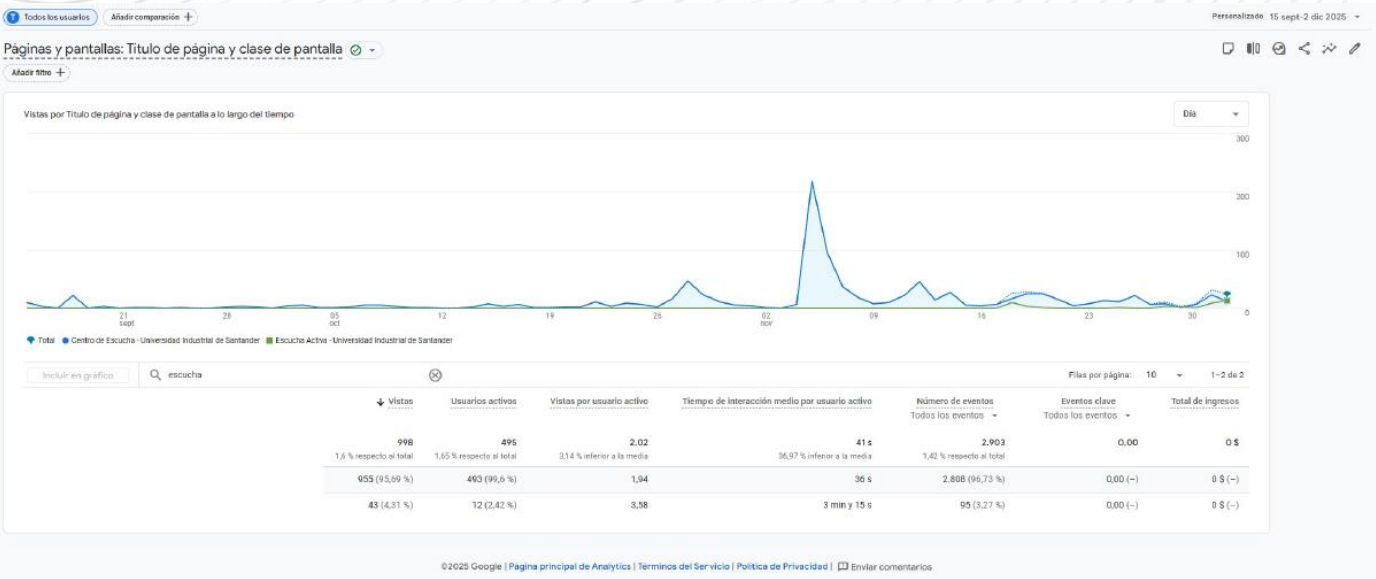
Reporte Herramientas Digitales

La incorporación de recursos digitales interactivos en plataformas universitarias representa una estrategia contemporánea para la promoción de la salud mental, especialmente en contextos donde la presencialidad limita el acceso a servicios psicológicos.

El uso de herramientas web permite ampliar la cobertura, facilitar la autoexploración emocional y ofrecer acompañamiento de bajo umbral psicológico. Esto resulta especialmente relevante para estudiantes que, por diversos motivos, pueden tener barreras para asistir a espacios tradicionales de apoyo. En este contexto, la implementación por parte del Centro de Escucha UIS de un portal con múltiples enlaces hacia recursos interactivos puede representar un aporte significativo al bienestar estudiantil. Esto se evidencia en el reporte de visitas desde Google Analytics de la página institucional, donde se registraron 998 visitas al micrositio del Centro de Escucha.



Se incorporaron al micrositio seis enlaces principales, cada uno dirigido a una dinámica o recurso digital diferente. A continuación, se describe el propósito, el potencial impacto en la salud mental estudiantil y las ventajas de estas herramientas:

Link o dinámica	Función / Qué ofrece	Impacto / bienestar
Acciones para mejorar mi salud mental	Actividades, consejos o ejercicios orientados al autocuidado emocional	Facilita la autoayuda, otorga herramientas prácticas de autorregulación, reduce vulnerabilidad ante estrés o crisis menores, promueve hábitos saludables.
Sobre mi salud mental	Cuestionario o espacio de reflexión para autoevaluar estado emocional	Permite a los estudiantes reconocer sus propios sentimientos, identificar necesidades y consolidar conciencia emocional. primer paso para pedir ayuda o autocuidado.
Concurso de preguntas sobre salud mental	Juego tipo quiz o trivia sobre los conceptos de salud mental, autocuidado, mitos y realidades	Fomenta conocimiento, reduce estigmas, convierte el aprendizaje de salud mental en algo lúdico y accesible; favorece la participación y el interés por el tema.
Cálculo mental	Juego o dinámica cognitiva posiblemente tipo ejercicio mental o reto intelectual (matemáticas o lógica)	Estimula funciones cognitivas (atención, memoria y concentración) acción que puede mejorar el estado anímico y canalizar el estrés académico de forma constructiva.
¿Cómo cuidar mi salud mental?	Guías, recomendaciones, recursos psicoeducativos, orientación básica sobre bienestar emocional	Ofrece información accesible sobre bienestar, herramientas de autocuidado, rutas de ayuda, promoviendo que los estudiantes sepan dónde acudir, reduciendo barreras de acceso al apoyo psicológico, y

		contribuyendo a la prevención.
Comunicación didáctica	Espacios de reflexión, recursos educativos o conversatorios virtuales sobre salud mental, emociones, relaciones comunidad.	Permite desarrollar habilidades socioemocionales, comunicación asertiva, empatía y redes de apoyo; aspectos claves en el bienestar psicológico colectivo e individual.

Conclusión del análisis

La inclusión de un portal interactivo con juegos, cuestionarios y recursos psicoeducativos representa una estrategia innovadora y efectiva para contribuir al bienestar integral de los estudiantes de la UIS. Este tipo de iniciativas democratiza el acceso a la salud mental, promueve la autorreflexión, reduce estigmas y fortalece el sentido de comunidad. Además, su carácter lúdico y flexible las hace especialmente adecuadas para un público joven, al generar espacios seguros, incluyentes y accesibles.

Sin embargo, este componente de innovación e impacto social presentó, durante el desarrollo y finalización del proyecto, diversas dificultades que ralentizaron los procesos y afectaron los resultados en sus distintas etapas. El portal web del Centro de Escucha UIS no opera como una página independiente, sino como un micrositio institucional**,** es decir, un espacio dentro del sitio web principal de la universidad administrado por un área encargada de controlar el acceso, la actualización, la publicación de contenidos y la entrega de métricas (como la cuantificación de usuarios o estudiantes).

Adicionalmente, al tratarse de un micrositio de la UIS, no es posible integrar dinámicas propias debido a las restricciones establecidas por la normativa institucional. Por esta razón, las herramientas previamente descritas no permiten cuantificar cuántos estudiantes accedieron a ellas, ya que se trata de enlaces externos que no pertenecen al dominio de la universidad. Sin embargo, sí es posible conocer el número de visitas al micrositio del Centro de Escucha, dado que este espacio digital sí forma parte del dominio institucional y, por tanto, puede ser monitoreado mediante las herramientas oficiales de análisis web.

Recomendaciones

La recomendación más importante derivada de este proyecto es cambiar la estrategia de difusión, pasando de la página web a las redes sociales, especialmente Instagram. Mientras que el micrositio obtuvo 998 visitas, un solo video publicado por el Centro de Escucha en su cuenta de Instagram alcanzó más de doce mil visualizaciones, lo que evidencia un impacto significativamente mayor en estas plataformas.

El perfil de Instagram del Centro de Escucha UIS se consolidó como una herramienta estratégica de comunicación emocional, pedagógica y comunitaria. Su impacto positivo se reflejó en:

- Amplia visibilidad del proyecto.
- Crecimiento en interacción y participación estudiantil.
- Aumento orgánico de seguidores.
- Uso del canal para agendamiento y acompañamiento emocional.
- Construcción de un espacio seguro y confiable en torno a la salud mental.

En conjunto, este canal contribuyó de manera significativa al éxito del proyecto, fortaleciendo la cercanía con los estudiantes y potenciando el bienestar emocional en la comunidad universitaria. Finalmente, no solo Instagram, sino también otras redes sociales —como TikTok o Facebook— podrían integrarse a los objetivos del Centro de Escucha UIS en el Territorio, ampliando el alcance y reforzando el propósito principal del proyecto: promover la permanencia estudiantil, además de visibilizar los servicios y acompañamientos que ofrece el Centro a los estudiantes de las diferentes sedes regionales de la Universidad.

Las redes sociales se han convertido en un espacio fundamental en la vida de los jóvenes, no solo como medios de entretenimiento, sino también como plataformas de comunicación, aprendizaje y construcción de identidad. A través de ellas, los estudiantes encuentran comunidades de apoyo, comparten experiencias, expresan emociones y acceden a información en tiempo real que influye en su bienestar y desarrollo personal. Su impacto es tan significativo que estas plataformas pueden fortalecer el sentido de pertenencia, fomentar la participación y convertirse en canales estratégicos de promoción del bienestar emocional. Lo anterior se evidencia en las siguientes estadísticas:

1. Crecimiento en alcance y visualizaciones

El uso de Instagram permitió que los contenidos del Centro de Escucha UIS circularan de manera ágil y con alta visibilidad. Los reels, historias y publicaciones informativas generaron un crecimiento sostenido en visualizaciones:

- Aumento significativo del alcance orgánico gracias al uso de formatos audiovisuales breves y dinámicos.
- Historias con información de talleres, actividades y jornadas lograron captar la atención inmediata del estudiantado.
- Los contenidos relacionados con consejos de salud mental fueron los más vistos y compartidos, evidenciando el interés por recursos de bienestar emocional.

Este comportamiento mostró que Instagram se convirtió en un canal esencial para visibilizar la labor territorial del proyecto y su impacto en las sedes regionales.

2. Incremento en interacciones y participación estudiantil

Uno de los logros más relevantes del perfil fue la generación de una comunidad activa y participativa:

- Se registró un crecimiento constante en interacciones mediante comentarios, reacciones, respuestas a historias y uso de stickers (preguntas, encuestas y deslizadores de ánimo).
- Los estudiantes mostraron un alto nivel de confianza al expresar inquietudes, solicitar orientación emocional o agradecer las actividades desarrolladas.
- Las publicaciones sobre talleres y jornadas presenciales motivaron a la participación directa, convirtiéndose en un puente entre el espacio digital y el acompañamiento territorial.

ESTADÍSTICAS MÁS ALTAS DESDE EL INICIO DEL PROYECTO A LA FECHA				
Estadísticas	**Visualizaciones**	**Interacciones**	**Seguidores**	**Contenido**
	108.038	1.278	2.107	9 reels 12 post fotos



Video más visto 12.4 mil



21 publicaciones a la fecha



Comunicación activa

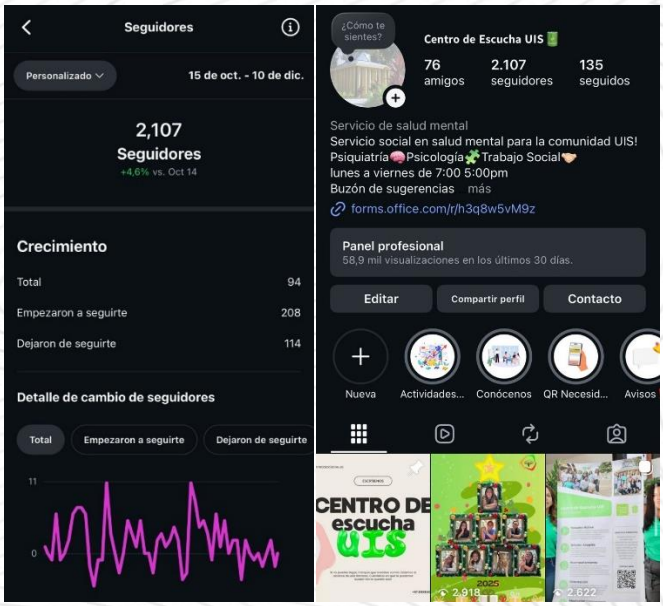
Esta dinámica fortaleció la percepción del Centro como un espacio seguro, accesible y cercano.

3. Aumento orgánico de seguidores

El perfil experimentó un aumento progresivo de seguidores (**208 nuevos usuarios**), impulsado por:

- La presencia constante en las sedes regionales, donde los propios estudiantes compartían las publicaciones.
- El contenido emocionalmente significativo, que favoreció la recomendación entre pares.
- Una estrategia editorial basada en mensajes claros, empáticos y visualmente atractivos.

Este incremento reflejó la necesidad de los estudiantes de contar con canales de apoyo en salud mental que integren a sus rutinas digitales.



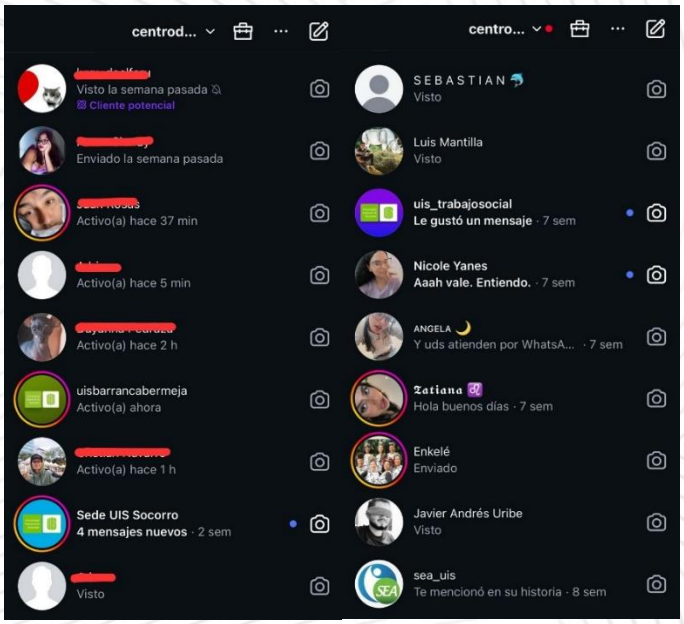
4. Gestión directa de citas y acompañamiento por mensajes

Instagram se convirtió en un canal funcional para la orientación y atención inicial:

- Se recibieron mensajes directos de estudiantes solicitando información, acompañamiento emocional o acceso a una cita con las profesionales.

- La mensajería permitió resolver inquietudes inmediatas y guiar a los estudiantes hacia los canales formales de atención.
- El tono cercano y humano del equipo fortaleció la confianza en el Centro de Escucha.

Este uso de Instagram como punto de contacto demostró su valor no solo como plataforma informativa, sino también como herramienta de apoyo emocional.



5. Posicionamiento institucional y construcción de comunidad

El perfil contribuyó a consolidar una identidad digital coherente con los valores de la UIS:

- Promovió una comunicación responsable sobre salud mental, evitando estigmas y ofreciendo información orientada al autocuidado.
- Fomentó una comunidad digital basada en la empatía, el acompañamiento y el respeto.
- Visibilizó el trabajo multidisciplinar del equipo en las cuatro sedes regionales, haciendo evidente el alcance social del proyecto.

Esta presencia digital fortaleció el reconocimiento y legitimidad del Centro de Escucha