



SECRETARÍA DE  
INTEGRACIÓN SOCIAL



## SOPORTE INFORME DE ACTIVIDADES MAYO DE 2026

### ANEXO 7.1

**ACTIVIDAD** Experiencia Agrietar el filtro: cuerpos reales, miradas críticas

**FECHA:** 08-05-2026

**TEMA:** Experiencia enfocada en la identificación y reconocimiento de violencias estéticas en redes sociales con estudiantes de la Universidad Distrital sede Porvenir.

**ASISTENTES:** Laura Gómez- Cristina Pedraza 16 participantes

**CONCLUSIONES:** Se propició un espacio de reflexión en el que las y los participantes identificaron las diferentes formas de violencia estética presentes en las redes sociales, especialmente aquellas relacionadas con el uso de filtros y la imposición de estándares corporales. Asimismo, se promovió un análisis crítico sobre los impactos emocionales y sociales que estas prácticas generan, con el propósito de fortalecer miradas más conscientes, diversas, respetuosas y cuidadosas frente a los cuerpos y las experiencias individuales.

## ACTA N°

FECHA: Bogotá, mayo, 8 de 2026.

HORA: 10:00 a.m. - 12:00 pm.

LUGAR: Universidad Distrital Sede Porvenir

TEMA: Experiencia enfocada en la identificación y reconocimiento de violencias estéticas en redes sociales con estudiantes de la Universidad Distrital sede Porvenir.

ASISTENTES: Laura Gómez- Cristina Pedraza 16 participantes

ORDEN DEL DÍA:

1. Saludo y bienvenida.
2. Desarrollo de la experiencia
3. Aprendizaje

## DESARROLLO:

### 1. Saludo y bienvenida.

El espacio inició con la presentación de las gestoras psicosociales de la Estrategia Móvil, Cristina Pedraza y Laura Gómez, quienes realizaron una breve contextualización sobre su rol y las acciones desarrolladas en el territorio. Posteriormente, se socializaron los servicios ofrecidos por la Subdirección para la Juventud de la Secretaría Distrital de Integración Social, con el propósito de que las y los aprendices conocieran las oportunidades, programas y espacios de participación dirigidos a la población juvenil.

Seguidamente, se presentó una descripción de los servicios brindados por las Casas de Juventud, resaltándolas como escenarios de encuentro, orientación, formación y participación para las y los jóvenes de la ciudad. Asimismo, se explicó el papel de la Estrategia Móvil, orientada a acercar la oferta institucional a territorios de borde urbano, zonas rurales e instituciones educativas alejadas de una Casa de Juventud, facilitando el acceso a procesos formativos, acompañamiento y actividades enfocadas en el fortalecimiento del bienestar y la participación juvenil.

Posteriormente, se establecieron acuerdos de convivencia con el fin de promover un entorno seguro y respetuoso entre las y los participantes. Para ello, se propusieron acuerdos relacionados con la escucha activa, el respeto por las opiniones de los compañeros y compañeras, y la participación organizada durante el espacio. De igual manera, se abrió un momento para que las y los jóvenes sugirieran acuerdos adicionales, fomentando así su participación y autorregulación en el proceso formativo.

En el desarrollo del espacio formativo, Cristina Pedraza presentó el objetivo de la sesión, orientado generar un espacio de reflexión y análisis crítico que permita a las y los en reconocer las formas de violencia estética presentes en las redes sociales, especialmente aquellas asociadas al uso de filtros y estándares corporales, promoviendo una comprensión más consciente, diversa, respetuosa y cuidadosa sobre los cuerpos

Como apertura de la sesión, se realizó una adaptación metodológica de la actividad rompehielo “Mesas del silencio”. En este espacio, se proyectaron imágenes relacionadas con los estándares de belleza contemporáneos y, posteriormente, se invitó a las y los estudiantes a conformar cuatro mesas de trabajo, donde plasmaron en papel kraft sus percepciones sobre qué es la belleza o cómo socialmente se les ha enseñado a comprenderla en los cuerpos.

A partir de los dibujos y reflexiones surgieron representaciones asociadas a cuerpos ejercitados, musculosos y delgados, así como comentarios relacionados con la manera en que las personas se perciben frente al espejo. Estos elementos permitieron dar apertura a la conceptualización y diálogo en torno a los estándares de belleza y las diferentes manifestaciones de violencia estética presentes en la sociedad.

## **2. Desarrollo de la experiencia.**

Como parte del desarrollo de la sesión, se llevó a cabo la actividad “Fotografía con filtros cuestionados”, orientada a promover una reflexión crítica frente a los estándares de belleza difundidos en redes sociales y sus impactos en la percepción corporal.

En un primer momento, se realizó un ejercicio de observación crítica en el que las y los participantes analizaron diferentes filtros utilizados comúnmente en plataformas digitales. A partir de preguntas orientadoras como: “¿Qué cambia del rostro o del cuerpo este filtro?”, “¿Qué borra?” y “¿Qué exagera?”, se generó un diálogo colectivo alrededor de las modificaciones estéticas promovidas en redes sociales. Durante este espacio, la facilitación compartió reflexiones relacionadas con la vigilancia corporal, la autoevaluación constante y la internalización de ideales de belleza, evidenciando cómo la exposición frecuente a imágenes editadas puede influir en la autoestima, la comparación social y la insatisfacción corporal.

Posteriormente, se desarrolló un ejercicio práctico de producción de imágenes, en el que cada participante tuvo la posibilidad de tomar una fotografía utilizando un filtro común, una imagen sin filtros o, de manera intencional, filtros exagerados o incómodos. Se aclaró que no era obligatorio mostrar el rostro, priorizando la comodidad y autonomía de cada participante durante la actividad.

En articulación con las reflexiones y ejercicios desarrollados anteriormente, se profundizó en la comprensión crítica de los cánones estéticos contemporáneos, reconociendo que estos no responden únicamente a preferencias culturales o tendencias pasajeras, sino que operan como mecanismos de poder que regulan, normalizan y jerarquizan los cuerpos. A partir de referentes teóricos como Michel Foucault, se abordó cómo las redes sociales reproducen dinámicas de vigilancia y autoevaluación constante sobre la apariencia física, promoviendo estándares corporales asociados a la delgadez, la juventud, la musculatura y la “perfección” visual. Asimismo, se reflexionó sobre la manera en que los filtros, los algoritmos y las interacciones digitales fortalecen prácticas de auto-vigilancia corporal y comparación social, haciendo que las personas interioricen dichas normas y regulen sus propios cuerpos para ajustarse a ideales socialmente aceptados. Durante el espacio también se analizaron las diferencias de género presentes en estas exigencias estéticas, evidenciando cómo los cuerpos femeninos suelen estar más

expuestos a dinámicas de evaluación, sexualización y control visual, mientras que los cuerpos masculinos son asociados a ideales de fuerza y dominio corporal. Finalmente, se introdujo una mirada decolonial para reconocer que estos estándares también reproducen jerarquías históricas relacionadas con raza, género y clase, privilegiando ciertos cuerpos y formas de apariencia sobre otras, lo que permitió ampliar la discusión hacia la necesidad de construir miradas más diversas, críticas y respetuosas frente a la corporalidad y las experiencias individuales

### 3. Aprendizajes



- Las y los participantes lograron identificar cómo los filtros y contenidos de redes sociales modifican la percepción sobre los cuerpos y refuerzan estándares de belleza poco diversos y difíciles de alcanzar.
- Se evidenció una reflexión crítica frente a las prácticas de comparación social y autoexigencia corporal, reconociendo emociones como inseguridad, ansiedad e inconformidad asociadas a la exposición constante de imágenes idealizadas.
- Las y los jóvenes reconocieron que muchos de los ideales de belleza han sido normalizados socialmente, especialmente en relación con la delgadez, la musculatura y determinados rasgos físicos, afectando la manera en que las personas se perciben a sí mismas.
- Surgieron cuestionamientos sobre el uso cotidiano de filtros digitales y la necesidad de construir relaciones más conscientes y respetuosas con el propio cuerpo y el de otras personas.
- Se identificó que las exigencias estéticas afectan de manera diferenciada a mujeres y hombres, evidenciando mayores presiones sobre los cuerpos femeninos en términos de apariencia, exposición y validación social.
- Como hallazgo relevante, las y los participantes manifestaron la importancia de promover representaciones corporales más diversas, reales e incluyentes en redes sociales y espacios cotidianos.
- El espacio permitió fortalecer el diálogo colectivo sobre autoestima, aceptación corporal y cuidado emocional, favoreciendo miradas más críticas frente a los discursos estéticos impuestos socialmente.

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
-------------	--------------	--------------------


CONVOCATORIA. No se propone

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Cristina Pedraza Vargas	Contratista	SDIS- SUB JUVENTUD	
Laura Gómez	Contratista	SDIS- SUB JUVENTUD	

Anexos:







Elaboró: Julieth Cristina Pedraza Vargas