



UDE C
UNIVERSIDAD DE
CUNDINAMARCA

CAI

Campo de Aprendizaje Institucional

CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

CÓDIGO. CAD102020631

Nombre Autor: Camilo Naranjo
Juan Ortiz
Juan Pinzón

2025 -V2

Matriz para diligenciar

Matriz de Marco Lógico para el Proyecto "Sembrando Conciencia: Educación Ambiental para las Comunidades Rurales"	
Tema	Salud mental en jóvenes universitarios de la Universidad de Cundinamarca – Chía.
Fecha	Noviembre de 2025
Elaborado por	Camilo Naranjo, Juan Ortiz, Juan Pinzón

Análisis de Participación

Actor / Grupo de interés	Interés en el proyecto	Rol y participación	Expectativas
Estudiantes universitarios	Mejorar su bienestar emocional y acceder a apoyo psicológico accesible.	Participan activamente como usuarios de la plataforma digital, en talleres y campañas de sensibilización.	Disminución del estrés y ansiedad, desarrollo de habilidades socioemocionales y fortalecimiento del sentido de pertenencia universitaria.
Área de Bienestar Universitario	Fortalecer la salud mental y el bienestar integral de los estudiantes.	Coordina el proceso de acompañamiento psicológico, supervisa el uso de la plataforma y analiza los reportes de analítica de datos.	Disponer de herramientas digitales que faciliten el seguimiento y detección temprana de factores de riesgo emocional.
Docentes universitarios	Contribuir a la formación integral y al bienestar académico de los estudiantes.	Colaboran en la difusión del proyecto, la promoción de los espacios de sensibilización y la identificación de	Lograr ambientes académicos más saludables y mejorar el rendimiento estudiantil.

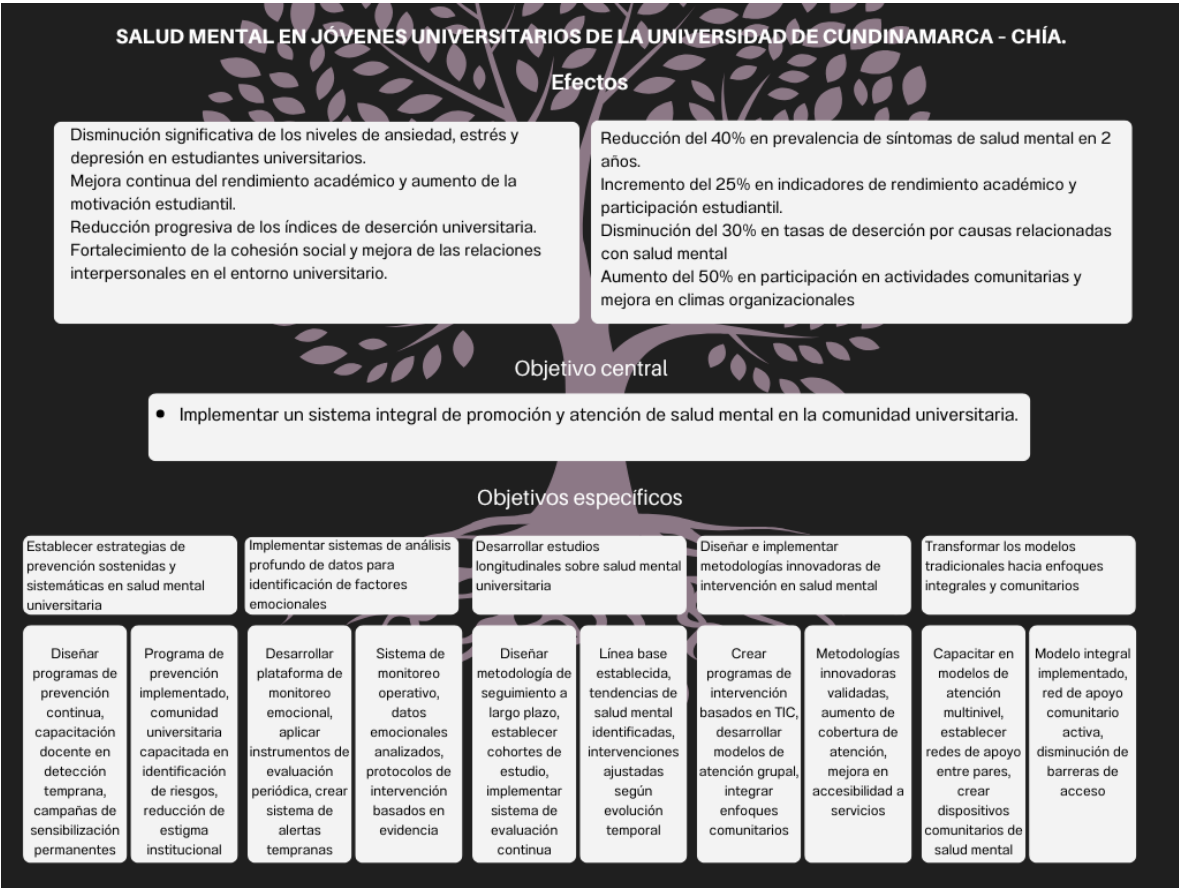
Actor / Grupo de interés	Interés en el proyecto	Rol y participación	Expectativas
Equipo técnico del proyecto	Aplicar la tecnología al servicio del bienestar psicológico.	estudiantes con dificultades emocionales.	
		Diseña, desarrolla y mantiene la plataforma web, asegurando su funcionalidad, seguridad y accesibilidad.	Crear una solución tecnológica funcional, innovadora y con impacto positivo en la comunidad universitaria.
Equipo de sensibilización y acompañamiento	Promover la educación emocional y la prevención de problemas psicológicos.	Diseña y ejecuta talleres, campañas y actividades de formación socioemocional para estudiantes y docentes.	Alcanzar una alta participación estudiantil y generar cambios positivos en la cultura del bienestar emocional.
Dirección de Programa / Coordinación Académica	Reducir índices de deserción y fortalecer la permanencia estudiantil.	Facilita recursos y espacios institucionales para la ejecución del proyecto, garantizando su alineación con las políticas académicas.	Ver mejoras sostenibles en el clima institucional y en el rendimiento académico general.
Psicólogos y orientadores institucionales	Potenciar la atención psicológica con herramientas digitales complementarias.	Brindan orientación, validan los instrumentos de evaluación emocional y participan en la interpretación de los resultados.	Contar con recursos adicionales que amplíen su capacidad de acompañamiento y seguimiento.
Universidad de Cundinamarca – Sede Chía	Consolidar su compromiso con la innovación, la	Apoya financieramente y a través de sus	Reforzar su imagen institucional como promotora del

Actor / Grupo de interés	Interés en el proyecto	Rol y participación	Expectativas
	salud mental y el bienestar estudiantil.	dependencias la implementación del proyecto.	bienestar integral y la innovación tecnológica.

Árbol de Problemas



Árbol de Objetivos



Objetivo General: Fortalecer la salud mental y el bienestar emocional de los jóvenes universitarios mediante el desarrollo de una plataforma digital que promueva la autoevaluación, el acompañamiento psicológico y la participación comunitaria.		
Indicadores	Medios de Verificación	Supuestos
Objetivo 1 Desarrollar una plataforma digital universitaria que permita la autoevaluación, el seguimiento emocional y el acceso a orientación psicológica.	<ul style="list-style-type: none">Porcentaje de estudiantes registrados en la plataforma.Nivel de uso activo durante las pruebas piloto.	<ul style="list-style-type: none">Informes técnicos del sistema y reportes del área de bienestar universitario.
Objetivo 2 Implementar un sistema de analítica de datos para identificar factores de riesgo y diseñar estrategias de intervención temprana.	<ul style="list-style-type: none">Número de reportes generados sobre tendencias emocionales.Estrategias preventivas creadas con base en los datos recolectados.	<ul style="list-style-type: none">Informes de analítica y reportes mensuales de bienestar.

Objetivo 3 Promover espacios de sensibilización y formación en habilidades socioemocionales para reducir el estrés y fortalecer la resiliencia estudiantil.	<ul style="list-style-type: none">• Número de talleres, foros y campañas realizados.• Porcentaje de participantes satisfechos ($\geq 70\%$).	<ul style="list-style-type: none">• Actas de eventos, encuestas de satisfacción y material audiovisual.
---	--	---

Componentes				
Componente	Objetivo específico	Indicador	Medios de verificación	Supuestos
Plataforma digital universitaria para autoevaluación y seguimiento emocional.	Desarrollar una plataforma digital universitaria que permita la autoevaluación, el seguimiento emocional y el acceso a orientación psicológica.	<ul style="list-style-type: none">• Plataforma funcional al 100 %.• Número de estudiantes registrados y activos.• Nivel de uso mensual.	<ul style="list-style-type: none">• Informes técnicos del sistema y registros de uso.• Reportes del área de bienestar universitario.• Encuestas de percepción estudiantil.	<ul style="list-style-type: none">• Apoyo institucional y disponibilidad de recursos técnicos.• Acceso adecuado a internet y dispositivos digitales.
Sistema de analítica de datos para detección temprana y prevención.	Implementar un sistema de analítica de datos para identificar factores de riesgo y diseñar estrategias de intervención temprana.	<ul style="list-style-type: none">• Número de reportes de tendencias emocionales generados mensualmente.• Estrategias preventivas diseñadas a partir de los datos recolectados.• Tasa de detección temprana de factores de riesgo.	<ul style="list-style-type: none">• Informes de analítica de datos.• Reportes del área de bienestar universitario.• Evaluaciones periódicas del desempeño del sistema.	<ul style="list-style-type: none">• Acceso autorizado a información institucional.• Personal capacitado en análisis de datos y ética en el manejo de información.
Estrategias de sensibilización y fortalecimiento emocional.	Promover espacios de sensibilización y formación en	<ul style="list-style-type: none">• Número de talleres, campañas y foros ejecutados.	<ul style="list-style-type: none">• Actas de eventos, listas de asistencia y material	<ul style="list-style-type: none">• Participación activa de estudiantes y docentes.

Componentes				
	habilidades socioemocionales para reducir el estrés y fortalecer la resiliencia estudiantil.	<ul style="list-style-type: none">• Porcentaje de participación estudiantil ($\geq 70\%$).• Nivel de satisfacción de los participantes.	audiovisual. <ul style="list-style-type: none">• Encuestas de satisfacción y reportes institucionales.	<ul style="list-style-type: none">• Compromiso del área de comunicaciones y bienestar institucional.

Actividades			
Actividad	Componente	Responsable	Fecha estimada
1.1 Diseño y desarrollo de la plataforma web digital universitaria.	Plataforma digital	Equipo técnico	Meses 1-2
1.2 Implementación de los módulos interactivos de autoevaluación y seguimiento emocional.	Plataforma digital	Coordinador del proyecto + Equipo técnico	Meses 2-3
2.1 Desarrollo del sistema de analítica de datos para detectar tendencias de bienestar.	Sistema de analítica	Equipo técnico	Mes 3
2.2 Validación y ajuste del sistema de analítica con base en retroalimentación institucional.	Sistema de analítica	Coordinador del proyecto	Meses 4-5
3.1 Capacitación de estudiantes pares y docentes como promotores de bienestar emocional.	Fortalecimiento comunitario	Equipo de intervención / sensibilización	Mes 5
3.2 Creación y difusión de foros, campañas y espacios de sensibilización sobre salud mental.	Fortalecimiento comunitario	Equipo de intervención / sensibilización	Meses 6-7

Resumen narrativo	
Título del proyecto	Plataforma Web para el Fortalecimiento del Bienestar Emocional en Estudiantes Universitarios
Tema	Salud mental en jóvenes universitarios de la Universidad de Cundinamarca.
Objetivo	Fortalecer el bienestar psicológico y académico de los estudiantes mediante estrategias digitales de autoevaluación, seguimiento emocional y sensibilización socioemocional.
Pregunta problema	¿Cómo puede una plataforma web contribuir a reducir los niveles de estrés y ansiedad en estudiantes universitarios y mejorar su bienestar emocional?
Resultados esperados	Mayor participación estudiantil en procesos de acompañamiento emocional, reducción de reportes de estrés y ansiedad severa y consolidación de estrategias sostenibles de prevención dentro del entorno universitario.
Financiamiento	Apoyo institucional de la Universidad de Cundinamarca y recursos del proyecto académico CTI.
Duración	8 meses
Equipo del proyecto	Coordinador del proyecto, equipo técnico y equipo de intervención/sensibilización (3 integrantes del proyecto académico).
Evaluación	Análisis comparativo pre y post intervención, informes mensuales de analítica, encuestas de satisfacción y seguimiento estadístico del uso de la plataforma.
Beneficios	Acceso guiado y permanente a recursos de bienestar emocional, mejora en la identificación temprana de riesgos psicológicos y fortalecimiento de habilidades socioemocionales en estudiantes.
Impacto	Contribuir a la disminución del deterioro emocional universitario, potenciando la permanencia académica y favoreciendo la construcción de entornos educativos saludables y sostenibles.

Presupuesto		
Ítem	Costo	Fuente de financiamiento
Dominio web y hosting básico de la plataforma (8 meses)	\$180.000 COP	Universidad / Aporte estudiantes
Material de divulgación digital (plantillas, flyers, artes redes)	\$50.000 COP	Aportes estudiantes
Incentivos sencillos (agua / galletas / pequeños detalles para participantes talleres)	\$60.000 COP	Bienestar Universitario
Herramienta de encuestas (plan estudiantil gratuito o versión básica)	\$0 COP	Uso de versión free académica
Recursos audiovisuales para campañas (\$30.000 COP	Aporte estudiantes
Ajustes técnicos básicos (servidor / conexión / plugins)	\$40.000 COP	Universidad / Aporte estudiantes
Total	\$260.000 COP	

Análisis de Alternativas					
Objetivo específico	Alternativa 1	Alternativa 2	Alternativa 3	Criterios principales	Recomendación
Estrategias de prevención sostenidas	Programas presenciales tradicionales de prevención y charlas	Programas de prevención virtuales o semipresenciales (TIC, apps, webinars)	Enfoque combinado: sesiones presenciales, webinars y campañas digitales	Costo, alcance, participación, sostenibilidad	Alternativa 3 (híbrido)
Sistemas de análisis de datos	Recolección manual y análisis en hojas de cálculo	adquisición de software comercial de analítica	Plataforma digital propia con analítica integrada y alertas automáticas	Precisión, recursos técnicos, escalabilidad	Alternativa 3, si hay recursos; Alternativa 2 para fase inicial
Estudios longitudinales de salud mental	Encuestas bianuales por lápiz y papel	Seguimiento digital con cohortes y uso de apps de reporte continuo	Contratación externa de centro de investigación para el seguimiento	Costo, fiabilidad, continuidad, análisis multianual	Alternativa 2, facilita continuidad y adaptación local
Metodologías innovadoras de intervención	Atención individual en consultorios del campus	Intervenciones grupales presenciales y remotas mediadas por tecnología (TIC)	Integración comunitaria: talleres, grupos de pares y apps de soporte	Cobertura, innovación, impacto sostenible	Alternativa 2 y 3 combinadas
Enfoques integrales y comunitarios	Referencia exclusiva a especialistas del sistema de salud	Formación de redes de apoyo entre pares y multiplicadores comunitarios	Creación de dispositivos comunitarios y programas multinivel en la U	Inclusión, impacto comunitario, reducción de barreras	Alternativa 3, mayor sostenibilidad social