Respuesta	Cantidad
-----------	----------

No, me cuesta trabajo	36
No, soy dependiente de ellas	7
Sí, pero a veces me excedo	102
Sí, totalmente	55

**Figura 26**

¿Sientes que puedes controlar el tiempo que pasas en redes sociales?

200 respuestas



El 27,55 de la población siente que si controla el tiempo que utiliza en redes, mientras que el 51% también siente que lo controla, pero en ocasiones se excede, a lo que hay una contraprestación del 18% que no lo controla y le cuesta mucho trabajo, y una pequeña minoría se siente que no lo controla y percibe dependencia de estas redes sociales

**Tabla 27**

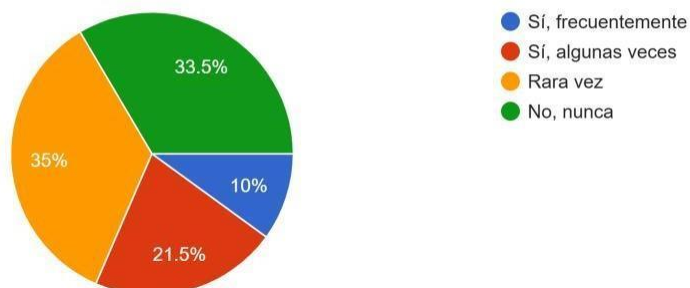
**¿Has experimentado ansiedad o estrés por el uso excesivo de redes sociales?**

Respuesta	Cantidad
No, nunca	67
Rara vez	70
Sí, algunas veces	43
Sí, frecuentemente	20

**Figura 27**

¿Has experimentado ansiedad o estrés por el uso excesivo de redes sociales?

200 respuestas



En este aspecto el 10% de la población si ha experimentado ansiedad o estrés frecuentemente por el uso excesivo de redes sociales, un 21,5% lo ha sentido, pero solo algunas veces, mientras que un 35% siendo el mayor porcentaje siente que rara vez lo ha percibido, con un porcentaje también alto el 33,5% dijo que nunca lo ha experimentado

**Tabla 28**

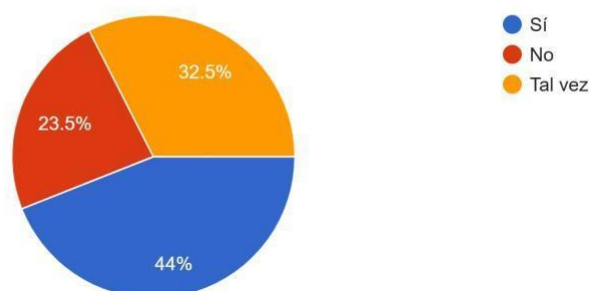
**¿Consideras que las redes sociales fomentan un aprendizaje autónomo?**

Respuesta	Cantidad
No	47
Sí	88
Tal vez	65

**Figura 28**

¿Consideras que las redes sociales fomentan un aprendizaje autónomo?

200 respuestas



El mayor porcentaje considera que las redes sociales si fomentan un aprendizaje autónomo, lo contradice el 32,5% que dice que no, mientras que el 23,5 considera que tal vez podría fomentarlo

**Tabla 29**

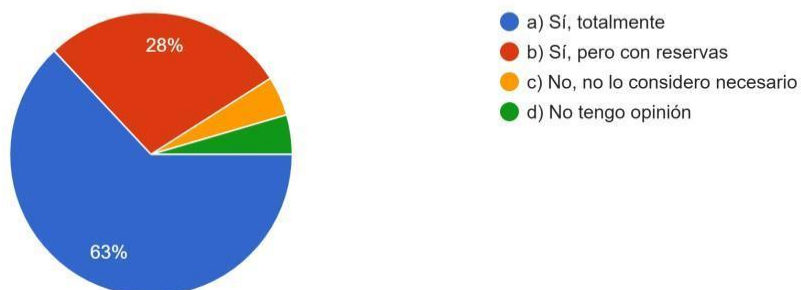
**¿Apoyarías que se implementen estrategias desde el trabajo social para orientar el uso responsable de redes sociales?**

Respuesta	Cantidad
a) Sí, totalmente	126
b) Sí, pero con reservas	56
c) No, no lo considero necesario	9
d) No tengo opinión	9

**Figura 29**

¿Apoyarías que se implementen estrategias desde el trabajo social para orientar el uso responsable de redes sociales?

200 respuestas



En los valores que pudo arrojar el estudio realizado con los estudiantes, se pudo evidenciar de que en una manera positiva el 63% de la población apoya que se implementen estrategias desde el trabajo social para la orientación del uso de las redes sociales en la educación, algunos plantean el hecho de que es una gran forma para poder regular el uso que le dan personal y cotidianamente a las redes, por otra parte un 28% opino también que sí, pero con algunas reservas sobre el tema, argumentando que la sociedad no necesita ser regulada y orientada al usar las redes de una forma u otra, sino que hace parte de la vida y la sociedad que estas estén presentes independientemente del uso que le de cada quien, el resto de la población no lo considera necesario argumentando un poco desde la visión anterior, no opinando mucho al respecto sobre el tema

## **sistematización del grupo focal**

### **Grupo Focal Día**

Título del encuentro: Grupo focal sobre redes sociales y rol del trabajo social Lugar: Politécnico grancolombiano

Participantes: 8 Estudiantes de diferentes carreras universitarias Moderadores: Andrés, Sebastián, Isabella, María Fernanda

Propósito: Explorar las percepciones sobre el uso de redes sociales y su relación con la vida académica, emocional y social de los estudiantes universitarios.

El grupo focal se desarrolló el 11 de abril de 2025 en el Politécnico, liderado por estudiantes de Trabajo Social como parte de una investigación de grado. El espacio inició con una introducción a cargo de Andrés, quien explicó que esta actividad era la etapa final de recolección de datos luego de haber aplicado encuestas y entrevistas. Se agradeció a los asistentes por participar y se planteó que el objetivo era hablar sobre el uso de redes sociales y cómo estas afectan la vida universitaria, emocional y social de los estudiantes. Se inició con una actividad rompehielos donde cada participante dijo su nombre, red social favorita y el porqué. Las más mencionadas fueron TikTok, Instagram, YouTube y WhatsApp

y las razones variaron entre entretenimiento, comunicación, contenido educativo, humor y moda.

Luego se planteó la primera pregunta: ¿Cuánto tiempo al día pasas en redes sociales? Las respuestas fueron variadas. Algunas personas dijeron 2 a 4 horas, pero otras afirmaron pasar entre 7 y 10 horas al día conectadas,

especialmente en vacaciones, donde el tiempo llegaba a ser de hasta 16 o 20 horas. Varias personas se dieron cuenta de la cantidad de tiempo que gastaban cuando revisaban las estadísticas del celular, aunque mencionaron que muchas veces, aunque una app les indique que han llegado al límite, simplemente pasan a otra red sin cortar el hábito. La conciencia sobre el tiempo real invertido es baja, y el grupo reaccionó con sorpresa al hablarlo en voz alta.

Frente a la pregunta de si las redes ayudan o distraen en la vida universitaria, la mayoría coincidió en que depende del uso. Estudiantes de diseño gráfico y derecho dijeron que siguen cuentas educativas o informativas que les ayudan a comprender temas complejos. Por ejemplo, un estudiante de derecho mencionó a un abogado que explica temas difíciles en relés o videos cortos. Sin embargo, también se habló de la distracción constante que generan las notificaciones, el algoritmo y la facilidad para “perdersé” en contenido no académico mientras se intenta estudiar. Se reflexionó sobre la necesidad de saber filtrar la información y no creer todo lo que se ve, reconociendo que muchas veces se acude a las redes como parche o complemento de lo que no se entiende bien en clase, aunque no siempre sea confiable.

Al abordar la influencia emocional de las redes sociales, surgieron testimonios personales. Se dijo que hay una presión constante por verse bien, cumplir estándares estéticos y mostrar una vida ideal. Muchas mujeres hablaron de cómo les aparece contenido que refuerza inseguridades físicas, como dietas, cuerpos perfectos, maquillaje impecable y estereotipos de belleza. También se compartió que ver contenido emocional o de animales puede ayudar a sentirse mejor o sacar emociones reprimidas. Sin embargo, la mayoría coincidió en que las redes generan una mezcla de emociones difíciles de gestionar, dependiendo de lo que se consume. Se reflexionó sobre cómo el contenido visual tiene un impacto directo en la autoestima y cómo la comparación constante con los demás deteriora la percepción de uno mismo.

Al preguntar si las redes ayudan a estudiar o quitan tiempo, las respuestas volvieron a mostrar una dualidad. Algunos estudiantes reconocieron que las redes les han servido para buscar información rápida, ver ejemplos o inspirarse en trabajos de otros, especialmente en carreras creativas como diseño o comunicación. Pero también se dijo que es muy fácil desviarse del objetivo inicial. Una persona contó que empieza buscando algo académico y termina viendo videos que no tienen relación, lo que le corta el ritmo de estudio. Se mencionó que el problema no es tanto la red como tal, sino la falta de concentración y autocontrol frente al contenido.

La siguiente pregunta fue si lo que se ve en redes sociales genera presión académica. Varias personas dijeron que sí. Una estudiante comentó que constantemente ve a personas que, en videos de 3 minutos, muestran que estudian dos carreras, hacen ejercicio, trabajan, viajan, y además se ven felices. Esa comparación genera frustración, ansiedad e inseguridad, porque uno siente que no está haciendo suficiente. También se habló de cómo, en carreras como comunicación audiovisual, el contenido que se presenta como tarea tiene que parecerse a lo que está en tendencia, lo que obliga a seguir estéticas y formatos impuestos por las redes.

En general, se concluyó que las redes sociales imponen expectativas difíciles de cumplir, y que muchas veces nos olvidamos de que lo que vemos es solo una parte editada de la vida de alguien más.

Ya hacia el cierre se preguntó si las redes afectan cómo se sienten con ustedes mismos o su estado de ánimo. Las respuestas fueron profundas y honestas. Se dijo que sí afectan, porque muestran realidades idealizadas que hacen que uno cuestione su valor personal. Muchas veces se ve gente joven que ya tiene casa, carro, pareja, carrera terminada, y uno se pregunta por qué no ha logrado lo mismo. Se habló de cómo eso genera tristeza, presión social y angustia. También se mencionó que las redes influyen mucho en la salud

mental, especialmente cuando uno consume contenido sin filtro. Varias personas coincidieron en que más que el tiempo que se pasa en redes, lo importante es el tipo de contenido que se consume. Se habló del concepto de FOMO (miedo a perderse algo) como un fenómeno que intensifica la ansiedad y el apego a estar siempre conectados.

El grupo focal cerró con un espacio de agradecimiento mutuo. Los participantes valoraron poder expresar lo que sienten sin ser juzgados, y varios afirmaron que fue la primera vez que hablaban de estos temas con tanta claridad. Se destacó que el Trabajo Social tiene mucho que aportar en estos contextos, no para juzgar el uso de redes, sino para acompañar, generar conciencia y construir espacios que promuevan un uso más saludable y reflexivo. Se dejó claro que las redes no son buenas ni malas en sí mismas, pero el impacto que tienen depende mucho del uso que se les dé, del contenido que se consuma y del nivel de conciencia que se tenga sobre todo lo que pasa al estar conectados.

### **Análisis**

El grupo focal evidenció de forma clara cómo las redes sociales están operando como una estructura simbólica que condiciona subjetividades, regula comportamientos y reproduce lógicas sociales de validación, comparación y productividad. Desde el Trabajo Social, esto nos obliga a reconocer que lo digital no es un terreno neutro, sino un espacio de reproducción de desigualdades, tensiones identitarias y afectivas que deben ser leídas desde una perspectiva crítica e interdisciplinaria.

Más allá del uso o del tiempo invertido, lo que este grupo deja ver es cómo las redes han colonizado el deseo. Las y los estudiantes no solo navegan

plataformas, sino que son moldeados por ellas: qué cuerpo deben tener, qué ritmo de vida deben llevar, cómo deben estudiar, vestir, producir o incluso sentir. Esto implica que el Trabajo Social ya no puede pensarse únicamente en lo comunitario presencial, sino que debe desplegarse en lo simbólico y en lo digital, allí donde hoy también se juegan las opresiones, los malestares y las búsquedas de reconocimiento.

Se evidencian formas de presión estructural que se camuflan en lo cotidiano: la ansiedad que genera no “estar al nivel” de lo que se muestra en redes, el miedo a “no lograrlo” a la misma edad que otros, o el agotamiento de sostener una imagen construida para encajar. Todo eso habla de una subjetividad precarizada emocionalmente, regulada por métricas, filtros y tendencias. Esto tiene nombre en Trabajo Social: malestar psicosocial generado por estructuras simbólicas neoliberales.

También se hace evidente que la educación superior está quedándose atrás frente a estas transformaciones. La institución no está respondiendo al impacto que tienen las redes en los estudiantes, ni ofrece acompañamientos psicosociales ni pedagógicos serios frente al uso crítico y consciente de lo digital. Desde nuestra disciplina, esto representa una omisión que no es menor: el abandono simbólico de un problema que está afectando directa y estructuralmente el bienestar del sujeto universitario.

Como futuros trabajadores sociales, no podemos abordar esto desde la moral, ni desde un discurso tecno fóbico. Tampoco basta con decir que “usen menos el celular”. Se requiere intervenir desde marcos de análisis que integren salud mental, consumo digital, emociones, identidad, desigualdad social y capital cultural. Lo digital debe entenderse como un nuevo escenario de intervención social, y nuestra ética debe actualizarse para leer ahí las nuevas formas de exclusión, dolor, ansiedad y también resistencia.

Este grupo focal no solo muestra que las redes afectan, sino cómo afectan y por qué afectan, y eso es clave. Afectan porque en ellas se juega la posibilidad de ser o no ser parte de algo. Porque los sujetos hoy construyen valor social desde el like, la visibilidad, el contenido. Eso redefine el sentido de pertenencia, de éxito, de amor propio. Y si el Trabajo Social no entra ahí, entonces no está en los lugares donde más se necesita.

### **Grupo Focal noche**

Título del encuentro: Grupo focal sobre redes sociales y rol del trabajo social  
Lugar: Politécnico grancolombiano

Participantes: 8 Estudiantes de diferentes carreras universitarias  
Moderadores: Andrés, Sebastian, Isabella, María Fernanda

Propósito: Explorar las percepciones sobre el uso de redes sociales y su relación con la vida académica, emocional y social de los estudiantes universitarios.

El grupo focal inició con una presentación por parte del moderador Andrés, quien explicó que la actividad forma parte de un trabajo de grado. Se indicó que se busca comprender el uso de las redes sociales y el rol del trabajo social frente a este fenómeno.

Los participantes se presentaron indicando su nombre y la red social que más usan. La mayoría mencionó TikTok e Instagram como las plataformas más utilizadas, indicando razones como el entretenimiento, el algoritmo personalizado o la facilidad de uso.

1. ¿Cuánto tiempo pasas usando las redes sociales cada día?

- Las respuestas variaron entre 5 y 9 horas diarias, especialmente en TikTok. Algunos mencionaron que también usan Instagram y Facebook en menor medida. Varios reconocieron que no eran conscientes del tiempo que dedicaban hasta que lo dijeron en voz alta.

2. ¿Crees que las redes sociales te ayudan o te distraen en la vida universitaria?

- Algunos estudiantes consideraron que las redes sociales son útiles para sus carreras, especialmente diseño gráfico e ingeniería, ya que acceden a contenido relacionado. Otros expresaron que pueden ser una gran distracción si no se tiene control sobre su uso.

3. ¿De qué manera las redes sociales han influido en tus emociones?

- Se mencionó que el contenido influye según el estado de ánimo y tipo de publicación. Videos de animales causaban ternura o llanto; la comedia, risa y relajación. Algunos reconocieron que usar redes los ayudaba a distraerse o levantar el ánimo.

4. ¿Crees que las redes sociales te han ayudado a estudiar o te han quitado tiempo?

- Las opiniones se dividieron: algunos dijeron que les ayudaban a

encontrar recursos académicos (especialmente en diseño e ingeniería), mientras que otros afirmaron que se distraen con facilidad por notificaciones o algoritmos que los sacan de foco.

5. ¿Alguna vez han sentido que lo que ven en redes sociales les pone presión en su vida académica?

- Algunos sintieron presión por compararse con otros usuarios más talentosos o avanzados en sus carreras. Otros dijeron que les genera motivación para mejorar. Se habló sobre la competencia creativa como un arma de doble filo.

6. ¿Sientes que las redes sociales te afectan y cómo te sientes contigo mismo o en tu estado de ánimo?

- Se destacó que el contenido puede generar comparación, presión o frustración, pero también puede ser una fuente de distracción positiva. Depende del uso que se le dé a la red y del tipo de contenido que se consuma.

7. ¿Alguna vez te has sentido ansioso o te has comparado con otros por lo que ves en redes sociales?

- Se reafirmó la idea de que las redes pueden causar ansiedad al ver los logros o habilidades de otros. Sin embargo, algunos lo ven como una forma de autoexigencia y oportunidad de mejora personal, dependiendo del enfoque mental que se tenga.

### **Percepción del trabajo social**

Se preguntó si alguna institución los ha apoyado frente al uso de redes sociales. La mayoría indicó que no, y que en el Politécnico la formación en ese aspecto es muy básica o arcaica. Se sugirió que el trabajo social debería tener mayor visibilidad dentro de la universidad y espacios para orientar sobre estos temas.

### **Cierre del encuentro**

Se invitó a la reflexión sobre el uso del tiempo en redes sociales. Varios estudiantes se sorprendieron al verbalizar cuánto tiempo invierten. Se planteó que el trabajo social busca generar espacios que permitan pensar críticamente sobre estos temas, no para satanizar las redes, sino para promover un uso consciente. Los estudiantes valoraron la actividad y manifestaron que fue enriquecedor escuchar diferentes perspectivas. Se resaltó la importancia de la investigación como base para proponer cambios institucionales.

### **Análisis**

En la actualidad, el uso de redes sociales se ha vuelto una constante en la vida de los y las estudiantes universitarios. Ya no se trata únicamente de plataformas para entretenerse o socializar, sino de espacios donde se desarrollan procesos de aprendizaje, identificación, comparación, expresión y también desgaste emocional. Desde esta perspectiva, se hace necesario reflexionar cómo este fenómeno impacta en la vida académica y personal de los estudiantes, y cuál puede ser el papel del Trabajo Social ante estos escenarios.

En el desarrollo de un grupo focal realizado con estudiantes de diferentes carreras, se evidenció que las redes sociales más utilizadas son TikTok,

Instagram y WhatsApp. Algunos participantes afirmaron pasar entre seis y nueve horas diarias en estas plataformas, muchas veces sin tener una noción clara del tiempo invertido. Fue llamativo cómo, al ponerlo en palabras, muchos reconocieron no haberlo pensado antes, generando incluso cierta incomodidad. Esto revela una desconexión entre el uso real y la conciencia sobre el mismo, algo que puede tener consecuencias en el manejo del tiempo, el rendimiento académico y la salud mental.

Las opiniones frente al uso de redes en el ámbito académico fueron diversas. Algunos estudiantes, especialmente quienes cursan programas como diseño gráfico o ingeniería, expresaron que las redes pueden ser útiles para encontrar ideas, tutoriales o referencias. No obstante, una parte importante del grupo manifestó que las redes se convierten en una fuente constante de distracción. Las notificaciones, los algoritmos personalizados y el contenido adictivo hacen que, incluso cuando se inicia una búsqueda académica, se termine navegando sin rumbo durante largos periodos.

A nivel emocional, las redes sociales fueron vistas como una especie de doble filo. Por un lado, pueden ofrecer momentos de alegría, risa o distracción cuando se está pasando por situaciones difíciles. Pero por otro, también pueden generar ansiedad, tristeza o frustración, especialmente cuando el contenido visualizado promueve estándares de éxito, belleza o productividad difíciles de alcanzar. Muchos de los presentes se reconocieron alguna vez comparándose con otros usuarios y sintiendo que no estaban “a la altura”. Esta sensación de presión social, aunque no nueva, se intensifica cuando se consume contenido sin filtros ni límites.

Todo lo anterior plantea un gran desafío para el Trabajo Social. Es evidente que las redes sociales atraviesan la cotidianidad estudiantil de forma profunda, pero las instituciones educativas no siempre brindan espacios para

hablar de ello. En el grupo focal, varios estudiantes aseguraron que nunca habían recibido orientación al respecto, ni siquiera sabían que su universidad tenía áreas encargadas de temas psicosociales. Por eso, se hace urgente que el Trabajo Social asuma un rol activo en este tipo de contextos, no solo con intervenciones correctivas, sino con propuestas preventivas y pedagógicas que permitan a los jóvenes reflexionar sobre su uso digital, sus emociones y su salud mental.

En conclusión, el Trabajo Social tiene la oportunidad —y la responsabilidad— de posicionarse en estos nuevos escenarios donde se construyen identidades, se reproducen desigualdades y se ponen en juego procesos emocionales. No se trata de satanizar las redes, ni de negarlas, sino de promover un uso consciente, equilibrado y crítico. Lo digital también es territorio de intervención social, y los hallazgos de este grupo focal confirman que los y las estudiantes necesitan ser escuchados, acompañados y orientados desde una perspectiva humana y transformadora.

## **Análisis entrevista**

### Sección 1:

En las diferentes respuestas recogidas, los estudiantes muestran que perciben el uso de redes sociales como un fenómeno que afecta tanto positiva como negativamente su proceso académico. La mayoría reconoce que las plataformas digitales pueden ser útiles para informarse, acceder a contenido educativo y mantenerse en contacto con información relevante para sus estudios. Sin embargo, también señalan que el uso excesivo o inadecuado puede distraer, reducir la concentración y generar ansiedad o estrés, especialmente si no se gestionan de manera equilibrada. Algunos sugieren que la universidad podría implementar estrategias para promover un uso más responsable de las redes, como campañas de sensibilización, incentivo a la desconexión en ciertos momentos o programas que enseñen a aprovechar las plataformas de manera efectiva y saludable. La mayoría se muestra consciente de la dualidad de las redes sociales, valorando su potencial educativo y social, pero advirtiendo sobre riesgos asociados a su mal uso. Este balance indica una percepción que combina preocupación por el impacto negativo y reconocimiento del valor de las redes como herramienta de apoyo académico y social.

### Sección 2:

Las opiniones sobre la presencia y utilidad del trabajo social en la universidad son variadas, pero en general evidencian una percepción de escasa presencia institucional en este campo. Muchos estudiantes consideran que el trabajo social puede jugar un papel fundamental en mejorar la convivencia, ofrecer apoyo psicológico y fortalecer vínculos tanto entre estudiantes como con la comunidad en general. Sin embargo, pocos han tenido contacto directo con programas específicos o conocen iniciativas activas en la universidad, lo que genera una percepción de poca visibilidad y poca intervención concreta en este ámbito. La mayoría coincide en que la labor del trabajo social debería ser más proactiva,

participativa y llegar a abordar temas relevantes como salud mental, orientación vocacional, apoyo emocional y desarrollo comunitario. Algunos sugieren que implementar campañas, espacios de diálogo y programas de apoyo facilitaría una mayor integración y bienestar dentro del campus. La percepción general indica que, aunque valoran la importancia del trabajo social, consideran que la institución aún tiene un largo camino por recorrer para fortalecer y hacer visible su impacto.

### Sección 3:

Los estudiantes tienen diferentes perspectivas sobre cómo las redes sociales influyen su vida académica y personal. Algunos consideran que las redes son una fuente valiosa para adquirir conocimiento, investigar temas y mantenerse actualizados, especialmente en áreas relacionadas con su formación profesional. Otros reconocen que las plataformas también generan presión social, ansiedad o distracción excesiva, afectando su concentración y bienestar emocional. La mayoría está de acuerdo en que un uso equilibrado y consciente puede ser beneficioso, pero también admiten que a veces cuesta mantener ese equilibrio debido a las múltiples demandas y a la influencia de los contenidos virales y las tendencias. Algunos sugieren que la universidad debería promover talleres, campañas o programas que enseñen a gestionar y aprovechar mejor estas herramientas digitales. En definitiva, existe una percepción de dualidad, donde las redes sociales pueden ser aliadas en la formación y el crecimiento personal, siempre y cuando su uso sea moderado y con intención clara.

### Sección 4:

La percepción del impacto del trabajo social en la vida académica y social de los estudiantes es, en la mayoría de los casos, positiva respecto a su potencial y utilidad.

Muchos consideran que la intervención en aspectos de salud mental, orientación vocacional y apoyo emocional puede mejorar significativamente el bienestar de los estudiantes, así como facilitar su adaptación a la vida universitaria. Sin embargo, también hay una percepción de que la presencia y efectividad de estos programas en la institución aún son limitados. Algunos estudiantes refieren que la universidad debería fortalecer su compromiso en ofrecer asistencia psicológica, programas de acompañamiento, actividades comunitarias y espacios de diálogo. La importancia de que estos programas sean accesibles y visibles para todos también es resaltada, ya que muchos no conocen los servicios disponibles o no consideran que sean suficientes. En general, la opinión es que el trabajo social puede y debe jugar un papel clave en el desarrollo integral de los estudiantes, pero que aún es necesario fortalecer su presencia y alcance dentro de la comunidad universitaria.

## **El Rol del Trabajador Social en la Era Digital y el Entorno Universitario**

En la actualidad, el trabajador social se enfrenta al reto de intervenir en un contexto profundamente marcado por la digitalización, donde las redes sociales atraviesan todas las esferas de la vida humana, especialmente la de los jóvenes universitarios. En este entorno, el rol del trabajador social se redefine desde una postura crítica, ética, interdisciplinaria y profundamente humana, con el fin de responder a los efectos que estas tecnologías tienen sobre el bienestar emocional, social y académico de los estudiantes.

### **1. Un profesional educador y promotor de alfabetización digital crítica**

Desde la perspectiva recogida por García y López Peláez (2019), los trabajadores sociales tienen la responsabilidad de comprender el impacto de las tecnologías emergentes e intervenir de forma proactiva para mitigar los efectos adversos. Esto incluye diseñar programas educativos y estrategias de intervención que fomenten el pensamiento crítico, la autorregulación y el uso consciente de las redes sociales, especialmente entre los jóvenes.

En este sentido, el trabajador social actúa como **agente formador**, promoviendo una ciudadanía digital activa y ética, en coherencia con las necesidades de un entorno educativo que debe adaptarse a las realidades tecnológicas sin dejar de lado el bienestar integral de sus estudiantes.

### **2. Acompañante emocional y generador de vínculos humanos en lo digital**

Frente a los riesgos psicosociales del uso intensivo de redes –como la ansiedad, la comparación social, la adicción digital o la baja autoestima (Pérez & Márquez, 2022; Becerra, 2024)– el trabajador social desempeña un papel fundamental como **acompañante psicosocial**, facilitador de procesos de contención emocional, escucha activa y fortalecimiento de redes de apoyo.

A través de intervenciones como grupos focales, talleres de autorregulación, círculos de palabra o asesorías individuales, los trabajadores sociales contribuyen a la construcción de relaciones más significativas y auténticas en los entornos digitales, contrarrestando la superficialidad y la validación externa que muchas veces domina en estas plataformas (Boyd, 2019; Livingstone & Helsper, 2020).

### **3. Articulador interdisciplinario y transformador de entornos educativos**

Como lo señalan múltiples autores en el documento (Castro, 2021; Rodríguez, 2018; Moreno, 2020), el trabajo social no puede operar de forma aislada, sino que requiere de un **trabajo articulado con profesionales de la educación, la psicología, la tecnología y la comunicación**. Esta mirada interdisciplinaria permite diseñar intervenciones más pertinentes, que respondan a la complejidad de los desafíos que enfrentan los jóvenes universitarios.

Desde su rol, el trabajador social puede incidir en la construcción de **políticas institucionales que regulen el uso de redes sociales en el ámbito educativo**, promoviendo una cultura de autocuidado digital, responsabilidad colectiva y bienestar común.

### **4. Heredero de una tradición crítica: Richmond, Addams y los enfoques latinoamericanos**

El rol del trabajador social no puede entenderse sin reconocer sus raíces históricas y filosóficas. Como se evidencia en tu trabajo, autoras como **Mary Richmond** y **Jane Addams** sentaron las bases de la profesión desde enfoques complementarios, pero profundamente transformadores. Richmond, al formalizar el método del *case work*, destacó la necesidad de la investigación continua y la intervención individual basada en evidencia, estableciendo al trabajador social como **profesional técnico y empírico** (Richmond, 1917, 1922).

Por otro lado, Jane Addams, desde Hull House, impulsó una visión comunitaria y participativa del trabajo social, destacando su papel como **educador popular, mediador social y defensor de derechos**, con una fuerte conciencia política y estructural (Addams, 1910, 1915). Esta dualidad histórica sigue vigente hoy, especialmente en contextos como el universitario, donde es necesario integrar el acompañamiento individual con procesos comunitarios y educativos.

En el caso colombiano, esta herencia se ha complejizado gracias al proceso de reconceptualización expuesto por **Malagón (2001)** y actualizado por **Rodríguez (2018)** y **Moreno (2020)**. La profesión ha evolucionado desde un enfoque asistencialista hacia una perspectiva crítica, adaptativa y decolonial, que exige al trabajador social posicionarse como **investigador, agente de cambio y profesional reflexivo**.

### **5. Constructor de conocimiento relacional y transformador de realidades**

Según **Rodríguez (2018)**, el trabajador social debe alejarse de una práctica meramente técnica y asumir el modelo del “profesional reflexivo”, donde las relaciones humanas y la empatía se convierten en el eje de toda intervención. Este modelo se enriquece con el concepto de “conocimiento relacional”, el cual permite establecer vínculos significativos con las personas, interpretar sus realidades subjetivas y diseñar estrategias culturalmente adaptadas.

**Moreno (2020)** añade que el conocimiento relacional también implica generar procesos de empoderamiento comunitario, fortalecer capacidades individuales y colectivas, e incidir en la transformación estructural de las condiciones que generan exclusión, dependencia o vulnerabilidad digital.

### **6. Investigador social comprometido con la transformación**

Finalmente, como lo plantea **Castro (2021)**, el trabajador social es también un **investigador social**, que recurre a metodologías sistemáticas para diagnosticar problemas,

comprender contextos y proponer soluciones basadas en evidencia. En este trabajo de grado, por ejemplo, el uso del enfoque fenomenológico ha permitido visibilizar las voces de los estudiantes, identificar patrones de afectación y proponer intervenciones contextualizadas que el trabajador social podría implementar dentro de la institución.

El trabajador social en la era digital ya no se limita a los espacios tradicionales de intervención. Se posiciona como un profesional **formador, acompañante, articulador, investigador y transformador**, que actúa en defensa del bienestar y los derechos de las personas en escenarios complejos como las redes sociales.

A partir del legado de autoras históricas como Richmond y Addams, y de los aportes contemporáneos del pensamiento latinoamericano y colombiano, su rol se fortalece como **agente ético y crítico** capaz de acompañar a los jóvenes universitarios en sus procesos de formación, identidad, salud emocional y participación social, incluso en los entornos más digitalizados.

El reto no es menor, pero el compromiso del Trabajo Social con la justicia social, la dignidad humana y el bienestar colectivo lo convierten en un actor clave para mediar entre lo humano y lo tecnológico, sin perder de vista que el centro de su labor siempre será la persona, sus vínculos y su proyecto de vida.

## Plan de Intervención del trabajo social

A partir del análisis cualitativo realizado con estudiantes universitarios del Politécnico Grancolombiano mediante encuestas, entrevistas, y grupos focales, se identificó una serie de necesidades y oportunidades clave para el diseño de intervenciones desde el Trabajo Social. Estas intervenciones buscan responder de forma pertinente a los efectos emocionales, sociales y académicos que los estudiantes han manifestado en relación con el uso cotidiano de las redes sociales.

Hallazgos clave que fundamentan la intervención:

1. Alta exposición a redes sociales y su dualidad de impacto:

Los estudiantes reconocen tanto los beneficios como los riesgos del uso de redes sociales. Por un lado, facilitan el aprendizaje colaborativo, el acceso a información y la conexión con otros; por otro, también pueden generar distracción, ansiedad, dependencia digital y afectaciones a la autoestima. Esto evidencia la importancia de fomentar habilidades de autorregulación, pensamiento crítico y autocuidado digital.

2. Oportunidad de fortalecer el acompañamiento y la orientación digital:

Si bien las redes sociales forman parte activa del día a día universitario, existe una valiosa posibilidad de complementar la formación académica con espacios pedagógicos y psicosociales que ayuden a los estudiantes a relacionarse de forma más saludable con estas tecnologías. En este sentido, el Trabajo Social puede aportar con propuestas formativas, preventivas y de acompañamiento que refuercen el bienestar integral y la toma de decisiones informadas en los entornos digitales.

3. Interés de los estudiantes en propuestas de apoyo social y educativo:

Los participantes mostraron disposición a participar en iniciativas que aborden temas como el manejo del tiempo frente a las redes, la comparación social, la presión por validación, la salud mental en contextos digitales y la protección de

datos. Esto permite vislumbrar un escenario favorable para implementar intervenciones pertinentes, co-creadas con la comunidad estudiantil, que potencien el uso consciente, ético y constructivo de las redes sociales dentro y fuera del aula.

### **Propuesta de Intervención desde el Trabajo Social:**

#### 1. Programa de Alfabetización Digital Crítica:

- **Objetivo:** Promover el pensamiento crítico sobre los contenidos consumidos y compartidos en redes sociales.
- **Actividades:** Talleres sobre *fake news*, algoritmos, privacidad digital, ciudadanía digital y derechos en la red.
- **Resultado Esperado:** Estudiantes más conscientes del impacto de su presencia digital y mejor capacidad de discernimiento.

#### 2. Espacios de Escucha Activa y Acompañamiento Psicosocial:

- **Objetivo:** Brindar apoyo emocional ante las afectaciones que produce el uso excesivo o mal gestionado de redes sociales.
- **Actividades:** Círculos de palabra, asesorías individuales, grupos de apoyo temático.
- **Resultado Esperado:** Disminución de la ansiedad y el aislamiento social; fortalecimiento de la autoestima y la resiliencia.

#### 3. Campañas de sensibilización y prevención digital:

- Objetivo: Generar conciencia sobre los riesgos del uso no regulado de redes sociales y fomentar prácticas de autocuidado digital.
- Estrategias: Contenido audiovisual cocreado con estudiantes, retos semanales sin redes, murales colaborativos, activaciones lúdicas en la universidad.
- Resultado esperado: Cambios en hábitos digitales nocivos; mayor apropiación del entorno digital desde el bienestar.

#### 4. Incidencia en política institucional:

- Objetivo: Incorporar la gestión responsable del entorno digital como parte de la cultura institucional.
- Acciones: Elaboración participativa de una política interna sobre redes sociales, directrices éticas, y formación docente en competencias digitales y psicosociales.
- Resultado Esperado: Regulación educativa humanizada y coherente con los derechos estudiantiles y el bienestar integral.

Esta intervención se fundamenta en el enfoque crítico y humanista del Trabajo Social contemporáneo, que reconoce las redes sociales como una estructura social emergente con efectos profundos en las subjetividades juveniles. Además, se apoya en principios éticos de dignidad humana, participación, justicia social y emancipación, promoviendo acciones no impositivas sino pedagógicas y reflexivas.

Asimismo, se considera la evolución de la disciplina en Colombia (Malagón, 2001; Moreno, 2020), que llama a intervenir desde una mirada estructural, interdisciplinaria y

adaptada a las realidades tecnológicas. Por eso, se propone una articulación con áreas como psicología, educación, comunicación digital y sistemas, asegurando un abordaje integral.

El diseño de intervenciones desde el trabajo social frente al uso de redes sociales en contextos educativos no puede limitarse a la prevención de riesgos, sino que debe enfocarse en construir capacidades críticas, relacionales y emocionales que favorezcan una apropiación saludable del entorno digital. Este enfoque no solo mejora el bienestar estudiantil, sino que también transforma el rol de las redes sociales en herramientas de desarrollo y ciudadanía activa.

### **Conclusiones**

Desde el Trabajo Social, se evidencia que las redes sociales están inmersas de lleno

en la vida cotidiana de los estudiantes universitarios, no solo como espacios de ocio, sino como lugares donde se construye identidad, se generan presiones, se buscan respuestas académicas y se experimentan emociones intensas. Como lo pueden llegar a ser la ansiedad, la comparación, la frustración por no tener lo que otros tal vez a su edad ya tienen, dejándose vender un producto de un mundo idealizado por el filtro de las redes. La mayoría de los encuestados están en los primeros semestres y tienen entre 18 y 22 años, lo que refleja una población joven que está en pleno proceso de adaptación a la universidad. Esto marca la necesidad de que el Trabajo Social tenga presencia activa en estos primeros momentos, acompañando desde lo emocional, lo académico y lo social.

Un dato clave es que muy pocas personas conocen a fondo la labor del trabajador social en el ámbito universitario, dejando comentarios como el “pensé que eran una rama de psicología” o “ustedes se encargan de gestionar recursos para lo social”. Aunque es cierto afirmar que la mayoría está de acuerdo en que esta profesión sí puede mejorar el bienestar estudiantil. Entonces, hay un terreno bastante fértil para trabajar, pero aún desde el trabajo social y como grupo de trabajo de esta investigación se evidencia que aún falta visibilidad, presencia institucional y estrategias de acercamiento. Además, muy pocas personas han participado en programas de Trabajo Social, ni en la universidad o fuera de ella, lo cual indica que las rutas de intervención no están siendo efectivas o no están siendo comunicadas adecuadamente.

En cuanto al uso de redes sociales, la encuesta y el grupo focal muestran que plataformas como WhatsApp, Instagram y TikTok son las más usadas, los participantes argumentaron que las frecuentan por ser entretenidas gracias a sus videos cortos y con variedad de contenido, muchas personas pasan entre 1 y 6 horas diarias conectadas. Aunque algunos usan las redes con fines académicos, la mayoría reconoce que les cuesta controlar el tiempo que invierten en ellas. Gracias a factores como la procrastinación, el ocio que estas plataformas pueden generar en el día a día de una persona. Esto evidencia que el Trabajo Social no puede seguir lo digital como algo externo o ajeno, sino como parte del

entorno social real donde se deben hacer intervenciones, ya que la forma en cómo se comunica, convive y se relaciona el ser humano desde hace mucho tiempo viene cambiando a un ritmo acelerado, donde en efecto es necesario que desde el trabajo social se puede ver este fenómeno con una visión y perspectiva más crítica.

Las redes también están impactando emocionalmente a las personas: hay presión por la imagen, comparación constante, ansiedad, frustración y desgaste emocional por lo que se puede llegar a consumir en redes sociales en torno a lo económico, lo físico, lo académico, familiar, relacional, creando una expectativa falsa e idealizada de cómo debería ser la vida de una persona. Muchas personas sienten que lo que ven en redes afecta su estado de ánimo, su autoestima y hasta su visión del futuro profesional. También se normaliza el uso excesivo de redes como forma de evasión o distracción, lo que genera afectaciones en la productividad académica. Desde el Trabajo Social, esto se traduce en una urgencia por generar espacios de escucha, acompañamiento psicosocial y análisis crítico del contenido que se consume.

Por otro lado, es positivo ver que muchos estudiantes consideran que las redes pueden ser útiles para el aprendizaje como tutorías en línea, contenido educativo desde redes sociales, cursos promocionados desde redes que aportan a la vida académica del estudiante, existe disposición para apoyar estrategias desde el Trabajo Social para fomentar un uso más responsable. Esto abre una posibilidad muy grande para crear contenidos educativos a base de las necesidades que, desde el grupo focal, encuestas y entrevistas se pudo observar, aquí se entra a poder desarrollar campañas de salud mental desde lo digital, talleres sobre consumo crítico y todo tipo de propuestas creativas pensadas desde la realidad de vida de los estudiantes.

En conclusión, el Trabajo Social no puede centrarse en solo en un enfoque presencial o desde lo que se puede, sino ir más hacia lo que a simple vista no se nota y que está fuera de lo tradicional. En efecto, lo digital es hoy un escenario clave donde se están jugando el bienestar, la identidad, la autoestima y la inclusión o exclusión social de los

estudiantes. El reto está en diseñar intervenciones que no juzguen, sino que acompañen, que lleven a conectar con lo que los estudiantes que viven esta realidad. La encuesta, las entrevistas y el grupo focal dejan claro que las redes no son solo herramientas, son también espacios de vida para las personas haciéndolos para ellos un espacio de cotidianidad y de normalidad en su común vivir. Y ahí, el Trabajo Social tiene que estar presente con propuestas reales, humanas y transformadoras.

Se evidencia un panorama claro sobre la falta de conocimiento que existe entre los estudiantes respecto al Trabajo Social. En la mayoría de las respuestas, se percibe una noción muy general, muchas veces incompleta o incluso equivocada, donde se asocia el Trabajo Social únicamente con ayudar a comunidades vulnerables, con la psicología o con funciones administrativas. Esto refleja una gran desinformación y una necesidad urgente de visibilizar el papel real y profesional del trabajador social dentro del contexto universitario.

A lo largo de las respuestas, se puede ver que la mayoría de los estudiantes no ha tenido contacto directo con programas o iniciativas de Trabajo Social en la universidad. Y cuando sí lo han tenido, no lo reconocen explícitamente como parte de esta área, lo cual indica una falla en la forma como se presenta o comunica esta labor dentro de la institución. Incluso los pocos que han identificado espacios como el “Poli Escucha”, los mencionan más como iniciativas aisladas y no como parte de un acompañamiento sistemático, integral o reconocido.

Frente a la pregunta sobre si el Trabajo Social debería tener un rol más activo en la universidad, la gran mayoría de estudiantes respondió que sí, y lo relacionan con áreas clave como el manejo del estrés, la ansiedad, el apoyo emocional, la gestión del tiempo, la orientación académica, el acompañamiento en horarios y asesorías, e incluso el fortalecimiento de espacios de escucha. También se señala que los estudiantes de jornada nocturna, por sus horarios, se sienten excluidos de muchos de estos apoyos, lo que marca una brecha importante en la cobertura.

En ese sentido, se hace evidente que los estudiantes no solo necesitan el acompañamiento del Trabajo Social, sino que también están abiertos a recibirlo. Lo que falta es una estrategia clara, coherente y cercana que les facilite el acceso, que esté presente en su cotidianidad y que se comunique de forma directa y entendible. La universidad necesita construir puentes reales entre los servicios de apoyo y las experiencias concretas del estudiantado.

Este análisis deja claro que el Trabajo Social tiene un espacio legítimo y necesario dentro del ámbito universitario. No se trata solo de atender problemáticas, sino de construir comunidad, fortalecer la salud mental colectiva, y promover el bienestar integral desde un enfoque preventivo, crítico y humano. Lo que está faltando no es relevancia, sino presencia.

Esta sección muestra cómo las redes sociales son una herramienta ambigua en la vida universitaria: pueden ser aliadas o enemigos, dependiendo del uso que cada estudiante les dé. Aunque muchas respuestas coinciden en que las redes pueden ayudar académicamente (acceso a tutoriales, contenido en inglés, referentes profesionales, etc.), también hay una presencia fuerte del uso descontrolado y de la distracción constante. Este doble filo se repite a lo largo de casi todas las respuestas.

Muchos estudiantes admiten que las redes sociales les ayudan a aprender, sobre todo en carreras como diseño gráfico, mercadeo o psicología. Usan TikTok, Instagram, Pinterest y YouTube para inspirarse, entender conceptos, descubrir herramientas nuevas o complementar lo que ven en clase. Esto habla de un cambio real en las formas de aprender: ya no todo se queda en el aula, y lo digital tiene peso real en la formación.

Sin embargo, casi todos también aceptan que caen fácilmente en la procrastinación. Algunos incluso mencionan pasar horas "scrolleando" sin darse cuenta, o perder tiempo que deberían usar para estudiar. Las redes están diseñadas para eso: atrapar la atención. Y los estudiantes lo saben, pero muchas veces no tienen las herramientas para poner límites. Esto genera un impacto directo en el rendimiento académico y en la organización

del tiempo, algo que el Trabajo Social puede abordar con campañas y acompañamiento personalizado.

En el plano emocional, varias personas mencionan cómo el contenido que consumen puede afectar su autoestima, su motivación o incluso su salud mental. Hay mención directa al “scroll infinito”, a la comparación con otros (especialmente en cuerpos, logros o estilo de vida) y a cómo eso influye en el estado de ánimo. Algunas respuestas también reflejan presión por cumplir con estándares o por “estar al día” con lo que se ve en redes. Es decir, el uso de estas plataformas está conectado no solo al aprendizaje, sino a la autoimagen y al bienestar emocional, lo que requiere una lectura profunda desde el Trabajo Social.

Otro punto importante es que la mayoría de los estudiantes no ve su uso como equilibrado, o si lo consideran así, reconocen que hay momentos en los que se desbordan. Eso muestra que hay conciencia, pero falta acompañamiento para lograr un uso más consciente, intencional y saludable de lo digital. También hay poco aprovechamiento de los recursos académicos digitales institucionales (como bibliotecas virtuales o plataformas del Poli), lo cual habla de una desconexión entre lo que ofrece la universidad y lo que realmente consumen los estudiantes.

Desde el Trabajo Social, todo esto representa una oportunidad de intervención potente. Las redes sociales no se deben satanizar, pero tampoco ignorar. Ya hacen parte del ecosistema formativo, emocional y social del estudiante, y por eso es necesario que el Trabajo Social actúe desde ahí. No solo con campañas, sino con estrategias de acompañamiento emocional, manejo del tiempo, orientación digital y fomento de pensamiento crítico frente a los contenidos consumidos.

Algunas respuestas también reflejan presión por cumplir con estándares o por “estar al día” con lo que se ve en redes. Es decir, el uso de estas plataformas está conectado no solo al aprendizaje, sino a la autoimagen y al bienestar emocional, lo que requiere una

lectura profunda desde el Trabajo Social.

Otro punto importante es que la mayoría de los estudiantes no ve su uso como equilibrado, o si lo consideran así, reconocen que hay momentos en los que se desbordan. Eso muestra que hay conciencia, pero falta acompañamiento para lograr un uso más consciente, intencional y saludable de lo digital. También hay poco aprovechamiento de los recursos académicos digitales institucionales (como bibliotecas virtuales o plataformas del Poli), lo cual habla de una desconexión entre lo que ofrece la universidad y lo que realmente consumen los estudiantes.

Desde el Trabajo Social, todo esto representa una oportunidad de intervención potente. Las redes sociales no se deben satanizar, pero tampoco ignorar. Ya hacen parte del ecosistema formativo, emocional y social del estudiante, y por eso es necesario que el Trabajo Social actúe desde ahí. No solo con campañas, sino con estrategias de acompañamiento emocional, manejo del tiempo, orientación digital y fomento de pensamiento crítico frente a los contenidos consumidos.

Esta sección evidencia cómo las redes sociales tienen un impacto emocional real en muchos estudiantes, aunque no todos lo reconozcan o lo vivan de la misma forma. Algunos mencionan haber sentido ansiedad, presión o frustración por el contenido que consumen — especialmente cuando se trata de compararse con otros estudiantes, estándares estéticos o logros aparentes que ven en plataformas como TikTok o Instagram. Otras personas afirman que no les afecta directamente, pero admiten que sí han notado cambios en la forma en que se relacionan con los demás.

El problema no es solo el contenido, sino el efecto que este puede tener en la autopercepción, autoestima y motivación académica. Estudiantes de diseño, por ejemplo, señalan que es común compararse con personas que publican trabajos más avanzados, lo cual genera dudas sobre su propio rendimiento o capacidades. También se mencionan casos donde el uso de redes afecta la concentración, el estado de ánimo o incluso el

sentido de pertenencia. Esto muestra que las redes están funcionando como un espejo distorsionado, y desde el Trabajo Social es clave intervenir ahí con acciones que ayuden a los estudiantes a filtrar, interpretar y resignificar ese contenido.

En cuanto a las relaciones interpersonales, muchas respuestas dejan ver que las redes sí influyen en cómo se conecta la gente, tanto dentro como fuera de la universidad. Para algunos, son herramientas para romper el hielo, conocer gente, mantenerse en contacto o generar conversaciones. Para otros, son espacios que pueden generar distancia, malentendidos o crear una falsa sensación de conexión que no siempre se traduce en vínculos reales. También aparece una crítica fuerte al hecho de que, en muchos casos, las redes reemplazan la interacción directa, y eso afecta la construcción de comunidad universitaria.

Un aspecto que resalta es que varias personas subestiman o minimizan el impacto emocional de las redes, diciendo que no les afecta o que simplemente ignoran lo que no les gusta. Sin embargo, otras reconocen que han pasado por momentos de presión, estrés o ansiedad, y que no siempre supieron cómo gestionarlo. Este contraste revela que no todos tienen las mismas herramientas emocionales o el mismo nivel de conciencia sobre lo que están sintiendo, y por eso el acompañamiento psicosocial se vuelve tan importante.

Desde el Trabajo Social, esta información es muy valiosa. Refuerza la necesidad de crear espacios de conversación sincera sobre lo que se vive en redes, sin moralismo ni juicio, pero con un enfoque de cuidado y salud mental. También muestra que es urgente incluir educación emocional y digital en las estrategias de bienestar estudiantil, no solo para reducir el impacto negativo, sino para potenciar lo positivo que pueden ofrecer estas plataformas.

Esta última sección deja en evidencia que sí hay conciencia entre los estudiantes sobre el impacto de las redes sociales, pero también un cansancio frente a las típicas estrategias institucionales que no conectan con la realidad ni con sus intereses. Muchos

estudiantes creen que sí deberían implementarse campañas o programas que orienten sobre el uso saludable de redes sociales, pero aclaran que estas estrategias deben ser diferentes: más dinámicas, más realistas, más participativas y menos “charlas aburridas”.

Uno de los puntos más mencionados es que la mayoría de las campañas actuales no se sienten visibles, útiles ni atractivas. Se proponen ideas como uso de TikToks, reels, memes, ferias, stands interactivos, conversatorios más dinámicos y actividades con casos reales para que los estudiantes se sientan identificados. También aparece una crítica clara al enfoque tradicional: los estudiantes ya no responden a “disertaciones largas”, quieren contenidos breves, visuales y directos.

Otro aspecto importante es que muchos coinciden en que el cambio en el uso de redes es algo personal, pero que la universidad puede ayudar creando espacios, contenidos y acompañamientos que aporten. Se propone integrar a los profesores en este proceso, usar las redes como herramientas educativas desde cada carrera, y generar conciencia sobre los efectos emocionales, cognitivos y sociales del consumo digital. Desde el Trabajo Social, esto se traduce en una invitación a crear estrategias educativas que combinen salud mental, habilidades digitales y reflexión crítica.

Varios estudiantes destacan también que la desconexión entre la universidad y los estudiantes que trabajan y estudian es grande, y que muchas veces no se enteran de los programas de apoyo o beneficios por falta de comunicación. Esto demuestra que el Trabajo Social no solo debe proponer campañas sobre redes, sino también trabajar en la mejora de los canales internos de comunicación institucional.

Otro punto interesante es que, aunque algunas personas no creen que se pueda hacer mucho para cambiar el uso personal de redes, sí admiten que podrían existir espacios de sensibilización que generen reflexión, como actividades que fomenten la desconexión temporal, debates sobre el contenido que consumimos, o incluso juegos y retos dentro del aula para reducir el uso del celular mientras se estudia. La clave, según estas respuestas, está en no imponer, sino invitar, en generar propuestas reales, aplicables

y que partan de la experiencia del estudiante.

Finalmente, se valora mucho la idea de trabajar el uso de redes sociales desde las propias carreras. Es decir, si alguien estudia diseño gráfico, que las estrategias estén relacionadas con la imagen; si es psicología, con el análisis de emociones o salud mental; si es ingeniería, con herramientas digitales útiles. Esto confirma que el Trabajo Social debe pensar sus intervenciones desde una lógica situada y adaptada a cada contexto académico y humano. A partir de los resultados recogidos en las cuatro secciones de la investigación, se puede afirmar que las redes sociales hoy hacen parte central de la vida universitaria, no solo como una herramienta de ocio o comunicación, sino como un espacio donde se construyen identidades, se gestionan emociones y se desarrollan relaciones. Todo eso tiene un impacto directo en el bienestar académico, personal y social de los estudiantes. Desde el Trabajo Social, esto representa un campo de intervención urgente, actual y necesario.

Uno de los hallazgos más contundentes es que la mayoría de los estudiantes no tiene claridad sobre qué es el Trabajo Social ni cuál es su rol dentro de la universidad. Aunque algunos lo asocian con ayuda comunitaria o apoyo emocional, otros lo confunden con psicología o recursos humanos, y muchos ni siquiera saben si hay presencia real del área en el campus. Aun así, hay un fuerte reconocimiento de que el Trabajo Social podría aportar mucho al bienestar estudiantil, especialmente en temas de salud mental, acompañamiento académico y organización de la vida universitaria. Esto demuestra que sí hay disposición por parte del estudiantado, pero falta visibilidad, acción concreta y comunicación efectiva por parte de la institución.

Respecto al uso de redes sociales, la mayoría de los estudiantes reconoce que son herramientas útiles para aprender, inspirarse o reforzar temas académicos. Plataformas como TikTok, Instagram, Pinterest y YouTube son mencionadas como fuentes donde encuentran tutoriales, contenido educativo o referencias creativas que complementan su formación. Sin embargo, también se hace evidente que muchas veces se pierde el control

del tiempo que se les dedica. Hay una constante lucha entre el “me ayuda” y el “me distrae”, que termina afectando la concentración, el rendimiento académico e incluso el estado emocional. Algunas personas mencionan ansiedad, comparación con otros, frustración o baja autoestima como consecuencias del tipo de contenido que consumen. Esto refleja una necesidad clara de acompañamiento psicosocial para que los estudiantes aprendan a usar las redes desde un lugar más consciente, crítico y saludable.

En cuanto a las relaciones sociales, varios estudiantes expresan que las redes sociales han cambiado la manera en que se vinculan con otras personas dentro y fuera de la universidad. Para algunos, son útiles para generar conexiones, mantener el contacto o iniciar conversaciones. Pero también hay quienes sienten que estas plataformas pueden alejar más que acercar, y que reemplazan el contacto real por una falsa sensación de conexión. Esto afecta la construcción de comunidad y limita el desarrollo de relaciones significativas. Desde el Trabajo Social, es fundamental recuperar espacios de interacción humana directa, fomentar el sentido de pertenencia y fortalecer los lazos solidarios dentro del ambiente académico.

Frente a la posibilidad de implementar programas que orienten sobre el uso saludable de redes sociales, la mayoría de los estudiantes está de acuerdo. No obstante, también son muy críticos con las estrategias tradicionales. Las charlas largas, los contenidos repetitivos y las campañas institucionales poco llamativas ya no funcionan. Lo que proponen son formatos más dinámicos, participativos y adaptados a su lenguaje cotidiano: videos breves, memes, TikToks, actividades interactivas, stands, retos, y sobre todo espacios donde puedan hablar desde su experiencia sin sentirse juzgados. Este tipo de propuestas exige que el Trabajo Social actúe con creatividad, cercanía y actualización, saliendo de lo teórico para generar intervenciones reales que conecten con la juventud actual.

Esta sistematización deja claro que las redes sociales están profundamente integradas en la vida estudiantil y que sus efectos positivos o negativos son reales. Afectan

cómo se aprende, cómo se vive lo académico, cómo se maneja el tiempo, cómo se siente el cuerpo y la mente, y cómo se relaciona la gente. Frente a esto, el Trabajo Social no puede seguir operando desde modelos tradicionales. Debe actualizar su mirada, entender el entorno digital como un escenario legítimo de intervención, y desarrollar acciones que respondan al contexto real de los estudiantes. No se trata de decirles que dejen de usar redes, sino de acompañarlos a comprender lo que consumen, cómo los impacta y cómo pueden relacionarse de forma más sana con el entorno digital. Lo que está en juego no es solo el tiempo en pantalla, sino el bienestar integral del estudiantado.

### **Discusión**

A lo largo de esta investigación, pudimos evidenciar que vivimos en una era donde las redes sociales han dejado de ser simples herramientas de interacción para convertirse en un fenómeno estructurante de la vida cotidiana. Esto se hace especialmente evidente entre los jóvenes universitarios, quienes han integrado estas plataformas no solo como medio de entretenimiento, sino como espacio para aprender, socializar, construir identidad y enfrentar desafíos emocionales. En este contexto, el presente trabajo de grado surge como una respuesta necesaria para analizar y proponer cómo sería la contribución, desde el trabajo social, en la influencia de las redes sociales en la formación académica, emocional y social de los estudiantes del Politécnico Grancolombiano.

La pregunta de investigación fue clara y pertinente: ¿Cuál es la contribución del trabajo social como disciplina al fenómeno de las redes sociales y su impacto en la formación y desarrollo de los estudiantes universitarios? Esta pregunta nos permitió mirar de frente una problemática común, pero poco tratada desde la disciplina de trabajo social: cómo las tecnologías digitales moldean el día a día de los jóvenes, y qué papel puede desempeñar el trabajo social para acompañar, intervenir o prevenir efectos negativos en este proceso.

A lo largo del estudio, desde un enfoque cualitativo y fenomenológico, logramos captar las experiencias subjetivas de los estudiantes mediante encuestas, entrevistas y grupos focales. Esta metodología nos permitió explorar a profundidad cómo perciben ellos el uso de las redes sociales, cómo estas plataformas influyen en sus procesos académicos, en sus relaciones interpersonales y en su estabilidad emocional.

Uno de los hallazgos más reveladores fue constatar que, si bien las redes sociales son vistas como aliadas para reforzar los temas de clase, acceder a información educativa y mantenerse actualizados frente a un mundo cambiante, también se perciben como una fuente de presión social, ansiedad y distracción. Muchos estudiantes afirmaron sentirse “obligados” a estar conectados constantemente para no quedar rezagados, lo que refuerza la idea de que el ritmo social actual está profundamente marcado por la inmediatez y la exposición digital constante.

Los resultados obtenidos permiten afirmar que se cumplieron los objetivos específicos planteados:

1. Se identificaron efectos positivos y negativos en el bienestar emocional, social y académico. Por un lado, las redes sociales fortalecen vínculos, promueven el aprendizaje autónomo y colaborativo y permiten expresarse. Por otro lado, generan adicción, dependencia de validación externa, ansiedad y afectaciones en la autoestima.

2. Se evaluó la relación entre el uso excesivo de redes sociales y los problemas psicosociales. Se identificó una clara asociación entre el tiempo dedicado a estas plataformas y síntomas de ansiedad, baja autoestima e incluso aislamiento emocional. Este hallazgo concuerda con estudios de Pérez y Márquez (2022) y de Rojas & Núñez (2023), quienes señalan que la sobreexposición a redes puede alterar el equilibrio emocional, especialmente en jóvenes.
  
3. Se diseñaron propuestas de intervención desde el trabajo social, tales como programas de alfabetización digital, espacios de acompañamiento emocional, asesorías sobre uso responsable de redes, y talleres sobre autorregulación y ciudadanía digital. Estas iniciativas buscan no solo mitigar riesgos, sino también potenciar los beneficios de estas plataformas cuando se usan conscientemente.

El marco teórico de esta investigación fue fundamental para interpretar los resultados. Se destacan diversos autores que aportaron una visión crítica y constructiva del fenómeno:

- Carlos Scolari, Alejandro Piscitelli y Manuel Castells: estos autores resaltan el poder de las redes sociales como espacios para la democratización del conocimiento y la participación ciudadana. Piscitelli (2010), por ejemplo, sostiene que las redes no solo han transformado la forma de acceder al conocimiento, sino que han empoderado a los usuarios a organizar y compartir información de manera dinámica. Castells (2021) complementa esta visión afirmando que la era digital ha reconfigurado las relaciones de poder, visibilizando movimientos sociales y voces periféricas.
  
- Sherry Turkle y Nicholas Carr: desde una perspectiva crítica, Turkle (2011) plantea que la conectividad constante puede debilitar los vínculos humanos reales, haciendo

que las personas “estén juntas, pero solas”. Carr (2010), por su parte, advierte que la facilidad de acceso a la información ha generado una cultura de inmediatez que deteriora la capacidad de atención, reflexión y pensamiento profundo.

- Richmond y Addams, pioneras del trabajo social, también ofrecen perspectivas complementarias. Mary Richmond, con su enfoque en el "case work", defendía la necesidad de diagnósticos individuales y metodologías científicas para intervenir en problemáticas sociales desde lo personal. Su método sistemático es el origen de muchas intervenciones centradas en el individuo. Jane Addams, en cambio, propuso una mirada estructural a través de la acción comunitaria, promoviendo la participación social y la justicia desde espacios colectivos como el Hull House. Ambas visiones están presentes en esta investigación: la atención al individuo en su interacción digital, y la necesidad de acciones colectivas dentro del entorno universitario.
- Autores contemporáneos como Malagón, Moreno y Rodríguez complementan esta base clásica con una visión crítica del trabajo social en América Latina. Malagón (2001) expone las tres etapas del trabajo social colombiano: desde una visión asistencialista, pasando por una crítica estructural durante la reconceptualización, hasta una postura adaptativa y contextual en la etapa actual. Rodríguez (2018), por su parte, propone el modelo del "profesional reflexivo", en el cual se promueve una intervención crítica, interdisciplinaria y profundamente ética. Esta idea es esencial cuando se aborda un fenómeno tan complejo como el mundo digital.
- Livingstone y Helsper (2020) y Selwyn (2021) plantean la necesidad de incluir la alfabetización digital y el pensamiento crítico como ejes centrales en la formación de los jóvenes, y de empoderarlos para ejercer una ciudadanía ética en el entorno digital. Estos enfoques fueron adoptados en nuestras propuestas de intervención

educativa.

### Aportes, límites y proyecciones

Más allá de haber cumplido con los objetivos, este trabajo propone una relectura del rol del trabajador social como agente activo en espacios digitales. La intervención ya no debe limitarse al terreno físico o comunitario tradicional; ahora se debe ampliar al ciberespacio, donde también se construyen subjetividades, se reproducen desigualdades y se gesta la vida cotidiana de los jóvenes.

De cara al futuro, este estudio plantea varias líneas de acción: la formulación de políticas institucionales que regulen el uso saludable de las redes sociales, la necesidad de incluir competencias digitales en los planes curriculares de trabajo social, y la ampliación del estudio a otros contextos universitarios para validar y adaptar las estrategias propuestas.

Este trabajo de grado es mucho más que una investigación académica: es una invitación ética a mirar con seriedad la dimensión digital de la vida juvenil. Las redes sociales no son ni buenas ni malas en sí mismas; su impacto depende del uso que se haga de ellas y del acompañamiento que las instituciones educativas puedan brindar. Desde esta perspectiva, el trabajo social tiene la posibilidad —y la responsabilidad— de convertirse en un actor clave en la construcción de entornos digitales más humanos, críticos y justos. Comprender a los jóvenes implica también comprender su mundo digital, y actuar allí con compromiso, sensibilidad y visión transformadora.

## Referencias

Becerra Gutiérrez, C. L., Salazar Molina, C. G., & Riquelme Cepeda, C. (2024). Impacto socioemocional del uso de redes sociales en adolescentes: Estrategias y herramientas para la intervención del trabajo social (Tesis doctoral, Universidad Tecnológica Metropolitana).

Bedoya Calvo, I. C., & López Gómez, J. M. (2021). El uso de las tecnologías de la información y comunicación en la formación en Trabajo Social. *Trabajo social*, 23(1), 251-272.

Boyd, D. (2019). *Es complicado: La vida social de los adolescentes en las redes sociales*. Yale University Press.

Buxarrais, M. R. (2016). *Redes sociales y educación*. Education in the Knowledge

Society (EKS), 17(2), 15-20. Salamanca: Ediciones Universidad de Salamanca.

<https://doi.org/10.14201/eks20161721520>

Carr, N. (2010). *The shallows: What the Internet is doing to our brains*. W.W. Norton & Company.

Castells, M. (2021). *Comunicación y poder*. Oxford University Press.

Gallego, M. R. R., Martínez, A. L., & Herrera, I. M. (2017). Percepciones de los estudiantes de Ciencias de la Educación sobre las redes sociales como metodología didáctica. *Píxel-bit: Revista de Medios y Educación*, (50), 77-93.

García, M., & López, D. (2021). Cohesión social y apoyo comunitario en el ámbito universitario: El impacto de las políticas de bienestar estudiantil. *Revista de Sociología Universitaria*, 12(1), 35-50.

García, P., & López Peláez, A. (2019). *Trabajo social en la era digital: Nuevas formas de intervención social en un mundo globalizado*. Editorial Tecnos.

González, C., & Muñoz, L. (2016). Redes sociales y su impacto en la educación superior: Caso de estudio: Universidad Tecnológica de Panamá. *Campus virtuales*, 5(1), 84-90.

González Martínez, J., Lleixà Fortuño, M., & Espuny Vidal, C. (2016). Las redes sociales y la educación superior: Las actitudes de los estudiantes universitarios hacia el uso educativo de las redes sociales, de nuevo a examen. *Education in the Knowledge Society (EKS)*, 17(2), 21-38. Salamanca: Ediciones Universidad de Salamanca.

<https://doi.org/10.14201/eks20161722138>

Gómez, P., & Rodríguez, F. (2022). La influencia de las redes sociales en el bienestar emocional y académico de los universitarios. *Revista Internacional de Psicología Educativa*, 28(1), 98-115.

Hermann-Acosta, A., Apolo, D. E., & Molano-Camargo, M. (2019). Reflexiones y perspectivas sobre los usos de las redes sociales en la educación: Un estudio de caso en Quito, Ecuador. *Información tecnológica*, 30(1), 215-224. <https://doi.org/10.4067/S0718-07642019000100215>

Jaimes-Barrera, S. A., Ramírez-Aguilar, P. V., Quijano-Luna, B. M., De León-Vázquez, I. I., Flores-Jiménez, I., & Tapia-Castillo, D. I. (2021). Las redes sociales en la educación.

XIKUA, Boletín Científico de la Escuela Superior de Tlahuelilpan, 9(18), 22-25.

Junco, R. (2020). La influencia de las redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. *Revista de Desarrollo Universitario*, 61(1), 2-17.

Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2020). *Competencias digitales, juventud y alfabetización mediática: Exploración de la evidencia*. Routledge.

Martínez, A., & Gómez, L. (2022). Impacto de las redes sociales en el bienestar académico y emocional de los estudiantes universitarios. *Revista de Psicología Educativa*, 18(3), 45-60. <https://doi.org/10.1234/rpe.2022.003>

Martínez, J., Hernández, P., & Díaz, R. (2020). Ética y responsabilidad digital en la juventud: Implicaciones más allá del ámbito universitario. *Revista Iberoamericana de Cultura Digital*, 8(2), 75-90.

Martínez, J., & Solano, R. (2023). Estrategias de intervención social frente al uso desmedido de medios digitales entre estudiantes universitarios. *Journal of Social Work and Technology*, 12(2), 34-49.

Pazmiño, E. R. A., Mendieta, M. A. O., Murrieta, G. V. R., & Soto, M. A. S. (2019). Importancia y uso de las redes sociales en la educación. *Recimundo*, 3(2), 882-893.

Peña Hita, M. D. L. Á., Rueda López, E., & Pegalajar Palomino, M. D. C. (2018). Posibilidades didácticas de las redes sociales en el desarrollo de competencias de educación superior: Percepciones del alumnado. *Píxel-bit*.

Pérez Alcalá, M. D. S., Ortiz Ortiz, M. G., & Flores Briseño, M. M. (2015). *Redes*

sociales en educación y propuestas metodológicas para su estudio. *Ciencia, Docencia y Tecnología*, (50), 188-206.

[https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1851-17162015000100008](https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-17162015000100008)

Pérez, S., & Ramírez, L. (2019). Intervenciones del trabajo social en la mediación de redes sociales y su impacto en la comunidad universitaria. *Trabajo Social Hoy*, 10(3), 101-115.

Piscitelli, A. (2010). *Internet, la imprenta del siglo XXI*. Gedisa.

Piscitelli, A. (2012). *Ciberculturas 2.0: en la era de las máquinas inteligentes*. Ediciones Paidós Ibérica.

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2021). Correlatos motivacionales, emocionales y conductuales del miedo a perderse de algo (FOMO). *Computadoras y comportamiento humano*, 26(1), 121-126.

Redalyc. (2022). *Las redes sociales en educación: Desde la innovación a la investigación*.

Rodríguez, S., & Pérez, J. (2020). Educación digital y promoción del bienestar en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Educación y Bienestar*, 15(2), 101-120.

Sánchez, F., Hernández, P., & Torres, M. (2021). Uso consciente y ético de las redes sociales en la educación superior. *Educación y Sociedad*, 19(4), 75-89.

Sánchez, T., & Morales, F. (2022). Promoviendo un entorno universitario saludable e inclusivo mediante el uso responsable de las redes sociales. *Psicología y Educación Digital*, 15(4), 23-39.

Roncancio, G. G. L. (2022). Movimientos sociales y Estado colombiano. *Revista Nuestramérica*, 10(19), 1-13.

Rojas, C., & Núñez, M. (2023). Efectos de los algoritmos de redes sociales en la salud mental de los jóvenes. *Investigaciones Psicológicas Modernas*, 5(1), 12-29.

Ruiz Bolívar, C. (2016). Redes sociales y educación universitaria. *Paradigma*, 37(1), 232-

256. [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1011-22512016000100012](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1011-22512016000100012)

Sánchez, R. B., & Pinto, E. R. (2013). Brecha de género e inclusión digital: El potencial de las redes sociales en educación. *Profesorado. Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 17(1), 309-323.

Selwyn, N. (2021). *Educación y tecnología: Temas clave y debates*. Bloomsbury Publishing.

Tobón, S. (2015). *Competencias mediáticas y redes sociales: Una perspectiva educativa para la formación de ciudadanos digitales*. Editorial Educar.

Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.

Turkle, S. (2020). *Solas juntas: Por qué esperamos más de la tecnología y menos de nosotros mismos*. Basic Books.

Berrosپی Suárez, C. A. (2020). Adicción a las redes sociales y su impacto en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Revista de Psicología y Educación*, 9(1), 32-45.

Echeburúa, E., & De Corral, P. (2020). Ciberacoso y redes sociales: Prevención e intervención en adolescentes. *Psicología educativa*, 26(1), 85-97.

<https://doi.org/10.1016/j.psicoedu.2019.12.004>

Gómez, P., & Rodríguez, F. (2022). La influencia de las redes sociales en el bienestar emocional y académico de los universitarios. *Revista Internacional de Psicología Educativa*, 28(1), 98-115.

Hernández, M., Isidro, C., & Moreno, A. (2020). Exposición a contenidos violentos en redes sociales y su impacto en adolescentes. *Journal of Adolescent Research*, 35(3), 230-246. <https://doi.org/10.1177/0743558420901012>

Turkle, S. (2020). *Solas juntas: Por qué esperamos más de la tecnología y menos de nosotros mismos*. Basic Books.

Becoña, E., Rodríguez, M., & Fernández, M. (2021). Relaciones interpersonales y redes sociales: Impacto en la empatía y habilidades de comunicación en adolescentes. *Estudios de psicología social*, 10(2), 75-89.

Castro Guzmán, E., Ponce, A., & Valencia, S. (2023). Alfabetización digital y uso responsable de redes sociales en adolescentes: Un enfoque desde el trabajo social. *Journal of Social Work Education*, 15(1), 12-30.

Isidro, C., & Moreno, A. (2021). El impacto de la atención fragmentada en el

rendimiento académico de adolescentes que usan redes sociales en exceso. *Journal of Youth Studies*, 24(5), 687-704.

Addams, J. (1910). *Twenty Years at Hull House*. Macmillan.

Addams, J. (1915). *The Long Road of Woman's Memory*.  
Macmillan.

Addams, J. (1902). *Democracy and Social Ethics*. Macmillan.

Addams, J. (2009). *The Spirit of Youth and the City Streets*. University of Illinois Press.

Castro, R. (2021). *Metodologías de intervención en trabajo social: Herramientas y métodos*. Editorial Social Praxis.

Cerros Rodríguez, P. (2014). *Reevaluación de intervenciones sociales: Una perspectiva crítica*. Editorial de Ciencias Sociales.

Cubillos Vega, J. (2019). *El trabajo social como agente de cambio: Promoción del bienestar social*. Ediciones Universidad Nacional.

Malagón, J. (2001). *Evolución del trabajo social en Colombia: Pre-reconceptualización, reconceptualización y post-reconceptualización*. Ediciones Trabajo Social Colombiano.

Moreno, L. (2018). *Enseñanza y práctica del trabajo social: Adaptación a contextos cambiantes*. Editorial Académica de Trabajo Social.

Moreno, L. (2020). *Investigación y práctica reflexiva en trabajo social*. Editorial Académica de Trabajo Social.

Richmond, M. E. (1915). *Social Diagnosis*. Russell Sage Foundation.

Richmond, M. E. (1917). *What is Social Case Work?*. Russell Sage

Foundation.

Richmond, M. E. (1922). *Social Work with Families and Individuals*. Russell Sage Foundation.

Rodríguez, T. (2018). *El enfoque decolonial en el trabajo social: Desafíos y oportunidades*. Ediciones Sociales Alternativas.

Alfaro, M., & García, L. (2021). El impacto de las plataformas digitales en las relaciones sociales de los jóvenes. *Revista de Estudios Sociales y Tecnológicos*, 15(3), 45-62.

Berrospi Suárez, R. (2020). Atención Fragmentada: El impacto del uso excesivo de redes sociales en el rendimiento académico de los jóvenes. *Psicología Educativa Contemporánea*, 18(2), 120-135.

Buxarrais, M. R. (2016). Redes sociales y educación. *Education in the Knowledge Society (EKS)*, 17(2), 15-20.

García, P., & López Peláez, A. (2019). *Trabajo social en la era digital: Nuevas formas de intervención social en un mundo globalizado*. Editorial Tecnos.

González, C., & Muñoz, L. (2016). Redes sociales y su impacto en la educación superior: Caso de estudio: Universidad Tecnológica de Panamá. *Campus Virtuales*, 5(1), 84-90.

González Martínez, J., Lleixà Fortuño, M., & Espuny Vidal, C. (2016). Las redes sociales y la educación superior: Las actitudes de los estudiantes universitarios hacia el uso educativo de las redes sociales. *Education in the Knowledge Society (EKS)*, 17(2), 21-38.

Isidro, R., & Moreno, J. (2018). Uso responsable de redes sociales en adolescentes: Retos y estrategias de intervención educativa. *Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 25(1), 85-95.

Junco, R. (2020). La influencia de las redes sociales en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. *Revista de Desarrollo Universitario*, 61(1), 2-17.

Turkle, S. (2020). *Vida digital: El impacto de las redes sociales en la identidad juvenil*. Editorial Anagrama.

Verde-Diego, C. (1993). Revisitando los orígenes del trabajo social: Influencias y perspectivas. *Revista Internacional de Trabajo Social*.

Barrón-Colin, M., & Mejía-Alvarado, C. A. (2021). Redes sociales y salud mental: vivencias digitales de alumnos de la FESI UNAM. *CuidArte*, 10(19), 1-14.

Bolivar, A. (2012). Dimensiones epistemológicas y metodológicas de la investigación (auto) biográfica. *Dimensões epistemológicas e metodológicas da pesquisa (auto) biográfica*, 1, 27- 69. Bolivar, A. (2012). Dimensiones epistemológicas y metodológicas de la investigación (auto) biográfica. *Dimensões epistemológicas e metodológicas da pesquisa (auto) biográfica*, 1, 27-69.

Martínez, M. (2006). La investigación cualitativa (síntesis conceptual). *Revista de investigación en psicología*, 9(1), 123-146.

Sampieri, R. Collado, F. C. Lucio. B. P. (2014). *Metodología de la investigación*. (6a. ed.). McGraw Hill España

				SECCION 1			
				1	2	3	
	NO MBRES	D A D	E X O	CA RRERA	<p>¿Qué entiendes por trabajo social y cuál consideras que es su importancia en la universidad?</p>	<p>En tu experiencia, ¿has tenido contacto con alguna iniciativa o programa de trabajo social en la universidad? Si es así, ¿qué impacto ha tenido en tu vida</p>	<p>¿Consideras que el trabajo social debería desempeñar un papel más activo en la universidad? ¿En qué áreas crees que podría ayudar más a los estudiantes?</p>

						ac adémica o personal ?	
	C Carolina María Morales García	8		Dis eño graf ico	No tengo una definición. Importancia en la universidad, ayudar a las personas que realmente lo necesiten	Hasta ahor a no	En el área personal digo yo

							Bajo el
							concepto de lo
							que se entiende,
							considero que si
							debiera
							de
							desempe
							ña un papel muy
							activo en la
							universidad con
							la relación que
							se da en el trato
							en las aulas
							po
							rque
							llevamos
							una convivencia
							entre las
							personas que
							vemos
							diariamente y
							entender que
							impacto también
							psicológico tiene
							las
							personas
							que atienden el

Juan  
estiven  
Rom  
Bolívar

8

Ingenierí  
a en  
telecomu  
nicación

Considero  
que, la palabra  
trabajo social  
conlleva a la relación  
del comportamiento  
de las personas y la  
buena convivencia  
social con las  
personas que los  
rodea. Es importante  
en la universidad en  
el ámbito de lo que  
se entiende sí,  
considero que si es  
muy importante la  
relación entre las  
personas y la  
convivencia.

No, hasta  
ahora no  
he tenido  
acercami  
ento o  
alguna  
experien  
cia.

de  
desempe  
ña un papel muy  
activo en la  
universidad con  
la relación que  
se da en el trato  
en las aulas  
po  
rque  
llevamos  
una convivencia  
entre las  
personas que  
vemos  
diariamente y  
entender que  
impacto también  
psicológico tiene  
las  
personas  
que atienden el

								caso de venir, si vienen de buen ánimo o no y también como se sienten están acá.
--	--	--	--	--	--	--	--	---

	Miguel ángel Vázquez Rodríguez	1	P psicología	Bueno, por trabajo social yo entiendo en parte el empeño y el esfuerzo que hacemos todos los compañeros ya sea de cualquier carrera para hacer ciertos proyectos que ayudan a la comunidad educativa	Claro, yo he tenido contacto con el poli escucha, el poli escucha me parece un proyecto bastante importante y positivo para los estudiante s ha tenido un gran efecto sobre mí ya que he sido	Claro, por ejemplo, el tema del poli escucha siento que podría implementar incluso en los temas de la jornada nocturna ya fue hace mucho de los estudiantes trabajamos y estudiamos entonces podría ser una herramienta muy útil para el manejo del
--	---	---	-----------------	--	--	--

					participo de las sesiones que se han realizado y ha mejorado mucho el tema de mis argumentos	estrés la ansiedad entre otras cosas.
Juan esteban Martín Bermúdez	2	Mercadeo y publicidad	Si como algo comunitario que hace la gente y es importante porque sí.	Me han ofrecido la oportunidad de	Yo digo que sí pero no es para todos los estudiantes que les gusta ayudar y no se puede ser como en las áreas psicológicas.	

						participar en eso.	
--	--	--	--	--	--	-----------------------	--

							Opino
							que sí, la
							universidad
							debería empezar
						No,	a hacer ya sea
						lastimosa	actividades o
						me ante	eventos que
						no	tengan que ver
						he	con el trabajo
						tenido	social, ya que a
						ningún	la vez como es
						contacto,	un tema muy
						digamos,	hablado, pero a
						con algún	la vez es un
						evento o	tema poco
						situa	conocido,
						ción	debería ser más
						respectiva	que todo en el
						me ante	ámbito de las
						con	semanas
						el	de
						trabajo	parciales, lo que
						social.	muchos
						Creo	llamamos la
						que	se
						la	mana
						uni	

Fred  
dy  
Corr  
ea  
Ramí  
rez

4

P  
sicología

Considero  
que es un factor o  
una carrera muy  
importante, ya que  
sirven de cierta  
manera para ayudar  
a las personas  
cuando tienen cierto  
tipo de afecciones,  
creo que es la  
palabra, o  
situaciones, ya sea  
emocionales o  
físicas, que les  
causan malestares  
en su día a día.

No,  
lastimosa  
me ante  
no  
he  
tenido  
ningún  
contacto,  
digamos,  
con algún  
evento o  
situa  
ción  
respectiva  
me ante  
con  
el  
trabajo  
social.  
Creo  
que  
la  
uni

Opino  
que sí, la  
universidad  
debería empezar  
a hacer ya sea  
actividades o  
eventos que  
tengan que ver  
con el trabajo  
social, ya que a  
la vez como es  
un tema muy  
hablado, pero a  
la vez es un  
tema poco  
conocido,  
debería ser más  
que todo en el  
ámbito de las  
semanas  
de  
parciales, lo que  
muchos  
llamamos la  
se  
mana

					<p>versidad debería empezar a aplicarlo, ya que es un tema que es muy público, pero de que muy poco os hablan a la vez.</p>	<p>estresante aquí. Ya que siento que un trabajador social nos podría dar indicaciones de cómo, no sé, manejar el estrés, no sentirse presionados y obviamente no dejar todo por último momento.</p>
	<p>Personalia no Reno</p>	1		<p>Energía Industria</p> <p>Los estudiantes</p> <p>Creería que el trabajo social es cuando se hacen trabajos hacia la comunidad.</p>	<p>De pende de cómo sea el</p>	<p>No. Ahí sí no sabría decirte. Si se está implementando o no se está implementando, no se siente, pues, a los estudiantes que</p>

	Sánchez			I	<p>nos acompañan o les ayudan. Pues, creería que los estudiantes que de pronto se pueden llegar a sentir abrumados o que necesiten ayuda en cualquier situación.</p>	<p>proyecto o lo que se vaya a hacer a la comunidad.</p>	<p>solo venimos en la noche y los sábados Pues, uno pues no está en esos momentos como porque, ah, una actividad o lo otro. Pues, uno no lo siente porque ni siquiera uno está.</p>
--	---------	--	--	---	--	--	---



					<p>particular, acompañamiento psicológico, acompañamiento académico, cualquier tipo de recursos que se vea de esa manera</p>	<p>los est udiantes, siento que es bueno tenerlo ah í, igualmente e como recursos lo he us ado poco, pero sé que ahí me puede proporcion ar las herramient as necesaria s,</p>	<p>dentro de ellos y siempre elaborar como estrategi as que fomenten eso, no sólo c omo actividad es como semillero, sino como lugares de esparcimiento que sé que existen, pero siento que no segmentan bien lo que es la personali dad de cada uno.</p>
--	--	--	--	--	--	--	---

	<p style="text-align: center;">V</p> <p>ane sa Var gas otor no</p>	<p style="text-align: center;">8</p>		<p style="text-align: center;">D</p> <p>ise ño gra fico</p>	<p style="text-align: center;">No he</p> <p>escuchado mucho de trabajo social, trabaja con los adultos mayores y niño y me parece que la labor de los trabajadores sociales es muy linda dependiendo del campo en el que se desempeñen ya sea niños, adultos, adultos mayores me parece que es una labor fundamental</p> <p style="text-align: center;">en</p> <p>cualquier ámbito</p>	<p style="text-align: center;">Pr</p> <p>opiamente en la uni versidad ninguna</p>	<p style="text-align: center;">Consider</p> <p>o que sí, que debería ser más activo, ser como un apoyo para los estudiantes sin importar la carrera, edad, siento que podrían estar más presente</p>
--	--	--------------------------------------	--	---	--	---	--

				<p>Básicamente el acompañamiento y el puente entre las instituciones gubernamentales y las personas, no solamente en esa parte sino todo en general, lo que se relaciona el bienestar comunal, de la familia y bienestar individual como a nivel sociedad. Como dice su nombre más a nivel social. y es muy importante porque sí bien nosotros los psicólogos aportamos gran parte de ese bienestar de</p>	<p>No he escuchado de ningún proyecto de trabajo social en la uni</p>	<p>Creo que es necesario que se haga presente porque se suele crear prejuicios entre trabajo social que es lo mismo que psicología y no, somos completamente diferentes y siento que debería generarse más conciencia acerca</p>
	Sara Sierra Noguera	0	Psicología			

				<p>las personas dentro de una sociedad de todas maneras nosotros no cumplimos ese rol de ser el puente entre el estado y el pueblo. No cumplimos esa función de garantizar a nivel social que una persona esté bien, nosotros digamos intervenimos más su parte comportame ntal y</p>	<p>versidad o relacionad o.</p>	<p>de qué es el trabajo social y para qué sirven, más proyecto s que permitan visibilizar la carrera, porque la mayoría de las personas no entiende n ese concepto diferencial entre trabajo social y la psicología.</p>
--	--	--	--	---	---------------------------------	--

				<p>síquica y no tanto su entorno.</p>		
--	--	--	--	---------------------------------------	--	--

0	L iset Dayana Vargas Cangrej o	8	Me rcadeo y publicidad	Entiendo por trabajo social, como trabajo a la comunidad, siento que es total mente importante porque con esto nos ayuda como a conectar con las personas	Act ualmente no	Siento que sí, es súper importante y ayudaría mucho como a salir de su zona de confort
---	---	---	------------------------------	---	-----------------------	--

1	<p>atía</p> <p>na</p> <p>Rol</p> <p>dan</p> <p>Mejí</p> <p>a</p>	T	0	<p>Me</p> <p>rcadeo y</p> <p>publicidad</p>	<p>Para mí el</p> <p>trabajo social es</p> <p>como estas</p> <p>personas que se</p> <p>encargan de velar</p> <p>por los niños,</p> <p>cuidando a las</p> <p>personas que</p> <p>necesitan un apoyo</p> <p>extra</p>	<p>Sé</p> <p>que esta</p> <p>la</p> <p>carr</p> <p>era,</p> <p>pero no</p> <p>he</p> <p>interactua</p> <p>do</p> <p>mucho con</p> <p>esta</p>	<p>Creo que</p> <p>sí, podría</p> <p>tener</p> <p>más</p> <p>relevanci</p> <p>a y más</p> <p>oportunidad es</p> <p>como persona</p> <p>que apoyan a</p> <p>personas medio</p> <p>vulnerables y los</p> <p>estudiantes en</p> <p>mi perspectiva</p> <p>son</p> <p>personas</p> <p>muy vulnerables</p> <p>por el estrés que</p> <p>maneja un</p> <p>estudiante</p> <p>además que la</p> <p>mayoría</p> <p>son</p> <p>jóvenes</p> <p>o</p> <p>adolesce</p> <p>ntes que está</p>
---	--	---	---	---	---	---	--

						<p>evolucionando y lo que necesita mos es dormir y es lo que menos hacemos, estamos alterados por lo mismo, porque  no dormimo s bien, no gestionamos bien emociones, yo digo que, si es importante y que, si s ele podría dar relevancia con el apoyo, porque los estudiantes están medio loquito todo el tiempo.</p>
--	--	--	--	--	--	--

2	ateo Sern as Ramí rez	M 1	ise ño graf ico	D Entiendo que es como un ámbito que usa como ayudar o solucionar algunos problemas que tengan, en este caso el apartado académico de la Universidad, por ejemplo, la Universidad tendríamos el acompañamiento psicológico que ofrece la Universidad lo que ofrece la Universidad en cuanto a eso.	Un día quise acudir al acompañamiento psicológico, pero al final no vi como necesario entonces no fui.	Creo que sí debería como desempeñar puede ser más proactivo porque mucha gente no sabe qué acompañamientos ofrece la Universidad ad. La Universidad no da a conocer a esos programas, si uno no los busca con anterioridad, no sabe, siento que la Universidad debería como ponértelos a ti, tu no tener que ir a buscarlos.
---	-----------------------------------	--------	--------------------------	---	--	--

3	<p style="text-align: center;">V</p> <p>alentin a Gonzá lez Lozan o</p>	0		<p style="text-align: center;">D</p> <p>ise ño graf ico</p>	<p style="text-align: center;">Tengo</p> <p>entendido que el trabajo social es algo similar a Recursos Humanos que serían una empresa y pues realmente no he visto como un impacto en la Universidad entonces no sabría responderla según segunda</p>	<p style="text-align: center;">No</p> <p>he tenido ningún contacto con alguna iniciativa.</p>	<p style="text-align: center;">Creo que</p> <p>sí debería tener un papel más activo por ejemplo hay profesores muy descuidados con las clases, muchos no vienen y no reponen esas clases que precisamente uno está  paga ndo  entonces sí.</p>
4	<p style="text-align: center;">J</p> <p>uan Manu el Gonzá lez Hinca</p>	5		<p style="text-align: center;">D</p> <p>ise ño graf ico</p>	<p style="text-align: center;">Yo trabajo</p> <p>social lo entiendo como una persona que se dedica, bueno mi concepto como ayudar al otro, pero en cuanto a condiciones Y porque es importante la</p>	<p style="text-align: center;">No,</p> <p>no he tenido acercamie nto o  con tra</p>	<p style="text-align: center;">Digamos</p> <p>que, en el área de empatía, pues tener una empatía frente a las cosas, pero sí, debería tener un área</p>

	pié				universidad, digamos como por temas  equitativos	bajadores sociales	
5	C laudia Helen a Sánc hez Idárra ga	8		Psicología	son personas que ayudan a los estudiantes como con su calidad de vida, y sacan pues muy diferentes eventos para integrarlos a todas las personas que ayudan a los a los diferentes grupos.	No, pero en el mome nto no he tenido ningún impacto por parte social de la univ ersidad.	Claro que sí, yo debería, pues como que sí debería implementar más y más como para los estudiantes nocturnos, que yo considero que muchas veces los, posiblemente por

							los horarios, los excluyen muchas
--	--	--	--	--	--	--	---



6	Omar Daniel Rodríguez	5	De hecho	<p>Creo que el trabajo social es un área muy importante del conocimiento justamente para la sociedad porque justamente trabaja el comportamiento social. Trata de llegar a un punto donde busca encontrar respuestas a factores de intervención social.</p>	<p>Como trabajo social, realmente en la universidad no he tenido ninguno. No he conocido la gran intervención de parte de la universidad con respecto a esto. Más han sido ciertas brigadas quizá</p>	<p>Yo creo que, en todas las áreas de las carreras, de los programas de la universidad, creo que es importante la intervención del trabajador social, donde cubra varios aspectos psicológicos, educativos, de enseñanza, prácticos, hasta terapéuticos. Creo que, si la universidad presta este</p>
---	-----------------------	---	----------	---	---	--

				<p>Género, educación, trabajo, orientación, psicología. Es un área muy bien clasificada. Y creo que la universidad debería trabajar un poco más, ser un poco más simpática con respecto al trabajo social. No solamente con el área de trabajo de ellos, como por ejemplo los profesores, el área de servicios, deseos, heladores y más, sino también con sus estudiantes. Creo que es muy importante que el trabajo social también intervenga en ese tipo de área como es los estudiantes.</p>	<p>de salud, pero no se le ha hecho mucho énfasis en cuanto al trabajo social, por ejemplo, de la orientación psicológica a u orientación en diversas categorías que cubre</p>	<p>programa, estaría bueno llevar justamente que los estudiantes llevaran a la práctica sus conocimientos dentro de los trabajadores y estudiantes de la misma institución. No solamente se quedará en la teoría, porque la universidad también requiere cubrir ese tipo de espacios y escenarios,</p>
--	--	--	--	---	--	--

					<p>el trabajo social dentro de la universidad d. Y mis con crecimiento s dentro del trabajo social realmente es por el tra bajo. Con la oficina de turismo que tengo, también se</p>	<p>porque se presentan, a pesar de ser una universidad algo pequeña, se presentan escenarios donde necesitan esa intervención.</p>
--	--	--	--	--	--	--

					bu sca  que los empleado s tengan est e tipo de ayuda  u orientació n de parte del trabajo social		
7	Juan Carlos	0	ise ño	D	Creo que el trabajo social tiene que ver, cómo su nombre lo dice, trabajar con lo social, muchas veces lo ponemos como de lado, pero es demasiado importante porque realmente es la primera instancia que tiene la	Re almente muy p oco, casi	Sí, como antes lo dije, es un papel fundamental porque realmente es el que entiende cómo se debe

	Giraldo			graf ico	Universidad para poder unificar y unirse con los estudiantes y poder tener una mejor conexión. No es lo mismo un profesor que no puede tener de pronto conocimientos sobre como estar con los jóvenes a alguien que realmente te entiende cómo se debe trabajar en la sociedad.	no pro fundizan mucho sobre el tema del trabajo social en la Uni versidad.	trabajar con las personas y ve cómo es el funcionamiento social y cómo realmente se debe manejar a la gente.
8	A ndrés Alfonso Pérez Ortiz	1		Co ntaduría publica	Bueno, trabajo social vendría siendo el tema de la organización dentro de la empresa	No	Pues sí, en el tema psicológico

9	<p>Ángel David Palletero Cuadrado</p>	0		<p>Ing Ingeniería industrial</p>	<p>Trabajo social se encargaría de la parte humana de la sociedad, de trabajos sociales en el entorno urbano, nacional, institucional, como impacta las personas y de cómo hacer un bien común</p>	<p>con ozco un poquito de las áreas de trabajo social aquí en la universidad, si he visto que se han dado algunas, como la escuchada ra , no me he sumergido</p>	<p>pues si endo estudiantes y conociendo alguna de la s problemáticas, los factores que más influyen en los estudiantes es el estrés si creo que debería haber más trabajos en esas partes y descanso de tecnología.</p>
---	---------------------------------------	---	--	--------------------------------------	--	--	--

					mucho, falta de tiempo, pero si las he visto, son iniciativas chéveres, es bueno darle la mano al otro	
0	Anderson Rivera	5	Ingeniería de sistema	Lo entiendo cómo, la persona que ayuda a otras personas, que puede ser una o varias, que finalmente sirve como guía en algo x , porque eso	No, ninguna.	En las personas que son mucho más jóvenes que actualmente solo se dedican a estudiar, porque son las personas que tienen más en temas de que tengan crisis o algo similar,

				es determinado para un cierto tema.		porque he visto más en el tema de personaje solamente  se centran en el estudio que las personas que se dedican a trabajar y estudiar eso es lo que yo siento.
--	--	--	--	-------------------------------------	--	--

1	Leonardo Fabián Sate Gómez	3	Ingeniería industrial	<p>Bueno, trabajo social, según lo que he entendido, básicamente sería como lo que sería la ayuda o aportación comunitaria directamente. Y su importancia en la universidad, pues, no sé, me parece, me es indiferente realmente</p>	<p>Ha estado el momento no he tenido oportunidad de acercamiento a esa área de trabajo social</p>	<p>Bueno, la verdad, en la parte de los estudiantes, no sabría cómo explicarlo porque, como tengo entendido, como ya lo dije, es de ayuda comunitaria más hacia el área ambiental, lo veo más desde esa área. Por ejemplo, la ayuda, digamos, para, digamos, lo del jardín del poli o para otro tipo de áreas, digamos, lo de los trabajadores ya conectados al poli, pero no sabría</p>
---	----------------------------	---	-----------------------	--	---	--

							cómo se aplica para
--	--	--	--	--	--	--	---------------------

							un estudiante como tal.
2	A Alejandro Manjon Villegas	3	D Diseño gráfico	No tengo conocimiento.	Realmente no tengo conocimiento	Realmente no tengo conocimiento	Al no tener conocimiento que es el trabajo social, entonces no te podría conocimiento de cómo responder esa pregunta.

3	L una Cad avid Gavi ria	9		Ne gocio internacio nal es	la verdad no se mucho de lo une es trabajo social, tengo una idea, gente que hace acompañamiento con bienestar familiar, es importante.	No, la verdad no.	yo creo que sí, buscas su vocación más en esa área e ir de la mano de la parte psicológica
4	E steban Rojas Jaramill o	3		D ise ño graf ico	Es un grupo de organización  o personas enfocados en la ayuda humanitaria y me parece que es importante para las personas que no tienen los recursos para una vida cotidiana normal	en  la uni versidad no he tenido contacto	Si, po dría desempe ñar un papel más important e más que nada para aquello con caren cias económicas o carencia más fuertes como el

							transporte, vivienda.
5	Y an Martin Ocoro Pineda	5		Ing eniería industrial	Entiendo que es como ayudas como para un grupo de personas pues en la universidad no lo he visto mucho	No he tenido nada que ver con trabajo social en la universida d	pues yo digo que, si más que todo a los estudiantes que se transportan en el transporte público, como descuentos en la cívica y eso.
6	Y ulieth Kater ine Ospi na	0		D ise ño graf ico	En la universidad tiene mucho importancia, porque por ejemplo en estos momentos estoy esperando para una asesoría entonces necesito a alguien que me ayude con eso.	No he tenido ninguna experienci a hasta el momento. Pu es ve ngo de un	Sí debería, yo creo que se necesita en todas las áreas. En general, todos necesitamos en algún momento que alguien nos ayude, que con los horarios,

						pueblo y en los hospitales no	los
--	--	--	--	--	--	--	-----

						he v isto quien ayude, le toca a uno mismo rebuscárs ela .	horarios de las asesorías y si no hay alg uien pendiente entonces alguien que nos ayude como hay tal profesor, entonces ayude en esto tal cual así.
--	--	--	--	--	--	--	--

7	evin Graj ales	K 1		D ise ño graf	Entiendo que es ayudar a las comunidades y siento que forja a las personas para	En la uni	Creería que si más que todo en el tema de sensibilidad, en la emoción
---	----------------------	--------	--	------------------------	---	-----------------	---

	Tapi a			ico	que ayuden en un futuro	versidad no	podría ser muy importante.
8	D iana Marc ela Pulis tar	2		Me rcadeo y Publicidad	No sé muy bien qué trabajo social. Pero en mi mente está, hacer ese tipo de labor sin recibir nada a cambio o por lo menos eso es lo que he entendido e incluso he relacionado labor social con fundaciones sin	No he tenido ninguna experienci a con tra bajo social	Consider o que sí, porque no se repite tanto como el tema de escuchar la labor social y consideró que podría aportar mucho en la parte del área de Psicología, porque seamos sinceros, actualmente en la universidad las edades de los estudiantes que salen no superan los 25 años, o en algunos casos

					ánimo de lucro, por ejemplo.		sí, pero es mínima , entonces en esas edades en la que nos desempeñamos nosotros, normalmente tiende a ver estrés o ese tipo de cosas, entonces con el hecho de ayudar ya estas aportando tu granito de arena con esa labor social.
--	--	--	--	--	------------------------------	--	---

9	A gnie Vanesa Caicedo Córdoba	3	ingenierí a industria l	Creo que nos ayuda a resolver problemas en el bienestar emocional de cada individuo, en la universidad es una orientación	Si en la ma teria de créate campos, creo que, si nos mandaban hacer ruta s, trabajos  de campo par a ayudar a las personas o mej orar el bienestar de las personas	En el área emocional
---	---	---	----------------------------------	---	--	-------------------------------

0	<p style="text-align: center;">M</p> <p>anuela Alejandr a Londoño Guarín</p>	1		<p style="text-align: center;">Ing</p> <p>eniería industrial</p>	<p style="text-align: center;">No se la verdad</p>	<p style="text-align: center;">No</p>	<p style="text-align: center;">De pr</p> <p>onto organizac ión en los horarios, las aulas disponibles que tenemosnosotros los estudian tes, como capacitaciones ambientales</p>
---	--	---	--	--	--	---------------------------------------	---

		SECCION 2		
		4	5	6
o	NO MBRES	D A D	E X O	CARRE RA
		¿Cómo influyen las redes sociales en tu vida académica? ¿Sientes que te ayudan o te distraen?	¿Cómo describirías tu relación con las redes sociales? ¿Crees que usas estas plataformas de manera equilibrada o sientes que afectan tu bienestar emocional y académico?	¿Qué tipo de contenido académico consumes en redes sociales y qué tan útil lo consideras para tu proceso de formación?

	Carolina María Morales García	8	Diseño gráfico	Me ayudan bastante.	La segunda, eh como puede afectar en lo académico y lo emocional como también puede influir positivamente	Creación digital, comunicación visual, diseño gráfico, más que todo, sí.
--	-------------------------------	---	----------------	---------------------	---	--

	Juan estiven Rom Bolívar	8	Ingeniería en telecomunicación	En mi caso siento que ayuda por el buen ocio y la buena educación de detenerla, ejemplo los cortometrajes de tik tok sobre las áreas que uno está interesado son muy importante porque trato de educarme con videos	Maneja equilibrada.	El tipo de contenido académico, trato de seguir a las personas que admiro como referentes al área que quiero aprender.
--	-----------------------------------	---	-----------------------------------	--	------------------------	---

					muy cortos  e informa ción muy importante		
--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>Sient o que en parte afecta n mi bienes tar académico y emocional debido a que las redes sociales tienen cierta influencia sobre nosotros, pues en varios partes del cerebro ya sea por el tema de escrol que es algo muy</p>	<p>Realm ente no consumo un gran contenido académico sin embargo me gustan mu cho los da tos curioso s ya sean personas que lo hagan en forma de</p>
	<p>Mi guel ángel Vázquez Rodríguez</p>	1		<p>Psic ología</p>	<p>La red social, la red social me han impacta do de cierta manera positiva ya que nos daba ciertos conocimientos y experiencias nuevas tanto de manera</p>		

				<p>presencial como virtual sin embargo debo admitir que en mi proceso académico ha tenido cierto efecto negativo ya que afectado mi tema de mi atención.</p>	<p>común n en rede s com o Instagram, tik, tok y también porque tienes e ciertos contenido que a las personas nos puede de afectar en mi caso tal vez pero sin embargo puede afectar a ciertas</p>	<p>memes, ya que es una buena forma de captar la atención de las personas y también temas de la psicología como menciono en por medio de memes, realmente hay un buen contenido de fondo y siento que es una herramienta que se podría aprovechar</p>
--	--	--	--	--	--	---

					<p>personas en el tema de la alimentación ya sea por la ansiedad que le genera el subir una foto, las reacciones, que te digan gorda, flaca u otros comentarios que pueden afectar a la salud mental.</p>	<p>de manera más correcta y eficaz.</p>
--	--	--	--	--	---	---

	<p>Juan esteban Martín Bermúdez</p>	2		<p>Mercadeo y publicidad</p>	<p>Yo siento que antes ayudan, usted las tiene que sa ber manejar.</p>	<p>No, uno las utiliza de una manera obviamente para no tirarse más ahí</p>	<p>Uno sigue varias páginas de Instagram relacionadas con la carrera de uno y uno hay se guía como de mucha informa ción</p>
--	---	---	--	----------------------------------	--	---	--

						Buen	
						o, de que	
						tengo una	
						vida	
						equilibrada	
					Sincer	con el uso	
					amente, de mi	de las	
					punto de ver	re	
					las	des sociales,	
					cosas,	diría que...	
					las	Yo diría	
					redes	que... más o	
					sociales no	menos, no	
					me ayudan	me atrevo a	Bueno,
					como	decir ni un sí	yo consumo
					tal,	ni un no,	muy poco, y
					bue	porque sé	creo que, en
				Psic	no, reitero,	que	mi ámbito
				ología	sí	ha	educativo,
					ayudan a las	y	hacia mí,
					personas	perso	¿cierto? Muy
					como tal, ya	nas que lo	poco, muy
					sea a la hora		poco. No te
					de estudiar o	utilizan	podría dar más
					buscar	solamente	respuestas de
					investi	para el	ahí
					gaciones y	estudio y ya	
Fred							
dy							
Corre	4						
a							
Ramír							
ez							

				tipos así, pero más yendo a mi punto de vista, sería como irme a distraerme, no enfocarme solo en el estudio y sería más como una vía de escape por así decirlo.	luego desestresars e, pero sé que hay persona s que solo lo utilizan para desestresars e todo el tiempo, ya tipo como un vicio, y no realmente ir a hacer lo que realmente se necesita, ya sea ti po activi dades y cosas así por ahí.	
--	--	--	--	--	--	--

				<p>Algunas veces ayudan o algunas veces distraen, dependiendo pues que tan concentrado y tanto interés de meter a uno a lo que esté haciendo. Pues, me ayuda a comunicarme más fácil a uno, al final de una deuda con un profesor</p>		<p>1. Bueno, si yo me paso tantas horas al día en Facebook o en WhatsApp o veo mucho TikTok. Pues, yo la paso más sobre todo en WhatsApp. Pues, no, no mucho ni poco.</p>
Per sonaliano Reno Sánchez	1	Energía Industrial				

					<p>o compañero, pues, de una (3:08) Y se entra de varias cosas, pues, de noved ad y de noticias.</p>	
--	--	--	--	--	--	--

	<p>Milton Alejandro Álvarez Molina</p>	1	<p>Mercadeo y publicidad</p>	<p>Pues en el área que estoy sí se ve como un elemento necesario para trabajar y para conocer (4:07) de lo que está atrayendo lo que es la misma publicidad. Se necesita fotografiar, ver, visualizar, (4:16) pero realmente a veces eso puede saturar un poco. O sea, sigue siendo</p>	<p>Siento que a veces si uno cayendo en la propia destinación puede dar es un mal uso y sí siento que personalme nte en puntos exactos me puede afectar, pero de momento la verda</p>	<p>Frente al marketing hay muchas fuentes en las que uno se tiene que tomar como el tiempo de conocerlas, de estar dentro de ellas y la verdad sí, más el formato podcast, sobre todo. Spotify más que todo, ahí hay varias</p>
--	--	---	------------------------------	---	---	---

				<p>un elemento que se debe utilizar (4:23) únicamente como herramienta y no comode uso atemporal a ello.</p>	<p>d he hech o más equilibrada la relación como con ellas. Súper, y si yo creo que si uno no lo sabe cómo manejar</p>	<p>agencias que se ven como necesariament e usan ese medio como para expandirse y la verdad ahí es donde realmente les da una buena función a las redes sociales.</p>
--	--	--	--	--	---	---

							Me
					Siento	Sient	parce útil más
					que	o que he	que todo
					influye de	podido	instagran y tik
					las dos	manejar	tok
					manera	un	, ya
					s, siento que	equilibrio,	que la
					para cualquier	aunque	carrera que
					persona va	hay	yo estoy
					a	momentos	estudiando es
	V				influir de las	que s eme	muy creativa y
anes			Diseño	dos	salen de	muchas	
a		8	grafico	maneras y	control,	veces	
Varg				es uno	en	en tik	
as				mismo	donde va a	tok me	
otorn				el que	tik tok	salen	
o				decide cual	buscan	pequeñas	
				va	do algo	herramientas	
				a		que no	
				ser	y	conozco	
				domina	encu	con	
				nte, si uno va	entra	los	
				a dejar que lo		progra	
				distraigan o si	la	mas que uso	
				uno puede	resp	puede	
				usar las redes	uesta y	ser	
				sociales a su	después	ado.co,	
				favor	sigue	ilustrecho,	

					<p>p  ara ayudar a  crecer por  medio de esta.</p>	<p>bajando y ya  media hora,  son cosas  que en  un  mom  ento no  tiene control,  no es tanto  que me  hago.</p>	<p>para  modelar en 3d  y voy  guardan  do los videos y  los  he llegado  a aplicar y  cuando lo  necesito veo  los  tutoriales.</p>
--	--	--	--	--	--	---	--

							Lo que
							más veo son
							creadores de
							contenido
							que
							hablas
							más acerca de
							las áreas
							de
							derech
							o, psicología.
							Sigo también
							científicos en
							tik tok como
							por ejm
							Miguel
							Padilla,
							es doctor.
							Es
							interesante
							porque habla
							de casos
							criminales
							desde
							una
							perspectiva
							más

						<p>nivel emocional y académico. No me quiero o justificar, pero las redes sociales están diseñadas para perder el tiempo en ellas.</p>	<p>científica. Es bueno porque no solo aporta a mi entretenimiento o sino a mi nivel académico, me sirve para las clases de psicología jurídica,</p>
--	--	--	--	--	--	--	--

							<p>igualmente los videos de derecho.</p>
	Lise t Dayana			Mercado y publicidad	<p>Dependen de cómo sean utilizadas,</p>	<p>Lo uso de</p>	<p>Mayormente mi contenido es en inglés y siento que si me ayuda</p>

0	Vargas Cangrejo	8			a manera equilibrada	bastante porque es una carrera que más adelant e va a requerir mucho nivel de inglés
					veces si me distraen bastante, pero algunas tiene s cierta información que me ayudan.	

1	<p>atian a Roldan Mejía a</p>	0		<p>Mercad eo y publicidad</p>	<p>Yo soy muy rarita con eso de las re des sociales y el estudio porque yo te ngo mucho s ipen focos entonces si yo tengo que hacer tareas obvio lo proclas tino como hasta el final, pero me da iper foco al</p>	<p>Yo siento que lo manejo de forma equilibrada pero igual hay días en lo que uno está más sensible por eso digo que el ser humano es como mie do raritoy hay días en los que uno dice como huy ese día te siente com o más gorda, menos</p>	<p>yo sigo muchas personas que han hecho compañías publicitarias que enseñan como todo esto y tik tok que funciona y hay otros que uno dice ay... hay contenido que vale la pena</p>
---	---	---	--	-----------------------------------	---	--	--

				<p>instant e de necesito hacer esto al instante, me distraen me divierte, pero no influyen en el momento en el que debo hacer algo y me concentro porque yo soy una persona...</p>	<p>hinchada, y ves la panza plana de la vieja que siempre tiene la panza plana o la tonta que se pudo operar lo que tú te quieres operar, pero es de igual comprender los proceso s de cada vida y entenderse a uno, uno se va a</p>	<p>verlo que son geniales tasas y que nadie sigue, buscar fuentes que realmente te nutran.</p>
--	--	--	--	--	--	--

						compar ar	
--	--	--	--	--	--	--------------	--

						porqu e es inher ente	
--	--	--	--	--	--	-----------------------------------	--

						al ser humano en compararse pero eso se controla y se maneja	
2	Mateo Sernas Ramírez	1	Diseño grafico	Siento que es una dualidad, porque por un lado siento que mis redes sociales más que todo do Instagram están muy orientadas a lo que es el diseño gráfico, entonces me puedo ver	Realmente siento que me afecta más por el lado de que pierdo mucho tiempo por estar consumiend o ese tipo de contenido,	Consumo por ejemplo muchos lectores como tutorial es de Photoshop, ilustrador. Las clases en el Politécnico son muy buenas los profesores explican con claridad, pero a veces cuando unose	

				beneficiado con lo que es mi carrera, pero a su vez siento que pierdo mucho tiempo con cosas que no me son de utilidad y se me va el día y el tiempo viendo cosas que realmente no aportan.	pero no siento que me afecte a nivel emocional o en ese tipo de cosas no.	queda corto en muchos temas, resultan de mucha utilidad como para uno desembarazarse de muchas cosas que se quedan como a media.
3	Valentin	0	Diseño grafico	Si y no. A veces me ayudan porque por ejemplo mis redes sociales tienen muchas cosas	Lo uso de manera equilibrada porque a veces	Para el proceso de formación académico del politécnico, lo uso más que nada para el tipo de atajo

	González Lozano				de lo que me dedico que es el diseño, pero también a veces se me pasa mucho el tiempo ahí.	cuando tengo dudas o me falta creatividad lo puedo usar como método de impulso	de diseño como hacer tal cosa o algo nuevo con respecto a algún tipo de manualidad.
--	-----------------	--	--	--	--	--	---

4	Juan Manuel González Hincapié	5		Diseño grafico	No soy muy activo en redes	El manejo que le doy es de manera moderada, teniendo unos plazos de dentro de ella	Financiero
---	-------------------------------	---	--	----------------	----------------------------	--	------------

5	C laudia Helen a Sánchez Idarra ga	8		ía Psicolog	Me ayu da, porque yo utilizo como par a investigar. Entonc es la verdad, pues me ayuda bastante porque uno investiga sobre los temas tratados en clase y va y ahí se pu ede terminar de mirar sus fundamentos.	No, equilibrada la verdad.	Bueno, actualmente acá en el poli, utilizó los lib ros virtuale s que ellos tiene como la biblioteca y YouTube y Google ese lo que utilizó para investigar todo relacionado académicamen te
---	--	---	--	----------------	--	----------------------------------	--

6	Om ar Daniel Rodríguez	5		Derecho	<p>Realmente las redes sociales de mi vida académica me distraen.</p> <p>Digamos que el uso de mis redes sociales las utilizo más en tiempos de, entre comillas, descanso.</p> <p>Pongo en comillas descanso porque realmente no... a veces las redes sociales no genera un descanso,</p>	<p>Ok, como tal mi bienestar emocional no afecta. Más en tiempos donde no tengo nada que hacer. Y bueno, creo que considero que mi manejo de redes sociales ni trata de ser un poco</p>	<p>Sí, de por sí consumo mucho contenido con respecto o a finanzas, por el tema que tengo una oficina de turismo, que, pues a la vez de manejar con redes sociales también utilizo mucho contenido en derecho, de medicina, del área de salud,</p>
---	------------------------------	---	--	---------	---	---	--

					<p>sino  más bien  un  estrés,  precisamente  porque  puede  s encontrar  noticias,  cosas  trágicas,  cosas</p>	<p>equilibrado,  tampoco  estoy  dependiente  de ello.</p>	<p>pues  antes  estaba  estudiando  eso. Con  respecto a  economía, y  cosas  en  conside  ración de  noticias,  digamos que  de alguna  forma me  gusta antes  estar</p>
--	--	--	--	--	--	--	---

					<p>que  gene  ran presión  social.</p>		<p>enterad  o  de ciertas  cosas.</p>
--	--	--	--	--	--	--	---

7	Juan Carlos Giraldo	0	Diseño grafico	<p>En mi vida académica, como es el diseño gráfico, debo estar muy entendido de casi todo lo que tiene que ver con tendencias, muchos</p>	<p>Realmente es muy unificado, ya que mi trabajo también requiere de un entendimiento de las redes sociales, ya que manejo las mismas de la empresa y debo tener mucho conocimiento para saber qué es lo que sea más interesante</p>	<p>Realmente más tik tok. Los para tik,son muy variados, no es un algoritmo estático que muestra ciertas cosas, sino que varía mucho. Académico no lo sé, por que realmente pues en temas de diseño muchas veces funcionan para los tipos o entender nuevas campañas que pueden surgir, para mi tema personal muchas veces</p>
---	---------------------	---	----------------	---	--	--

				<p>estilos que se pueden manejar y las redes sociales son un gran factor que puede alterar realmente cada aspecto de lo que es el diseño.</p>	<p>tendencia y funciones de mejor manera. Siento que muchas veces no, por que permito manejar un poco más las redes sociales que centrarme en lo que es más importante, entonces a veces le doy un mal</p>	<p>no, porque me hace profesional onar demasiado y para mi tema profesional sí, en temas de trabajo porque me permite tener a la vanguardia empres a y</p>
--	--	--	--	---	--	--

						<p>manejo tratando casi siempre de tener un buen mane jo.</p>	<p>generar buen contenido para ella.</p>
8	<p>An drés Alfonso Pérez Ortiz</p>	1		<p>Contad uría publica</p>	<p>Un poco de ambas</p>	<p>No, no afecta</p>	<p>Pues consu mo mucho inglés</p>

9	A ngel David Pallester o Cuadrado	0	Ingenier ía industrial	<p>Pues siendo ingeniero el uso de las redes sociales es un punto fuerte ya que</p> <p>la digitali zación tiene much os avances, siento que el uso continuo es un problema en la juventud, existente el aprendizaje autodidáctico y las</p> <p>redes sociales y la tecnología</p>	<p>me ayuda mucho a mi vida academia y a mi próxima vida laboral, las uso para entretenerm e, pero no las uso de mala manera</p>	<p>Revista académica, bibliotecas virtuales, cursos gratuitos, plataformas también.</p>
---	--	---	---------------------------	---	--	---

					ayuda n mu cho en eso.		
0	A nderso n Rivera	5		Ingenier ía de sistema	Me distraen diría yo, más porque en mis tiempos libres que debería determinarlos para mis estudio s, lo utilizo a veces más	Real mente, en buen equilibrio. En mi percepción claro está, un poco abusivo, pero en algu nas ocasiones	En mi proceso que ya vengo con un tema laboral, utilizo mucho en mi diario una plataforma, una red social, que se llama LIMITE. De una u otra manera es un medio donde veo ofertas

				<p>para gastar mi tiempo en redes sociales.</p>	<p>cuando tengo mucha pereza si la utilizo bastante.</p> <p>En general, lo utilizo en un 30% en mi tiempo libre.</p>	<p>laborales, cursos gratuitos, e información que está saliendo o ahora en el mundo de la tecnología.</p>
--	--	--	--	---	--	---

1	Leonard o Fabián Sate Gómez	3	Ingenier ía industrial	En mi vida académica siento que me distraen realmente.	Creo que va de parte y parte porqu e puede ser más afectiva a la parte de distracción, pero también está en el área de lo que me aporta. Ento nces, sí, depende del uso que le esté dando en el momento.	Bueno, contenido académico sería más en la parte de lo que es la ingeniería.
---	--------------------------------------	---	---------------------------	---	---	--

2	Alejandro Manjon Villegas	3	Diseño grafico	<p>Actualmente me ayudan bastante, es algo que sirve mucho más hacia el conocimiento, porque me permite entender mejor la información, porque muchas veces uno no puede llegar a la clase por dificultad y te ayuda</p>	<p>No lo uso de forma equilibrada. En realidad, lo uso demasiado para mucha pérdida de tiempo, pero no permito que afecte mi vida académica, pero mi vida</p>	<p>Principalmente Instagram, veo mucho todo el tema de diseñadores, procesos de diseño, todo lo que es de mi carrera, principal es donde</p>
---	---------------------------	---	----------------	---	---	--

				<p>bastante con tus compa ñeros por ejemplo a que tenga</p> <p>la informa ción correspondient e, no lo veo como un error o algo que me impida tener una ayuda educativa,</p> <p>ya que depende del uso que se le de..</p>	<p>social si depe nde mucho de las redes.</p>	<p>más veo este tipo de cosas.</p>
--	--	--	--	---	---	--

3	<p>L una Cadavi d Gaviri a</p>	9	<p>Negocios internacionales</p>	<p>Las dos, porque obviamente prockatino mucho por estar en tik tok, peor me ayudan demasiado en la vida académica en cosas que debo reforzar en partede las ingles</p>	<p>yo no siento que lo uso de manera equilibrada ya que tiendo a proclastinar por la culpa de ellas. pero si siento que tendría qu e mejora r e sa parte, balancear y no proclastinar tanto</p>	<p>yo sigo muchas cuentas en tik tok más que todo de teoría de negocio de for ma graciosa, matemática e inglés, videos de Julio profe</p>
4	<p>Este ban Rojas Jaramillo</p>	3	<p>Diseño grafico</p>	<p>Me distraen</p>	<p>No las uso de manera</p>	<p>En la actualidad solo consum o contenido</p>

						equilibrada	enseñanza de ingles
5	Ya n Martin Ocoro Pineda	5		Ingeniería industrial	Me distraen, una distracción que ayuda	Mi bienestar emocional no me lo afecta mi bienestar académico si melo afecta porque mantengo mucho tiempo ahí	No ninguno
6	Y ulieth Katerin e Ospina	0		Diseño grafico	Creo que tiene sus pros y sus contras, porque muchas veces lo distraen a un o, pero también se proporciona	Si afecta n, porque a veces un o deberí a	No me han ayudado mucho para decir que son super útil. Lo más útil es como para ver las redes de la U y ver que hay,

					información muy necesaria en las redes.	de estar m ás concentrado en clases y por estar pendiente de las redes y ver las notificaciones se distrae.	aunque no me he inscrito a nada.
--	--	--	--	--	---	--	--

7	evin Graja les Tapia	K 1		Diseño grafico	depen diendo, para mí como diseño gráfico es como una fuente de inspiraci ón, aunque	pers onalmente la uso para los más necesario de vez en cuando no si se propasa con	Son dos aplicac iones uno se llama pintores y abijan las dos son plataformas para diseñadores y
---	-------------------------------	--------	--	-------------------	--	--	---

				<p>algunas veces  uno  se  distare y  pierde mucho  tiempo  en ella.</p>	<p>el tiempo,  pero trato  de  mantener  un equilibrio  en mi vida</p>	<p>puedo  ver  trabajos de  gente con un  nivel al mío  entonces me  ayudan  mu  cho como  cua  ndo estoy  bloqueado a  darme  muchas  ideas</p>
--	--	--	--	--	--	--

8	<p>iana Marc ela Pulis tar</p>	2	<p>Mercad eo y Publicidad</p>	<p>No soy mucho de las redes sociales, sin embargo, la que más utilizo es WhatsApp para comunicarme con mis seres más allegados y así. No le veo como tanta relevancia en cuanto a</p>	<p>Utiliz o más tik tock, no para subir videos , sino más desde el punto del consumism o y a veces siento que influye mucho en el hecho de que pueda desempeñar las tareas rápido o por ocasionar en este caso que me</p>	<p>Mucha s veces en tic tok veo poscat que me ayudan a mantenerme mas esa estabili dad emocional y también consumo mucho contenido de marketi n y ventas que</p>
---	--	---	-----------------------------------	--	---	--

					<p>la Universidad.</p>	<p>pongo y digo voy a estar un ratico y cuando me doy cuento llevo más de una hora y a la final no hago rápido las tarea s.</p>	<p>esta más relacionado con mi carrera, sin embargo, la mayoría de las cosas que veo es por m atar tiempo.</p>
--	--	--	--	--	----------------------------	---	--

9	Agnie Vane sa Caice do Cord oba	3		ingeniería industrial	Me distraen	Sient o que no las manejo de manera equilibrado porque a vece s p aso mucho tiempo de osio pero no siento que afecten  mi bienestar emocional o académico	Casi siempre utilizo el internet o las redes sociales para los trabajos frecuentes
0	Ma nuela Alejandra	1		ingenier ía industrial	Que me ayuda Google, que me distrae tik	En lo personas siento qu e mantengo un	Veo  de



		D E A X C O		SECCION 3	
				7	8
o				AR RE RA  ¿Has experimentado estrés, ansiedad o presión social por el contenido que ves en redes sociales? ¿Cómo crees que esto afecta tu vida académica y personal?	En tu opinión, ¿las redes sociales influyen en la manera en que te relacionas con otras personas dentro y fuera de la universidad? ¿Por qué?
	Ca rolina María Morales García	8		Diseño grafico  Sí, caer en los estereotipos de las redes sociales, lo desestabiliza mucho a uno	Prejuicios.
	Juan estiven Rom Bolívar	8		Ingeniería en telecomunicac ión  No, hasta ahora no he experimentado esa sensación o esas y emociones	Por la información que dejo que llegue a mi cabeza a través de ella entonces definen un poco mi forma de ser o

					como me quiero comportar entonces considero que sí.
	Mi guel ángel Vázquez Rodríguez	1	Psicología	Actualmente no siento ni temas de estrés ni ansiedad ni malestar emocional en general por el tema de las redes sociales sin embargo hace uno años cuando era un poco más pequeño el tema de las redes sociales me ha llegado afectar por el tema de la reacción, los malos comentarios ya que son cosas que realmente están en la internet y que las personas tiene una opinión sea la misma o la contraria la de uno la cual puede generar ciertos efectos negaciones sobre las	Realmente en parte puede apoyar a la relación con las personas debido a temas de tendencia, memes, compartidos entre otros, sin embargo, no considero que afecte el tema de relacionarse de manera negativa ya que conozco muchas personas y actualmente soy una persona que no consume muchas redes sociales y en ningún momento de mi vida me ha afectado con el

				personas.	tema de las relaciones interpersonales.
--	--	--	--	-----------	---

Juan esteban Martín Bermúdez	2	Mercadeo y publicidad	Pue yo no trato de juntar mucho las redes sociales ahí como con lo de la universidad, pero si a veces lo estresan a uno.	Si, yo digo que sí, es cómo lo mismo por fuera de la vida cotidiana, uno no se lleva bien con todo el mundo
---------------------------------------	---	--------------------------	--	---

					Yo diría que sí y no. ¿Por qué? La comunicación de las personas, personalmente, físicamente, es una manera ya sea para conseguir un objetivo, un logro, beneficiarse, desestresarse, comunicarse con alguien. Y siento que al momento de comunicarse ya usando redes sociales, estas personas prácticamente
Freddy Correa Ramírez	4	Psicología	No, no. Más que todo, no.		

					manejarían la misma dinámica. O sea, lo que no pudieron concluir hablando en persona, buscarían concluirlo ya por redes sociales.
	Pe rsonalino Reno Sánchez	1		Ingeniería Industrial	<p>Pues, nunca he sufrido estrés ni presión ni nada, pues, me da igual lo que piensen los demás. Y, pues, nunca ha afectado mi vida personal ni la universitaria</p> <p>No, pues, siempre le digo, no con todo el mundo, sé o no sé, vea, no lo veas, vale, no lo escribas</p>

						<p>Siento que también es como una manera de ver a las personas, quizás a las que no conoces muy bien, y es un enlace a los demás, pero siento que no es la totalidad de cómo te comunicas. A veces puedes tener incluso una red social de algún compañero, o de alguna persona que viste en algún pasillo, pero realmente</p> <p>la comunicación se fortalece en el presente. Y siento que puede utilizarse como medio, yo personalmente no lo</p>
	<p>Milton Alejandro Álvarez Molina</p>	1		<p>Mercadeo y publicidad</p>	<p>Sí, lo he visto pero bajo ciertas influencias de la expectativa y un poco dentro de esa falta de racionalidad de la realidad, digamos, sobre lo que son la cultura de tenerlo todo, la cultura de verse mejor, y entra como en ese cuadro de comparación, uno de alguna manera, quizás inconsciente, entra en ello, pero obviamente es algo que es ver ajeno a ti y también regular. Pues sobre todo por redes como Facebook o Instagram, que muestran como más ese elemento de las personas en un mundo más clásico</p>	

					<p>hago porque no está en mi forma de ser, pero sí, ahí está como una manera de conocer un poco a la otra persona, pero no sé, disfruto un poco de eso.</p>
ane sa	V	8	Diseño o grafico	<p>Quizás si porque a veces como que también me salen videos más que todo en tik tok de personas que están al mismo nivel de mi carrera y que veo que saben muchas cosas de las que yo no sé en el momento entonces es muy frustrante para mi,</p>	<p>Posiblemente si influye ya que hoy en día todos somos tan consumidore s de las redes sociales, todos estamos navegando</p>

	Var gas otor no				es muy feo decirlo, pero en todos los semestres hago una comparación y digo hay por qué sabe estas cosas, yo poque no las sé y es como el punto donde llego a estresarme, que no sirvo para lo que estoy estudiando, comparaciones muy bobas la verdad.	constantemente, es como obligatorio para ser parte de la sociedad, estar en parte de redes y ver que es lo que está pasando y conectar con las demás personas y poder estar en la misma sintonía.
--	--------------------------	--	--	--	---	---

	Sar a Sierra Noguera	0		Psicología	Si, antes de afectaba a nivel estético, el cómo idealizar mucho a las mujeres. Porque pensaba que debería verme igual que las mujeres que crean su contenido, entonces antes si me afectaba la autoestima y a la vez me	No, creo que al comprender el trasfondo de las afectaciones que tiene, siento que ese fue el límite que
--	----------------------------	---	--	------------	---	---

				afectaba en las clases. También me afectaba porque sentía que no rendija académica. Creo que las redes sociales si afectan en todos los sentidos, económico, intelectual, físico, psíquico etc. Ahora ya no me afecta	nunca paso, es hacer que afectara las relaciones interpersonales con otras personas. Por ese parte estoy bien
0	Lis et Dayana Vargas Cangrejo	8		Mercadeo y publicidad	Nunca he sentido estrés porque como te dije lo he sabido controlar  En mi caso no

1	<p>atía</p> <p>na</p> <p>Rol</p> <p>dan</p> <p>Mejía</p> <p>a</p>	T	0	<p>Mercadeo y</p> <p>publicidad</p>	<p>No y sí, yo quiero ser igual que las otras niñas que les dan atención, pero ya tu darte cuenta de que a veces simplemente por aparentar</p>	<p>Casi todo el mundo por no decir que todo el mundo, entramos en las tendencias, entonces no saber de los demás que está hablando el mundo no sabes nada, ni puedes conversar, la casa de los famosos se está hablando en todas partes, que lo que pasa a nivel político se está hablando de todas partes, que día de la mujer, que las rosas del 21, necesitas saber para encajar.</p>
---	---	---	---	-------------------------------------	--	--

2	M ateo Sern as Ramí rez	1		Diseño grafico	Para nada, pues eso de sentir estrés o ansiedad no cero.	Siento que sí influyen un poco, pero por el hecho más bien de que uno estar por ejemplo en Instagram y ver a alguien que uno sabe que está en la Universidad es muy bueno le doy fórum y ahí se pueden como formar amistades o más compañerismo entre la gente que está en la misma Universidad.
3	V alentin a Gonzá lez Lozan o	0		Diseño grafico	No he sentido ningún tipo de presión con el uso de las redes sociales	Quizás sí, pero el motivo en el que digamos, yo puedo estar siguiendo a una persona y puedo entablar  una conversación o crear una amistad

						nueva con respecto a ese tema.
4	Juan Manuel González Hincapié	5		Diseño gráfico	No, no he sentido nada respecto	No, no influye porque cada uno tiene su esencia como para socializar y empatizar con el otro
5	Claudia Helena Sánchez Idárraga	8		Psicología	No, no, no he tenido nada de eso.	Esto puede influir, puedes como algo así, como el WhatsApp como por interactuar con los compañeros y saludos más activos.

6	O mar Daniel Rodríguez	5	o	Derech	<p>Realmente mis presiones me las genero yo mismo. Con respecto a que me gusta ser como un adelantado, con temas de responsabilización, con temas de autoconocimiento, de reproducción de datos, de información, con temas de trabajo.</p>	<p>Realmente mis conexiones no se basan en redes sociales. Realmente yo soy una persona muy altruista, muy amiga uera. Demasiado amiguera. las redes sociales sí tienen como un...digamos que un efecto en mi sociedad pues porque es una forma de comunicación como WhatsApp e Instagram, pero realmente yo no comunico, sobre todo. Pero en serio es contacto físico, no tanto redes sociales.</p>
---	------------------------------	---	---	--------	--	--

7	Juan Carlos Giraldo	J 0		Diseño grafico	<p>No, realmente no he permitido mucho como que me pueda dominar.</p> <p>Si es importante clara mente porque muchos de los contenidos que pueden ser sensibles o alterar un poco, pero realmente he trato de manejar muy bien ese esas situaciones entre mi vida personal y las redes sociales.</p>	<p>Siento que no, porque realmente busco casi siempre reconocer a las personas por lo que son, no por cómo se ven en redes.</p>
8	Andrés Alfonso Pérez Ortiz	An 1		Contaduría Publica	<p>No, para nada</p>	<p>Pues sí, sí influye demasiado porque digamos que es un medio de comunicación y por ese mismo medio uno se puede acercar a las personas</p>

9	Ángel David Palletero Cuadrado	0		Ingeniería industrial	No le suelo prestar mucha atención a las redes sociales que me aporten de más.	<p>las redes sociales han permitido una mayor globalización y conexión a nivel de distancia, depende de cada persona y su círculo, siempre me mantengo hablando con mis amigos que son por fuera de la universidad.</p>
---	--------------------------------	---	--	-----------------------	--	---

0	Anderson Rivera	5		Ingeniería de sistema	No me afecta, porque lo que yo veo que no sirve lo dejo un lado, simplemente sigo lo que en realidad a mí me interesa que son mis	<p>Para nada, porque finalmente es una esencia que yo tengo. Yo veo que hay personas que están haciendo bromas en la calle, finalmente pues tampoco voy a cambiar mi</p>
---	-----------------	---	--	-----------------------	---	--

					gustos	percepción. Si llega una persona que necesita ayuda y es una broma o algo similar o experimento social, lo voy a hacer si me hace sino no lo hago.
1	Leonard o Fabián Sate Gómez	3		Ingeniería industrial	No, no he experimentado ese tipo de estrés por esa área, no.	<p>Creería que sí, ya que puede afectarnos directamente a la hora de socializar como grupo.</p> <p>La afectación no tiene que ser necesariamente negativa, puede ser de manera positiva</p>

2	Alejandro Manjon Villegas	3		Diseño o grafico	<p>Al contrario, en realidad me han librado de sentir presión social o cosas así, porque se basan más que todo en mis gustos lo que yo veo en mis redes sociales, entonces no lo siento como un punto ansiedad sino como un punto de escape.</p>	<p>No, no le doy esa forma de ver las redes sociales, para mí las personas son independientes de con quién hablo, de la confianza, no les doy esa fuerza en las redes sociales como para dar ese punto de inflexión.</p>
3	Luna Cadavid Gaviña	9		Negocios internacional es	<p>Sí, por ejemplo, algo que si me da mucha ansiedad es la noticia y por mi carrera debo ver noticias y levantarse a ver a primera hora del día eso es muy triste.</p>	<p>No soy muy pendiente a seguir tendencias.</p>

4	Esteban Rojas Jaramillo	3	Diseño grafico	No me e sentido estresado por las redes sociales	Sí porque no hay como una atención total de lo que vendría siendo socializar tal vez distrae un poco de lo vendría siendo la compañía humana
5	Yan Martin Ocoro Pineda	5	Ingeniería industrial	Estrés y eso por las redes sociales nunca lo he experimentado	No la verdad no, una red social no le puede decir a usted que haga tal cosa
6	Yuliett h Kate rine Ospina	0	Diseño grafico	No me he visto afecta, así como de manera mala en las redes sociales, pues ha sido muy neutro.	Si influye, sí claro, porque uno por ahí se puede comunicar, ver visajes raros, entonces sí, si influye.

7	evin Grajales Tapi a	K	1	Diseño grafico	<p>La verdad nunca he experimentado esas sensaciones, pero creo que de pronto con crecimiento personas con las demás personas hay personas que se sienten muy atrasadas, pero no lo personalmente.</p>	<p>Sí claro que sí, si influye ya que las redes sociales marcan una tendencia, pero trato como dije anteriormente de no llevarme mucho por eso y trato de mantener mis relaciones interpersonales fuera de ellos.</p>
---	-------------------------------	---	---	-------------------	--	---

8	<p>iana Mar cela Puli star</p>	D	2	<p>Mercadeo y Publicidad</p>	<p>No he experimentado ni ansiedad, ni estrés. La verdad soy afortunada porque considero que hoy en día las redes sociales son un campo abierto para la inseguridad , para todo tipo de personas. En mi caso, no me ha pasado, sin embargo, considero que es un dato relevante que las personas deberían tener en cuenta para estudiarlo a fondo y mirar qué tipo de contenido realmente se puede compartir para no afectar la salud mental de las personas, teniendo en cuenta que nosotros estamos en el mismo estado emocional.</p>	<p>En mi caso no, porque soy una chica completamente diferente a lo que normalmente nos encontraríamos en la Universidad y es que hablar con muchas personas que conozcan en la Universidad o fuera, en mi caso no. Mi círculo social es muy cerrado, o sea los que son están allí y hablé con ellos. Incluso hay personas que conozco y me la llevo bien, sin embargo, no hay</p>
---	--	---	---	----------------------------------	--	--

					ningún tipo de conversación con ese tipo de personas. En mi caso las redes sociales no es que incluyan tanto en eso.
9	Agnie Vaneza Caicedo Córdoba	3	Ingeniería industrial	Bastante, yo bastante emocional y siento que afectan bastante la verdad.	No

0	Ma nuela Alejandra Londoño Guarín	1		Ingeniería industrial	No siento presión ya es como más de un núcleo familiar que uno siente más presión en el tema académico o personas	Para mí no influye porque una cosa es lo que nos otros presentemos en las redes sociales, yo soy una persona que no mantengo muy pegada de Facebook de ese tipo de redes sociales no, es más que todo de entretenimiento de las personas en la Universidad con las personas, amigos.
---	---	---	--	--------------------------	--	---

				SECCION 4	
NO MBRES		D A D	E X O	CARR ERA	
				G	10
o				<p>¿Consideras que la universidad debería implementar programas de orientación sobre el uso saludable de redes sociales?</p> <p>¿Qué tipo de estrategias crees que podrían ser útiles?</p>	<p>¿Si tuvieras la oportunidad de proponer una iniciativa desde el trabajo social para mejorar la relación de los estudiantes con las redes sociales, ¿qué recomendarías?</p>
	C arolina María Morales García	8		Dise ño grafico	<p>Ha habido bastantes campañas acerca de eso, cada semestre hace campañitas, pero no son tan visibles, sería bueno que lo visibilizaran un poquito más.</p> <p>No te podría recomendar mucho sino se mucho del tema.</p>

	Juan estiven Rom Bolívar	8	Ingeniería en telecomunicac ión	<p>Considero que, si se debiera implementar desde el ámbito de clase del mismo profesor recomendando biografía u autores los cuales podamos seguir en la red que nos ayuden, eh con referencia a la materia o a la carrera que estamos.</p>	<p>Recomendar ía más grupos de trabajo en la red sobre la universidad que no solamente estamos en las plataformas en la universidad, sino que exista un espacio en las redes donde también pueda estar la universidad y los temas importantes para cada área o cada sector de alumnos.</p>
--	-----------------------------------	---	--	---	--

				<p>Personalmente</p> <p>tuve un proyecto acercar de adicción a las redes sociales, durante mi proceso en la carrera de manera</p> <p>cuanti</p> <p>tativa logramos conocer que la mayoría de los estudiantes de poli en cierta ansiedad por el uso del teléfono para usar las redes sociales siento que la universidad podría implementar campañas ya sea con títulos llamativos, imágenes, memes entre otras cosas para animar a los jóvenes a que nos desconectemos un poco y digamos la realidad que nos estamos perdiendo.</p>	<p>Recomendar</p> <p>ía una campaña por medio del poli ya sean de todos los proyectos sociales que tiene actualmente para hacer un solo proyecto mediante las redes sociales, para que las personas consuman ese contenido y puedan mejorar en todos aspectos los cuales tenemos cierta debilidad los jóvenes respecto a las redes sociales.</p>
	<p>Mi</p> <p>guel</p> <p>ángel</p> <p>Vázquez</p> <p>Rodríguez</p>	1	<p>Psicología</p>		

	Juan esteban Martín Bermúdez	2		Mercadeo y publicidad	Si, en parte si, eso es como para quien las quiera tomar y seguir esos consejos, pero que estrategias no se la verdad.	Que sepan utilizar de una buena manera y que no le haga daño desde ahí.
	Freddy Correa Ramírez	4		Psicología	Yo diría que sí deberían aplicar estrategias, pero no me atrevería a dar como una estrategia como tal, porque viendo el punto de vista de la mayoría de las personas, o lo utiliza para hacer mofa, distraerse, joder y así distraer a otros. Pero también entiendo que hay otras personas que realmente lo necesitan para poder seguir avanzando en su vida educativa.	No creo que daría como para dar una propuesta. Siento yo que, si diera una idea, sería como ese acompañamiento en redes sociales con algún profesor o algún experto que guíe a las personas, pero sin que haga el proceso monótono, aburrido, sin que el estudiante llegue a aburrirse o estresarse tras la larga explicación, la larga charla que le daría el

					<p>experto. Y  obviamente  enfocándonos  siempre en lo  educativo  para poder  continuar  con nuestra  carrera y en un  próximo  futuro, graduarse.</p>
--	--	--	--	--	---

	<p>Pe  rsonalino  Reno  Sánchez</p>	1		<p>Ingeniería  Industrial</p>	<p>Pues, yo diría  que, pues, si se ha  detectado algún  problema entre las redes  sociales y los  estudiantes, pues, si se  debería, como que  intervenir, pero si no, no  le veo el caso.</p>	<p>Un uso  equilibrado entre las  redes sociales y la  vida personal de  cada persona.</p>
--	---	---	--	-----------------------------------	---	--

	<p>Milton Alejan dro Álvare z Molin a</p>	<p>1</p>	<p>Mercadeo y publicidad</p>	<p>Sí, me gustaría abrir campo pues a lo que es esa hiperrealidad de las redes, y siento que también es como ir a un sentido básico. Las personas necesitan de la comunicación directa, y afianzar esas redes, y no verlas tan lejanas a las personas que vemos comúnmente, en los pasillos, en las mesas. Interactuar en el diálogo es más no enajenarnos de ello, sin utilizar las fuentes que tenemos y lugares como verdadero esparcimiento, verdadera comunicación. Y no solo algo ajeno a un teléfono, a una red social, a una comunicación interactiva casi opine, pues fuera de</p>	<p>Siento que evaluar dónde están en este momento, en qué red específicamente, y qué los conecta ahí, sería una buena manera de interactuar en presencia también igualmente. Porque algo, o sea, de lo que habla la red es que te conecta directamente a alguien bajo ese medio. El medio más antiguo es la comunicación directa y evaluar eso y trasladarlo directamente a una conversación, a un entable, quizás a un juego, podría agregar. Pues obviamente uno no va a eliminar ese tipo de cosas,</p>
--	---	----------	----------------------------------	---	--

				<p>lo que es estar en presencia. Y siento que, si la universidad puede hacer algo por ello, sería fantástico</p>	<p>siempre van a estar ahí, ya es parte del uso diario, pero quizás evaluar eso nuevamente y ponerlo sobre la mesa ayudaría bastante. Aquellas personas que están dispuestas a salir un poco de ello, salir de esa rutina y no forzar esa interacción, verla así.</p>
--	--	--	--	--	---

					Primero, justo
					lo que hablaba
					ahorita de la
					comparación
					por ejemplo en mi
					ámbito estudiantil así
					de diseño gráfico yo
					no había caído en
					cuenta de que para
					grabar un video se
					hayan aprendido
					todo eso de
					memoria, nos
					dejamos engañar de
					eso que vemos atrás
					de las pantallas. por
					ejemplo, la
					comparación de
					físicos, muestran
					unos físicos así
					todos perfectos, pero
					también hay gente
					dice que no se dejen
					llevar del físico
					perfecto, que
					también hay

V

ane  
sa  
Var  
gas  
Otor  
no

8

Diseño  
grafico

Pues la verdad en eso no tengo como tanta fe, siento que, aunque intenté encontrar las estrategias es un trabajo muy autónomo y que la persona ya está muy sumergida en el cuento de que necesita estar todo el tiempo en redes sociales que está mirando que es lo que está pasando va a ser muy duro que ya cambié como ese hábito

lo que hablaba  
ahorita de la  
comparación  
  
por ejemplo en mi  
ámbito estudiantil así  
de diseño gráfico yo  
no había caído en  
cuenta de que para  
grabar un video se  
hayan aprendido  
todo eso de  
memoria, nos  
dejamos engañar de  
eso que vemos atrás  
de las pantallas. por  
ejemplo, la  
comparación de  
físicos, muestran  
unos físicos así  
todos perfectos, pero  
también hay gente  
dice que no se dejen  
llevar del físico  
perfecto, que  
también hay



					<p>Si, creo que independientemente de la edad, siempre se tiene la idea de que solo hay que hablarle del uso de las redes sociales a los adolescentes y no, a los adultos también. y en cuanto a la estrategia deberían de realizar actividades de integración con toda la universidad y que se explique las afectaciones que pueden llegar a causar si se da un mal uso a las redes, de los efectos neuropsicológicos y a nivel social. Actividades de acuario de bienestar, los Stan que hacían y más actividades para concientizar de las afectaciones, psíquico,</p>	<p>Creo que una idea es el tema del stand, o realizar antes de parciales un tipo feria, por ejemplo, un Stan de cómo se usan las redes sociales para tu vida social y académica, reforzar las materias de proyecto de impacto social.</p>
	Sar a Sierra Noguera	0	gía	Psicolo		

					psicológico, cognitivo, social.	
0	Lis et Dayana Vargas Cangrejo	8		Mercad eo y publicidad	Creo que si debiera implementarse estrategias porque mayormente aquí estudiamos jóvenes y siento que debería instruirse a los jóvenes como manejar estas redes sociales, no todos están en la capacidad de saber qué es lo que está bien  y está mal	No se me viene nada a la mente ahorita

1	<p>atía</p> <p>na</p> <p>Rol</p> <p>dan</p> <p>Mejía</p> <p>a</p>	T	0	<p>Mercad</p> <p>eo y publicidad</p>	<p>Eso es muy complicado porque esto de las charlas a nosotros nos disociamos fácil y no es contenido que uno dice que rico verlo porque todo el mundo, manejar eso es un poquito complicado, obvio si serían las campañas de responsabilidad del uso adecuado de las redes sociales, pero intentarlo hacer de una forma que sea entretenida.</p> <p>Contenido fácil y rápido, con datos muy importante</p>	<p>yo creo que buscar este tipo de contenido que más que informar tanto, entretengan dejando esos tics guardados, tik tok, reel.</p> <p>comunicarse con el oyente sea inmediato, sea como me atrapo de una, en un minuto.</p>
---	---	---	---	--------------------------------------	---	---

2	<p style="text-align: center;">M</p> <p>ateo Sern as Ramí rez</p>	1		<p style="text-align: center;">Diseño grafico</p>	<p>Como dije, tenemos el acompañamiento psicológico que ofrece la Universidad, siento que más bien desde ese ámbito se podrían empezar a implementar algunas soluciones a este ámbito de las redes sociales, desde el mismo acompañamiento o psicológico que ofrece la universidad se podrían como tratar esos temas.</p>	<p style="text-align: center;">Recomendarí</p> <p>a como conversatorios, pero los conversatorios son como de asistir y escuchar, entonces se podrían hacer como algo más interactivo algo más didáctico donde las personas puedan ir y no aburrirse tipo comentar sus experiencias, participar activamente y no solo ir a escuchar a alguien hablar que a veces puede ser muy aburrido</p>
3	<p style="text-align: center;">V</p> <p>alentin a Gonzá</p>	0		<p style="text-align: center;">Diseño grafico</p>	<p>Creo que sí, pero digamos que a veces cuando hacen ese tipo de conversatorios son demasiado aburridos o un poco arcaicos, entonces como que al</p>	<p style="text-align: center;">Creo que</p> <p>sería una actividad de uso específico, que los profesores también apoyaran el uso correcto de las redes sociales en</p>

	lez Lozan o				final de cuentas uno asiste más porque te dicen que van a dar créditos y ya.	cada aspecto de la carrera.
4	Juan Manuel González Hincapié	5		Diseño grafico	Total, el uso de estrategias y de tiempos y plazos porque al final se vuelve adictivo	Digamos las prácticas de saber cuándo parar, de no caer en el algoritmo
5	Claudia Helen Sánchez Idárraga	8		Psicología	Claro que sí, si debiera, pues como enseñarle, pues como a los jóvenes y empezar a perdonar cómo es adecuadamente todas las herramientas y más ahora que está, pues, como la inteligencia artificial, porque podemos encontrar información muy útil, pero si las haremos manejar adecuadamente.	En un momento no se me viene, pues como ninguna iniciativa.

6	mar Daniel Rodríguez	5	o	Derech	<p>Creo que sí debería pensar estrategias y aplicarlas. Con respecto sobre todo a la educación psicológica, desde el área de trabajo social también, el área de orientación. Tener, digamos, puntos de apoyo, quizá de emergencia. Sí. Sin tanto filtro y sencillamente llegar al punto de reacción para la persona que lo necesite pueda acudir a ello</p>	<p>No sé, aprovechando las redes sociales, quizá crear una red social justamente para comentar eso que nos vamos a una sociedad anónima sin tan... Sin la presión social de lo que tú comentes, lo que tú digas. A la vez, tampoco sin que el ánimo de que sea anónimo sea como lo que pueda atacar a una persona, sino sencillamente que se unan las redes sociales y nos permitan expresar algo.</p>
---	----------------------------	---	---	--------	---	--

7	<p style="text-align: center;">J Juan Carlos Giraldo</p>	0		<p style="text-align: center;">Diseño grafico</p>	<p>Si, porque se debe tener un mejor control para todo y un mejor esquema a la hora de trabajar esos temas, porque muchas veces se dejan de lado y son primordiales como para el día a día, o sea entender el porqué y el para qué de cada asunto. Es muy importante y que quede claro, que debemos ser conscientes de esto.</p>	<p style="text-align: center;">Realmente</p> <p>más trabajo participativo y que se vea un poco más como ese fortalecimiento interno, o sea, no solamente permitir que sea lapso y que de pronto sepamos que existe, sino darle más fuerza y más conocimiento, darle un poco más de estímulo y el punto que se debe dar.</p>
8	<p style="text-align: center;">A Andrés Alfonso Pérez Ortiz</p>	1		<p style="text-align: center;">Contaduría publica</p>	<p>Bueno, sí, pero... Ok, sí sería fundamental y muy importante porque pues hay muchas personas que sufren de estrés académico por el tema de las notas. Listo.</p>	<p>Bueno, vuelvo y repito en el tema de la mentalidad. Es muy bueno que pues influya mucho o tengas en cuenta el tema ese</p>

9	<p>Ángel David Pallester Oro Cuadrado</p>	0		Ingeniería industrial	<p>eso hace parte de lo emocional y la salud en los estudiantes si considero que la universidad debería preocuparse con es, espacio de desconexión ayudarían bastante</p>	<p>De pronto una dinámica de desanexión de las redes sociales es complicada, pero hacerlo creo es efectivo siempre aporta y ayuda</p>
---	---	---	--	-----------------------	---	---

0	<p style="text-align: center;">A nders on Rivera</p>	5	<p style="text-align: center;">Ingenie ría de sistema</p>	<p style="text-align: center;">Yo diría que más que implementar un nuevo programa, es controlar, porque hay redes que son por estudiantes, pero siento que se hace un mal uso de ellas, no voy a decir cuales, pero hay unas que siento que se utilizan de una manera muy inadecuada. En vez de fomentar algo no sé, un evento o algo que le ayude al estudiante yo</p>	<p>A la Universidad le falta más comunicación, sobre todo para estudiantes que son netamente trabajo y estudio, porque los de estudios van y consulta porque tienen mucho tiempo, en cambio los de trabajo llegan directamente a estudiar y salen. Entonces, no tienen como esos eventos, noticias que le pueden estar ayudando como en mi caso. Hace poco me enteré de que como opción de grado había otra opción para seguir estudiando que es un terminal, casi a último mom</p>
---	--	---	---	---	---

				<p>siento que se fomenta otros tipos de cosas que utilizando el nombre de la Universidad.</p>	<p>ento, entonces me voy a atrasar en mis trabajos porque yo no quiero hacer tesis, yo quiero hacer otro terminal, pero por el tiempo que ya estoy, no lo puedo hacer porque no tengo la solvencia económica para poder pagar esa matrícula; pero se me hubiera avisado con tiempo, si hubiera conseguido el dinero. Entonces falta más comunicación entre los programas y beneficios que brindan la universidad a los estudiantes.</p>
--	--	--	--	---	---

1	Leonard o Fabián Sate Gómez	3	Ingenie ría industrial	<p>La verdad sí sería muy buena que amplíen de una manera positiva esto, ya que, así como usan plataformas los profesores para hacer juegos didácticos de clases y esto, también se pueden usar videos explicativos</p> <p>dando orientaciones directas sobre el uso de estas plataformas.</p>	<p>Pues la iniciativa que yo tomaría sería más a enfocarse en cada uno en nuestro propio ámbito, decir, ya sea como yo me enfoco directamente en que sí uso mis redes sociales para tiempos de ocio, pero aun así también lo uso como para cosas industriales que son de mi carrera, así sea que sea ampliado o direccionado hacia la persona que esté en ese ámbito laboral. Ya sea digamos si estamos estudiando trabajo social, se amplía hacia esto, si estamos estudiando psicología, se amplía hacia esta área</p>
---	--------------------------------------	---	---------------------------	--	--

					<p>y así sucesivamente para cada carrera.</p>
2	<p>Ale jandro Manjon Villegas</p>	3	<p>Diseño grafico</p>	<p>No creo que debería, porque al fin y al cabo las redes sociales son dependientes de la persona que la está utilizando y no hay forma de crear algo estipulado para un público en general, ya que cada persona es un mundo diferente.</p>	<p>Es contradictorio con la pregunta anterior, porque mi respuesta es que no debería, pero se puede requerir algo más general al cuidado que conlleva estas.</p>

3	L una Cad avid Gavi ria	9		Negoci os internacionales	Pues si a mi parece que si sería chévere de echo ahora hay muchas aplicaciones, si me parece chévere, charlas, eficientes de no procrastinar tanto, que método de estudios puede usar.	Dar a conocer más los métodos de estudios, uno a veces se ve muy lento, no hay como una forma de sacar a flote mis habilidades en esa materia y también de no dejarse llevar tanto de las redes sociales
---	--	---	--	---------------------------------	--	--

4	Est eban Rojas Jaramillo	3		Diseño grafico	creo que sí, estrategias en el aula, cuando el profesor este presente, de penalización de puntos por uso de dispositivo móvil	Tal vez, no sé, equipar las aulas que ayuden a la educación más que a la distracción
5	Y an Martin Ocoro Pineda	5		Ingenie ría industrial	aunque la universidad lo implementara pueda que la gente lo implemente una o dos horas en la	Pues que lo estudiantes usen redes sociales para informarse más de los aspectos de la

					universidad, creo que uno va a ser algo positivo para las personas	universidad y trabajos
6	Y ulieth Kater ine Ospi na	0		Diseño grafico	Si lo hay. Incluso uno desde de la casa con los padres uno sabe. Se utilizar por ejemplo Instagram, WhatsApp y Facebook, pero mira que esas cosas son malas y es consciente y las sigue haciendo, solo que uno nunca les pone cuidado.	Sinceramente no sé, no se me viene ninguna idea por el momento.
7	K evin Graja les Tapi a	1		Diseño grafico	Yo creería que sí, y buscar alternativas de la desconexión	De pronto temas de sensibilización.

8	<p>iana Mar cela Pulis tar</p>	2	<p>D Mercad eo y Publicidad</p>	<p>Considero que sí deberían implementar y tal vez hablándolo más de este tipo de estrategia más desde los casos de la vida real y como esto les puede influir en su vida y les puede afectar tanto su vida a personal y familiar . Considero que llegándole más desde el algo que haya pasado algo real, no diciéndoles que un estudio demostró, no, porque es poco relevante para la sociedad de hoy en día, entonces si hablando de casos reales y haciéndoles ver, que ellos sientan que es real, que ha sucedido, desde ese punto considero que sería más fácil llegarle al público de hoy a los estudiantes.</p>	<p>Propongo que se realicen actividades en grupos donde las personas no tengo acceso al celular porque eso genera mucha dependencia e impide el acercamiento y contacto de persona a persona, ya que la mayoría de las personas prefieren estar pegados al celular consumiendo contenido que no les ayudan en nada.</p>
---	--	---	---	--	---

9	Agnie Vaneasa Caicedo Córdoba	3		Ingeniería industrial	Si, saber que contenido no ayuda a progresar académico y personal	Saber determinar el tiempo de ocio
0	Ma nuela Alejandra Londoño Guarín	1		ingeniería industrial	Sería interesante que como tales redes sociales influyeran lo como tal lo que viene siendo las AI, como hacer un manejo de estas herramientas para avanzar en sus redes sociales ya que hay personas que las utiliza como una fuente de trabajo, entonces eso sería muy útil para esas personas	Utilizar las herramientas de una forma no solo que de educación sino a algo más dinámico, estrategias como kahoo, quiz otras plataformas para hacer las dinámicas en clase.