ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICA TOULOUSE LAUTREC

Uso de la Aplicación Entrenos para el Fortalecimiento de la Salud Mental Juvenil en Escuelas Públicas de Lima

PROYECTO DE INNOVACIÓN PARA OBTENER EL GRADO DE BACHILLER EN MARKETING ESTRATÉGICO E INNOVACIÓN

PRESENTADO POR

Antonio Luciano Alay Carhuamaca
DNI:730147940, Perú
ORCID: 0000-0002-1264-006X

PROYECTO DE INNOVACIÓN PARA OBTENER EL GRADO DE BACHILLER EN DIRECCIÓN Y DISEÑO GRÁFICO

PRESENTADO POR

Gabriela Alejandra Tovar Ventura
DNI: 75393098, Perú
ORCID: 0009-0001-1157-7070

ASESORES

Nombre del Asesor
Flor De Lis Ibarra Ventocilla
DNI: 72750933, Perú
ORCID: 0000-0002-4004-5727

Nombre del Asesor
Vanessa Milagros Yalán Dongo
DNI: 42762963, Perú
ORCID: 0009-0004-4655-3329

JURADO

Diego Alonso Mendoza Villalon
Silvana Jacqueline Alarcón Sánchez
Martin Alberto Saavedra Saavedra

Lima, junio 2026

Anexo 3 - Dupla2.pdf

Desarrollo Educativo S.A. Instituto Toulouse Lautrec

Detalles del documento

Identificador de la entrega
trn:oid:::11391:595406012

Fecha de entrega
28 may 2026, 7:14 p.m. GMT-5

Fecha de descarga
28 may 2026, 7:28 p.m. GMT-5

Nombre del archivo
Anexo 3 - Dupla2.pdf

Tamaño del archivo
11.9 MB

26 páginas

5346 palabras

32.282 caracteres

11% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado

Fuentes principales

4%	Fuentes de Internet
1%	Publicaciones
9%	Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Agradecimiento

Agradezco profundamente a mi familia por acompañarme de principio a fin en mi carrera académica y por brindarme una paciencia inquebrantable. Su apoyo en las madrugadas más complejas, traducido en una oportuna taza de café y un aliento constante, fue el motor que me permitió seguir adelante. En este camino, mi enamorado ha sido una pieza fundamental; le agradezco por tener fe en mi potencial, por impulsarme constantemente hacia la excelencia y por su compañía invaluable en cada hito de mi desarrollo profesional.

Este agradecimiento se extiende también a mis mentoras en las aulas. A la profesora Lucía De la flor, cuyo acompañamiento fue clave para expandir mi pensamiento creativo y superar las barreras de los bloqueos artísticos. A la profesora Anagabriela, por transmitirme a través de su ejemplo que la paciencia y la dedicación son las claves para que los proyectos trascienden, otorgándome la libertad técnica para plasmar mi visión artística en cada propuesta de diagramación. Por último, dedicó una mención especial a mi gato Bimo, quien compartió conmigo cada jornada nocturna y me recordó velar por mi salud en los momentos de mayor presión.

- Gabriela

El desarrollo de EntreNos no habría sido posible sin la generosidad y el tiempo de los adolescentes que colaboraron en cada etapa de este proceso. A ellos, que con su voz, códigos culturales e ideas nos demostraron que la empatía puede rediseñarse, les agradecemos por recordarnos la urgencia de construir espacios de escucha horizontales, seguros y libres de juicios. Este proyecto es el resultado de un esfuerzo colectivo inspirado en su día a día. Finalmente, agradezco a todas las personas, compañeros y mentores que creyeron en el poder de la tecnología con propósito y en la necesidad de transformar la conexión social cotidiana en la principal puerta de entrada hacia el bienestar emocional juvenil.

- Antonio

ÍNDICE DE CONTENIDO

I. Información general **6**
1.1 Título del Proyecto de Innovación 6
1.2 Resumen del Proyecto de Innovación 6
II. Descripción de la innovación **7**
2.1 Investigar para diseñar 7
2.1.1 Actores del Proyecto 7
2.1.2 Contexto general 8
2.1.3 Problema u oportunidad 9
2.1.4 Reto de diseño 10
2.2 Diseñar para crear valor 11
2.2.1 Propuesta de valor 11
2.1.2 Solución 12
2.3 Diseñar el servicio 13
2.3.1 Blueprint del servicio 13
2.3.2 Artefacto(s) 14
2.3.3 Experimentos 15
III. Conclusiones y recomendaciones **22**
IV. Referencias Bibliográficas **23**
V. Anexos **24**

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Experimentos hipotéticos según la investigación

Tabla 2. Preferencias Temáticas de Interacción en un Entorno de Pares

Tabla 3. Formatos de Consumo y Modos de Interacción Preferidos según el Estado Anímico

Tabla 4. Disposición hacia el Acompañamiento Psicológico y Percepción de Rol

Tabla 5. Demanda de Servicios y Funcionalidades Específicas del Ecosistema

Tabla 6. Incentivos de Gamificación: Preferencias de Recompensas Digitales y Reales

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Ficha Del Arquetipo **7**

Figura 2: Mapa mental de interpretación sobre la información adquirida **10**

Figura 3: Insigths bibliográficos acerca del usuario **11**

Figura 4: Lienzo de propuesta de valor **13**

Figura 5. Prototipo de baja fidelidad **14**

Figura 6. Variaciones de flyer promocionales de la aplicación EntreNos. **15**

I. Información general

1.1 Título del Proyecto de Innovación

Uso de la Aplicación Entrenos para el Fortalecimiento de la Salud Mental Juvenil en Escuelas Públicas de Lima.

1.2 Resumen del Proyecto de Innovación

El proyecto de innovación presenta el desarrollo de EntreNos, una plataforma digital que apoya emocionalmente a estudiantes de secundaria en instituciones educativas públicas. Esta propuesta surge de una investigación cualitativa que busca entender cómo los adolescentes ven los espacios de apoyo emocional en las escuelas y qué barreras enfrentan al expresar estrés, ansiedad, exclusión o malestar psicológico. Las entrevistas mostraron que muchos estudiantes ven importante recibir ayuda emocional. Sin embargo, hay una gran desconfianza hacia los mecanismos tradicionales de las instituciones. Esto se debe al miedo de ser juzgados, registrados o expuestos frente a profesores, familiares y compañeros. También se notó que muchos adolescentes recurren a espacios digitales como redes sociales, música, videojuegos y comunidades virtuales para manejar sus emociones, sentirse identificados y crear un sentido de pertenencia. Con base en estos hallazgos, EntreNos propone un ecosistema digital preventivo que incluye dinámicas de apoyo entre iguales, comunidades moderadas, contenido multimedia, interacción social segura y herramientas para expresar emociones de manera indirecta. Más que presentarse como una aplicación psicológica tradicional, la plataforma busca integrarse naturalmente en las dinámicas digitales juveniles mediante experiencias cercanas a plataformas como Spotify, Discord, TikTok o Instagram.

La propuesta incorpora funcionalidades como comunidades por afinidad, journaling emocional, espacios anónimos, playlists colaborativas, microcontenidos audiovisuales y acompañamiento entre estudiantes moderado por protocolos de seguridad y derivación profesional. También hay una mascota virtual, un camaleón animado, que se basa en la adaptabilidad emocional y social típica de la adolescencia. El proyecto está relacionado con la Meta 4.a de los Objetivos de Desarrollo Sostenible, que promueve crear entornos educativos seguros, inclusivos y no violentos. En este sentido, EntreNos entiende que la seguridad escolar no solo depende de la infraestructura física. También se necesita que haya espacios donde los adolescentes se sientan escuchados, comprendidos y apoyados emocionalmente.

II. Descripción de la innovación

2.1 Investigar para diseñar

2.1.1 Actores del Proyecto

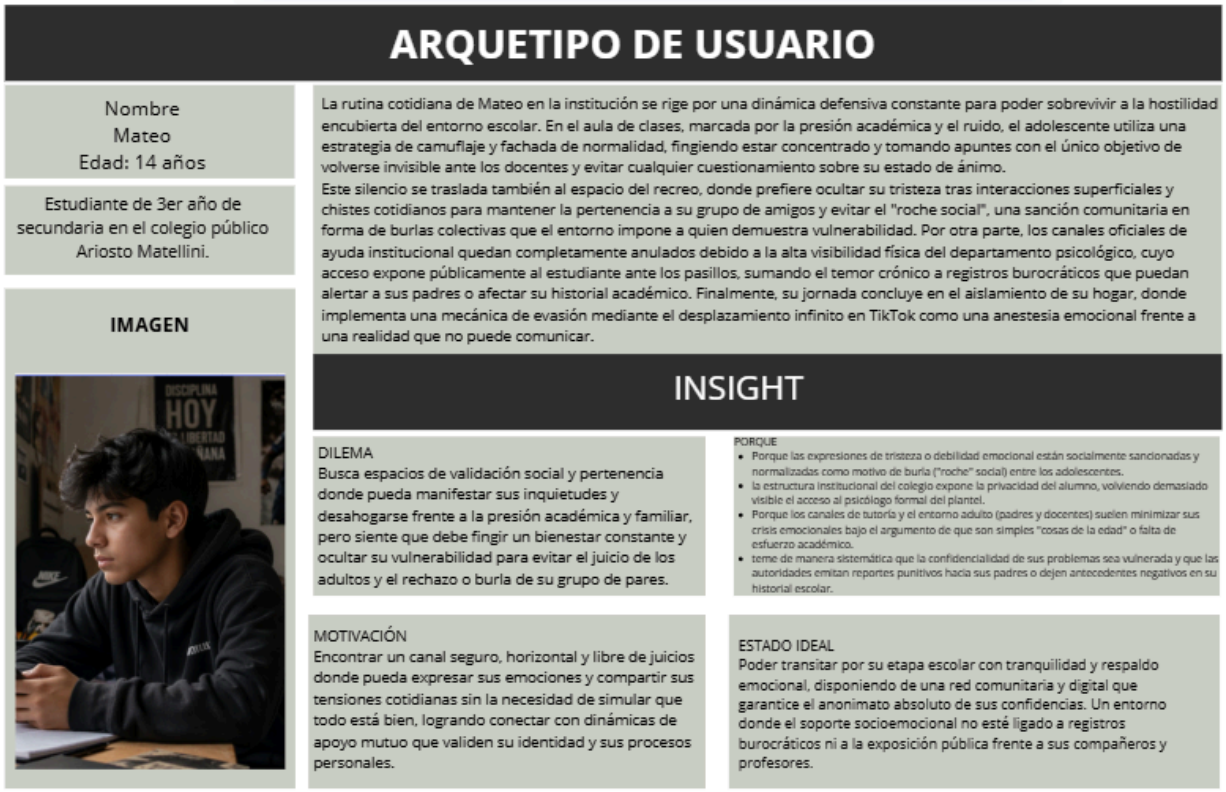
Los participantes centrales del proyecto incluyen a adolescentes de nivel secundaria con edades comprendidas entre los 12 y 16 años, registrados en escuelas públicas de áreas urbanas. Estos sujetos forman al mismo tiempo tanto los usuarios como los principales beneficiarios del servicio, ya que enfrentan situaciones de exigencia académica, desafíos sociales, problemáticas emocionales y dificultades comunicativas dentro del ámbito escolar.

Al lado de ellos están los profesores, monitores y psicólogos escolares, quien tienen un papel fundamental en el acompañamiento, la identificación anticipada de problemas emocionales y el traslado a instituciones especializadas cuando sea necesario. Mientras los jóvenes suelen mantener una cierta distancia hacia los mecanismos educativos convencionales, estos actores continúan siendo relevantes en el sistema de ayuda del adolescente.

Además intervienen los progenitores y cuidadores, que también representan una figura importante en cuanto a la apoyo afectivo. Aun así, los entrevistados indicaron que muchas veces los adolescentes tienen miedo o inseguridad acerca de cómo sus familias reaccionarían ante ciertas circunstancias personales.

Para garantizar la cohesión del proyecto, se desarrollarán alianzas estratégicas con instituciones como el Ministerio de Educación, el Ministerio de Salud e instituciones no gubernamentales que trabajan en materia de salud mental juvenil, universidades, creadores de contenido juvenil y plataformas culturales digitales. Además, se enfocará su atención hacia las comunidades digitales juveniles, las comunidades culturales y las plataformas multimedia existentes, que juegan un papel relevante en la construcción de la identidad y en la regulación emocional de los adolescentes.

Figura 1: *Ficha del Arquetipo*



2.1.2 Contexto general

En los últimos años, la salud mental de los adolescentes ha ganado mayor visibilidad como un problema relevante dentro del ámbito educativo tanto en América Latina como en Perú. Según la Organización Mundial de la Salud (2024), alrededor de uno de cada siete adolescentes presenta algún trastorno mental, y la mayoría de estos problemas se manifiesta por primera vez antes de los 14 años.

En el caso específico de Perú, diversos estudios muestran que los colegios siguen priorizando el rendimiento académico y la disciplina por sobre el apoyo socioemocional de los estudiantes. La Pontificia Universidad Católica del Perú (2021) ha señalado que muchos centros educativos carecen aún de sistemas integrales de bienestar emocional. Esto se refuerza con reportes periodísticos y datos oficiales que evidencian la escasa presencia de psicólogos en las instituciones educativas públicas del país.

A ello se suma el incremento de casos relacionados con violencia escolar, exclusión social y ansiedad académica. Según datos del portal SíseVe del Ministerio de Educación, continúan registrándose miles de denuncias vinculadas con bullying, agresiones psicológicas y violencia escolar dentro de instituciones educativas.

Las entrevistas realizadas para la presente investigación permitieron identificar que muchos adolescentes perciben el entorno escolar como un espacio donde ciertos malestares emocionales suelen minimizarse bajo la idea de que “son cosas de la edad”. Los estudiantes entrevistados señalaron además que existe temor a acudir a tutoría o psicología escolar debido a la posibilidad de que el caso sea registrado institucionalmente o comunicado a sus familias sin previo consentimiento.

Sin embargo, investigaciones indican que los adolescentes tienden a recurrir a sus pares como principal fuente de apoyo emocional (Rickwood et al., 2005). Este hallazgo resulta especialmente relevante dentro del contexto escolar peruano, donde los estudiantes suelen sentirse más comprendidos por personas que atraviesan experiencias similares dentro de su mismo entorno generacional.

A partir de ello, la investigación permitió comprender que la oportunidad de intervención no se encuentra únicamente en la atención psicológica formal, sino también en el fortalecimiento de relaciones horizontales de acompañamiento entre estudiantes.

Asimismo, el análisis del arquetipo evidenció que durante la adolescencia ocurre un proceso intenso de construcción identitaria donde los jóvenes modifican comportamientos dependiendo del entorno en el que interactúan. Según Erikson (1968), esta etapa se caracteriza por la crisis de identidad frente a confusión de roles, donde el adolescente busca constantemente aceptación social y validación interpersonal.

Esto se intensifica en entornos digitales, donde los adolescentes desarrollan identidades múltiples y performativas dependiendo de la plataforma o comunidad en la que participan. Turkle (2011) sostiene que los jóvenes contemporáneos construyen parte importante de su identidad emocional y social dentro de espacios virtuales.

Paralelamente, la investigación mostró que los adolescentes ya utilizan espacios digitales como TikTok, Spotify, Discord, Instagram o Wattpad para expresar emociones, encontrar afinidad social y construir vínculos. Esto demuestra que gran parte de la regulación emocional juvenil ya ocurre dentro de ecosistemas digitales informales.

En ese sentido, EntreNos surge como respuesta a la necesidad de construir un entorno digital preventivo, seguro y culturalmente alineado con las dinámicas reales de interacción adolescente.

2.1.3 Problema y oportunidad

La investigación puso en evidencia una desconexión importante entre los adolescentes y los servicios de apoyo emocional que ofrecen las instituciones educativas. Aunque la mayoría de los estudiantes reconoce la importancia de contar con acompañamiento psicológico, las entrevistas mostraron que prevalecen sentimientos de vergüenza, desconfianza y temor a ser juzgados, expuestos o registrados.

Asimismo, se observó que muchos jóvenes prefieren ocultar sus emociones con el fin de evitar posibles conflictos tanto en el ámbito social como familiar. Algunos estudiantes indicaron

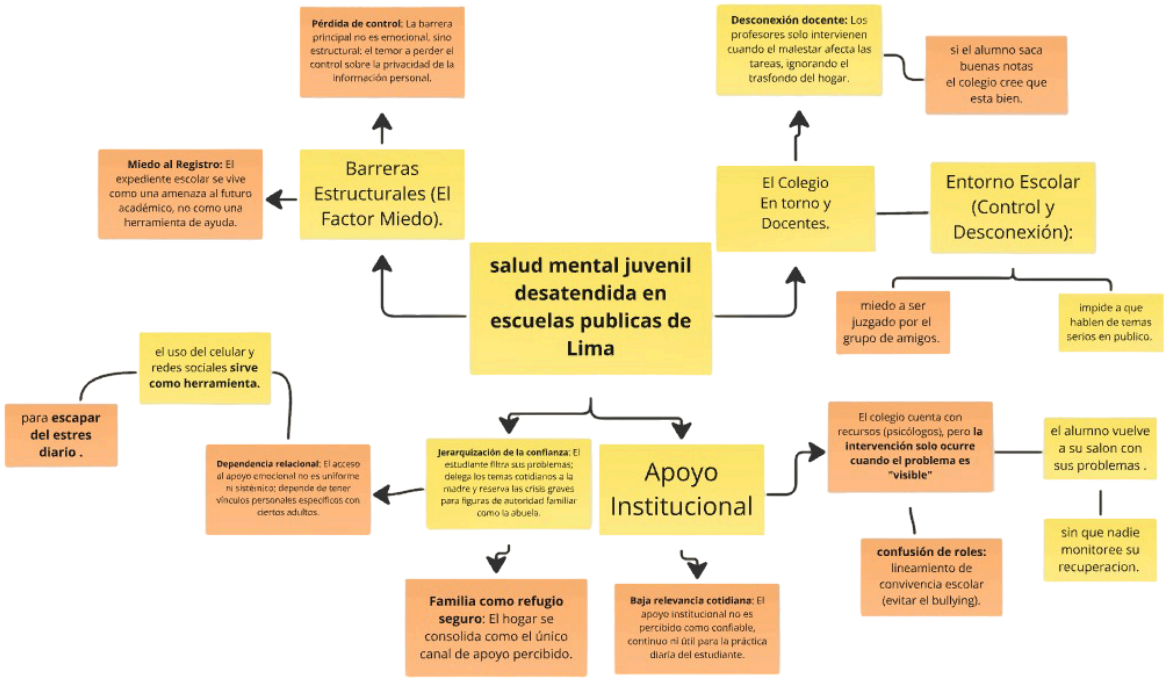
que prefieren guardar silencio antes que enfrentar posibles consecuencias relacionadas con llamadas a sus padres, exposición frente a compañeros o procesos disciplinarios.

Esta situación genera una problemática multifactorial donde convergen presión académica, dificultades de comunicación, exclusión social, bullying normalizado y ausencia de espacios seguros de expresión emocional.

Sin embargo, dentro de esta problemática también emerge una oportunidad importante. La investigación evidenció que los adolescentes sí buscan formas de acompañamiento emocional, aunque muchas veces recurren a espacios digitales informales para hacerlo. Plataformas musicales, redes sociales y comunidades virtuales funcionan actualmente como mecanismos cotidianos de identificación y regulación emocional.

Por ello, la oportunidad del proyecto consiste en transformar esas dinámicas digitales ya existentes en un ecosistema de acompañamiento emocional seguro, moderado y culturalmente cercano al adolescente.

Figura 2: *Mapa mental de interpretación sobre la información adquirida.*

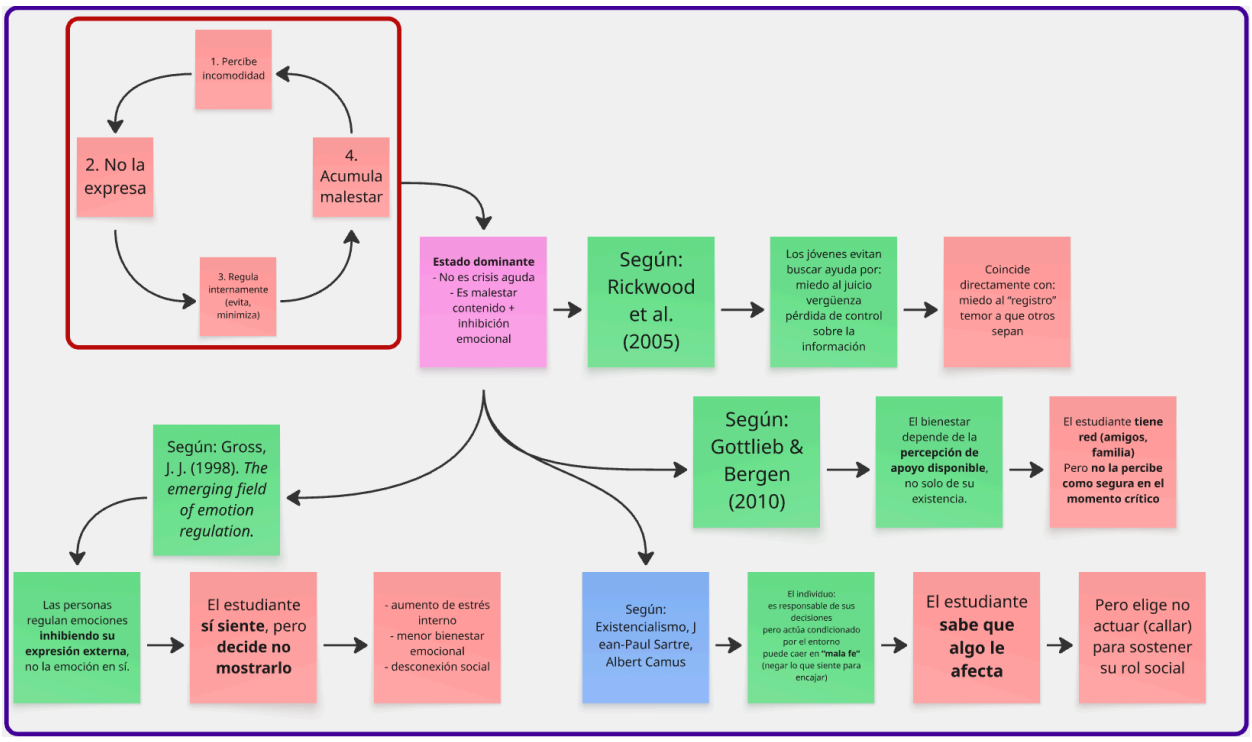


2.1.4 Reto de diseño

¿Cómo podríamos diseñar una plataforma digital de acompañamiento emocional entre pares que permita a estudiantes de secundaria expresarse y encontrar apoyo de manera segura, cercana y libre de juicio, sin que el servicio sea percibido como un espacio clínico, invasivo o

institucional?

Figura 3: *Insigths bibliográficos acerca del usuario*



2.2 Diseñar para crear valor

2.2.1 Propuesta de valor

EntreNos ofrece a los adolescentes un espacio digital donde pueden sentirse acompañados emocionalmente sin perder autonomía sobre su privacidad, identidad y forma de expresarse.

A diferencia de plataformas institucionales tradicionales, el servicio integra dinámicas propias de la cultura digital adolescente mediante comunidades, contenido multimedia, música, afinidades sociales y espacios de interacción indirecta. Esto permite que el estudiante pueda expresar emociones desde formatos más cotidianos y menos invasivos.

La propuesta de valor no se centra únicamente en “hablar de problemas emocionales”, sino en construir un entorno de pertenencia donde los adolescentes puedan descubrir afinidades, generar vínculos seguros y encontrar validación emocional entre pares.

Además, la plataforma incorpora protocolos de moderación, privacidad configurable y mecanismos de derivación profesional, permitiendo que el acompañamiento emocional pueda desarrollarse de manera preventiva y progresiva.

2.2.2 Solución

La solución desarrollada es un ecosistema digital multiplataforma denominado EntreNos orientado al acompañamiento emocional preventivo entre estudiantes de secundaria.

La plataforma combina funcionalidades sociales, emocionales y culturales que fueron pensadas para adolescentes. Las principales características del servicio son comunidades por afinidad, sistema de peer support moderado, espacios anónimos de expresión, recomendaciones musicales según estado emocional, publicaciones breves tipo feed, podcasts juveniles, contenido audiovisual corto y dinámicas de journaling emocional.

La plataforma, además, cuenta con un sistema de emparejamiento que se basa en las afinidades culturales, intereses y conductas digitales. Este hallazgo se presentó directamente en la fase de experimentación, donde los estudiantes mostraron más interés en las funciones comunitarias y de conexión social que en las herramientas de carácter explícitamente terapéutico.

El proyecto se basa en una estrategia de prevención temprana, comunidad digital y apoyo entre pares. La propuesta no sólo se enfoca en casos de crisis emocional, sino que pretende incorporar el acompañamiento emocional en las dinámicas culturales, sociales y digitales que forman parte del día a día del adolescente.

La investigación evidenció que los jóvenes no siempre verbalizan emociones de manera directa. En muchos casos, utilizan música, gaming, escritura, contenido audiovisual y comunidades virtuales como mecanismos para regular emociones y construir identidad social. Por ello, EntreNos funciona simultáneamente como espacio seguro, infraestructura emocional digital y puente progresivo entre el acompañamiento informal y la ayuda profesional.

Además, el proyecto comprende que plataformas inicialmente percibidas como competencia, como TikTok, Spotify, Discord, Wattpad o Instagram, representan también oportunidades de colaboración estratégica. Estas plataformas ya forman parte del ecosistema emocional y cultural adolescente, por lo que EntreNos toma inspiración funcional y narrativa de dichas dinámicas para construir una experiencia más cercana al comportamiento juvenil real.

EntreNos también integra una mascota virtual representada por un camaleón animado. La elección de esta figura responde a la capacidad adaptativa del adolescente frente a distintos contextos sociales, familiares y digitales. Durante esta etapa del desarrollo identitario, los jóvenes suelen modificar comportamientos y formas de expresión dependiendo del entorno en el que interactúan.

El camaleón simboliza precisamente adaptación contextual, exploración identitaria y transición emocional. Desde una perspectiva psicológica y conductual, representa las múltiples versiones sociales que un adolescente desarrolla dentro de la escuela, la familia y los entornos digitales.

Investigaciones sobre interacción humano-avatar muestran que personajes virtuales pueden reducir ansiedad, aumentar engagement emocional y facilitar la apertura emocional en adolescentes (Yee & Bailenson, 2007). Asimismo, Turkle (1995; 2011) señala que la proyección identitaria en personajes digitales permite formas más seguras de exploración emocional.

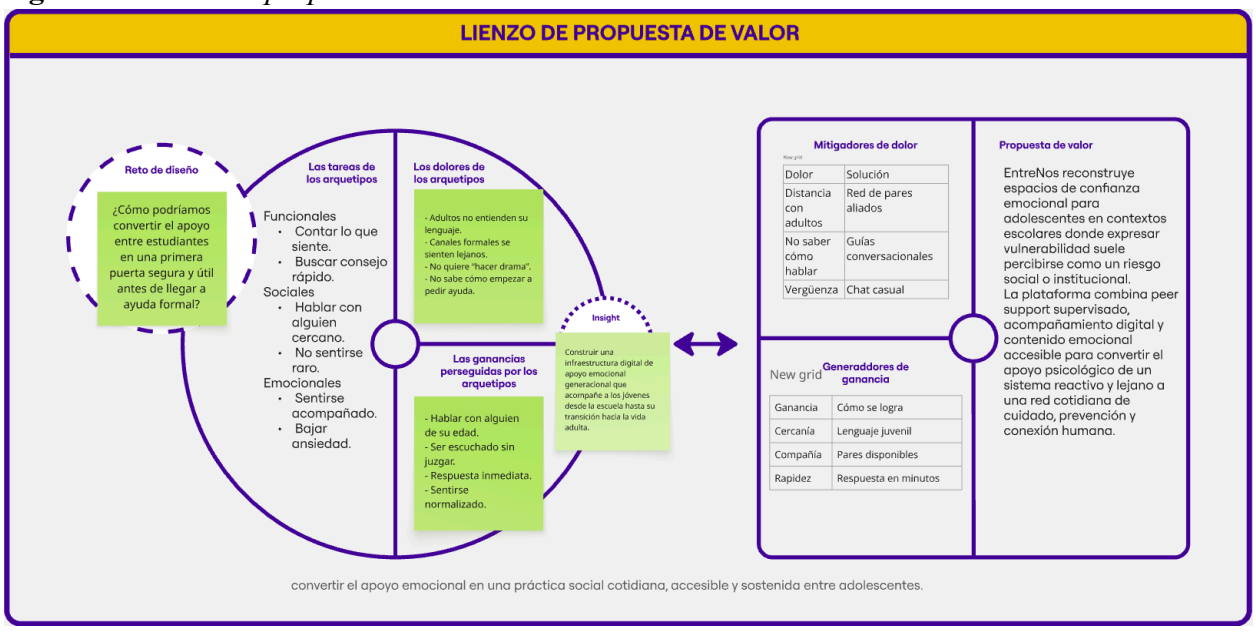
Sin embargo, el proyecto también reconoce los riesgos asociados al anonimato absoluto dentro de plataformas digitales. Suler (2004) advierte sobre el efecto de desinhibición online tóxica, donde ciertos usuarios pueden instrumentalizar el anonimato para ejercer dinámicas de agresión o manipulación.

Por ello, EntreNos no utiliza un modelo de anonimato irresponsable. La plataforma incorpora anonimato parcial configurable, sistemas automáticos de detección de lenguaje ofensivo, protocolos de moderación horizontal y mecanismos de derivación escalonada frente a situaciones de riesgo.

Fundamentado en los espacios de afinidad de Gee (2005), el sistema busca garantizar que la identidad digital funcione como catalizador preventivo de bienestar y no como mecanismo de impunidad dentro del entorno escolar.

Finalmente, la propuesta busca funcionar como un puente entre el acompañamiento informal entre pares y los mecanismos institucionales de atención profesional.

Figura 4: *Lienzo de propuesta de valor*



2.3 Diseñar el servicio

2.3.1 Blueprint del servicio

El plano del servicio contempla tres puntos de contacto principales en la prestación del servicio: exploración, participación y apoyo.

Durante la etapa de exploración, el estudiante ingresa al ecosistema a través de sugerencias escolares, redes sociales o invitaciones personales. Posteriormente, el usuario construye un perfil que muestra sus preferencias en diversos aspectos como intereses, cultura, música y privacidad.

Durante la etapa de participación, el usuario interactúa con contenido en comunidades, expresa sus emociones y participa en actividades colaborativas. En este punto de contacto, la prestación del servicio se basa en la moderación automatizada, sistemas de recomendaciones y herramientas digitales seguras.

Por último, en la etapa de apoyo, se proporcionan espacios de apoyo, herramientas de autorregulación y profesionales para emergencias.

2.3.2 Artefactos

Para el funcionamiento del servicio se consideran diversos recursos técnicos y digitales.

Entre ellos destacan:

- Plataforma web responsiva.
- Base de datos segura.
- Sistema de autenticación estudiantil.
- Herramientas de moderación automatizada.
- Algoritmos de recomendación por afinidad.
- Sistema de mensajería segura.
- Integración con APIs musicales.
- Servidores cloud.
- Dashboard administrativo.
- Sistema de alertas de riesgo.
- Diseño UI/UX adaptado a adolescentes.
- Biblioteca multimedia.
- Prototipos navegables.
- Herramientas de analítica de comportamiento.

Figura 5: *Prototipo de baja fidelidad*



Figura 6: *Variaciones de flyer promocionales de la aplicación EntreNos.*



2.3.3 Experimentos

En la fase de experimentación, los estudiantes arquetipo participaron en una serie de pruebas audiovisuales del MVP de EntreNos.

En los primeros tres tests de validación los estudiantes evaluaron de forma positiva nuestra propuesta. Decidieron que esta plataforma era más sencilla de utilizar y menos atemorizante que las demás plataformas escolares. También valoraron la estética visual de la plataforma, el anonimato parcial y las dinámicas de la comunidad.

En un cuarto experimento, el participante comparó dos prototipos diferentes. Preferían EntreNos, pero se proporcionaron comentarios adicionales sobre las funciones de comunidad y coincidencia de afinidad.

El participante pensaba que las comunidades con intereses compartidos podrían ayudar a los estudiantes a descubrir vínculos emocionales y sociales que son menos propensos a revelar en la escuela.

Este hallazgo hizo que pudiéramos comprender que los adolescentes no sólo buscan comunicar sus sentimientos, sino también identificarse con pares que han tenido experiencias comunes.

Este entendimiento hizo posible la evolución del proyecto, de ser un sistema de apoyo emocional, a un ecosistema digital de pertenencia, afinidad y conexión social segura.

Tabla 1

Experimentos hipotéticos según la investigación

Hipótesis	Experimento	Resultado esperado
Los adolescentes prefieren expresarse indirectamente mediante música y contenido visual	Integrar playlists emocionales y estados visuales	Mayor interacción emocional y permanencia
Los estudiantes evitarán interfaces clínicas o escolares	Probar interfaz estilo Spotify/Discord	Mayor aceptación y percepción de cercanía
El anonimato controlado reduce miedo al juicio	Implementar modo anónimo moderado	Más publicaciones y conversaciones sinceras
Los adolescentes prefieren chatear antes que llamar	Simular peer support vía chat	Mayor disposición a buscar ayuda
El contenido corto aumenta engagement	Integrar micro videos y podcasts breves	Mayor frecuencia de uso
La gamificación suave incentiva continuidad	Implementar badges y streaks emocionales	Retención y uso recurrente
Las comunidades temáticas generan pertenencia	Crear canales por intereses emocionales	Incremento de interacción comunitaria

Tabla 2

Preferencias Temáticas de Interacción en un Entorno de Pares

Interés Temático	**Porcentaje (n=13)**	**Clasificación de Prioridad**
Arte, música, gaming o hobbies para desconectar de los problemas	76.9%	Alta
Cómo lidiar con el drama de los amigos, papás o el amor	23.1%	Media
Trucos para que el colegio y la ansiedad no ganen	0.0%	Baja
Motivación y cómo dejar de procrastinar	0.0%	Baja

Conclusión 1: Existe una marcada tendencia (76.9%) de los adolescentes a priorizar espacios de distracción, cultura digital y pasatiempos compartidos (*hobbies*) por encima de las intervenciones directas sobre el estrés escolar o la productividad académica. Esto valida empíricamente el enfoque de *EntreNos*: el bienestar emocional en secundaria no se gatilla hablando directamente de la patología o la ansiedad, sino canalizándolo de forma orgánica a través de la identidad juvenil y la afinidad cultural.

Tabla 3

Formatos de Consumo y Modos de Interacción Preferidos según el Estado Anímico

Tipo de Formato / Modo de Interacción	**Porcentaje (n=13)**	**Tendencia Conductual**
Solo mirar lo que hacen los demás por hoy (Modo fantasma 👻)	46.2%	Consumo Asincrónico / Pasivo
Sumarme a un grupo de chat o foro con gente que piensa como yo	23.1%	Interacción Social Activa
Entrar a un taller rápido o actividad para aprender algo útil	15.4%	Aprendizaje Práctico
Jugar mi lefsito con mis compañeros	7.7%	Socialización lúdica (*Gaming*)

Conclusión 2: Prácticamente la mitad de la muestra (46.2%) prefiere el "modo fantasma" (observación pasiva) cuando su estado de ánimo es bajo. Este hallazgo es crítico para la arquitectura del producto (*blueprint*): el servicio digital no debe obligar al estudiante a interactuar inmediatamente de forma abierta. Ofrecer la posibilidad de consumir contenido de forma anónima y asincrónica reduce la fricción, respeta el ritmo del adolescente y actúa como un paso previo antes de dar el salto a la socialización activa o la búsqueda de ayuda formal.

Tabla 4

Disposición hacia el Acompañamiento Psicológico y Percepción de Rol

Postura frente al Soporte Profesional	**Porcentaje (n=13)**	**Nivel de Apertura**

Sí, me gustaría agendar una cita o hablar con alguien en privado	53.8%	Apertura Clínica Directa
No sé bien qué hace un psicólogo aquí, ¿me explican?	30.8%	Barrera de Información / Desconfianza
No por ahora, prefiero empezar con los talleres y ver qué onda	15.4%	Transición Preventiva

Conclusión 3: Aunque más de la mitad (53.8%) manifiesta apertura a recibir atención psicológica individualizada bajo la promesa de confidencialidad absoluta de *EntreNos*, un significativo 46.2% combinado muestra resistencia o falta de claridad respecto al rol del psicólogo tradicional. Esto demuestra que la plataforma necesita un componente intermedio fuertemente preventivo (talleres y dinámicas horizontales) que eduque sobre la salud mental y desmitifique la figura terapéutica sin que se perciba como un castigo institucional.

Tabla 5

Demanda de Servicios y Funcionalidades Específicas del Ecosistema

Servicio Solicitado en la Plataforma	**Porcentaje (n=13)**	**Tipo de Demanda**
Zonas seguras (Chat): Grupos libres de *haters*, críticas y *bullying*	61.5%	Contención Social Colectiva
Un cable a tierra (Sesión privada): Conversación confidencial	23.1%	Soporte en Crisis Individual

Talleres sin aburrimiento: Dinámicas con música y trucos reales	15.4%	Herramientas de Afrontamiento

Conclusión 4: La máxima prioridad para el usuario (61.5%) radica en contar con espacios de mensajería colectiva que estén estrictamente blindados contra la toxicidad, el matoneo y la fiscalización del adulto. El estudiante de secundaria busca de manera urgente entornos de validación social entre iguales. El soporte personalizado ("un cable a tierra") queda relegado a una segunda instancia, ratificando el modelo de negocio centrado en microcomunidades moderadas.

Tabla 6

Incentivos de Gamificación: Preferencias de Recompensas Digitales y Reales

Tipo de Incentivo Evaluado	**Opción Específica**	**Porcentaje (n=13)**
Premios In-App (Digitales)	Acceso a la Playlist Sonora (Música según el *mood*)	**30.8%**
	Zona TikTok / Cortos (Vídeos de 15s con tips y humor)	23.1%
	Muro de Anécdotas (Espacio para compartir historias)	23.1%
	Pases VIP a Talleres en vivo	23.1%

Recompensas Tangibles (Reales)	Pase Gamer / Zona de Juegos (Horas gratis / descuentos)	**46.2%**
	El "Bajón" del Recreo (Vales para la cafetería escolar)	23.1%
	Acceso a la Zona Chill (Pases para área de juegos del cole)	15.4%
	Kit de Estilo Escolar (Stickers personalizados)	7.7%
	Descuentos en la librería del colegio / Kit Anti-Estrés	7.7%

Conclusión 5: En el plano de la gamificación, los estímulos musicales (30.8%) dominan los incentivos virtuales, mientras que el ocio digital y la cultura de los videojuegos (Pase Gamer con 46.2%) son el motor principal de tracción para las recompensas del mundo físico. Estos números sugieren que para asegurar la retención en el ecosistema, las alianzas estratégicas deben mirar hacia sectores de entretenimiento juvenil en lugar de incentivos estrictamente académicos o de útiles de escritorio.

Integración estratégica del proyecto

EntreNos ofrece una nueva manera de entender el bienestar emocional del adolescente desde el contexto educativo peruano. No se trata de desarrollar una app psicológica tradicional, sino de construir un ecosistema digital preventivo donde los adolescentes se sientan escuchados, comprendidos y acompañados desde dinámicas cercanas a su realidad cultural y digital.

La investigación permitió constatar que gran parte de las barreras emocionales hoy tienen que ver con miedo institucional, pérdida de privacidad y dificultad para encontrar espacios seguros de expresión. Como respuesta, la propuesta incorpora el apoyo entre pares, las comunidades digitales, el contenido multimedia, las afinidades culturales y los mecanismos de protección digital en una experiencia diseñada para estudiantes de secundaria.

La experimentación, asimismo, demostró que los adolescentes valoran especialmente las funciones de comunidad y emparejamiento por afinidad, ya que estas les permiten descubrir conexiones emocionales o sociales que normalmente no expresarían dentro del entorno escolar tradicional. Este hallazgo permitió comprender que el bienestar emocional adolescente también se construye a partir de la pertenencia, la validación social y la identificación con otros.

En ese sentido, EntreNos no pretende sustituir los mecanismos institucionales existentes, sino complementar los procesos de acompañamiento a través de un entorno más cercano al comportamiento digital real de los jóvenes. La propuesta convierte rutinas digitales en herramientas de prevención para el bienestar emocional y la conexión social segura.

III. Conclusiones y recomendaciones

3.1 Conclusiones

La investigación reveló que los problemas emocionales que enfrentan los adolescentes en el contexto escolar son profundamente complejos y no pueden abordarse exclusivamente desde una mirada clínica individual. Estos dificultades están fuertemente influenciadas por factores como la exclusión social, el miedo al sistema educativo, la falta de espacios seguros para expresar emociones y las barreras en la comunicación con adultos y pares.

Además, se encontró que, aunque los jóvenes tienen un fuerte deseo de compartir lo que sienten, experimentan un temor significativo a ser grabados, juzgados o expuestos ante adultos y compañeros. Como consecuencia, muchos optan por el silencio como mecanismo de protección.

Los resultados también indicaron que los adolescentes se sienten más cómodos trabajando en entornos sociales flexibles, cercanos tanto desde el punto de vista cultural como relacional. En este sentido, el trabajo entre pares surge como una alternativa no solo viable, sino especialmente sostenible y efectiva.

Finalmente, el estudio concluyó que las comunidades digitales ocupan hoy un lugar central en los procesos de regulación emocional de los jóvenes. **EntreNos** no pretende reemplazar estas dinámicas digitales ya existentes, sino integrarlas en un espacio más seguro, moderado y cuidado. De esta forma, el proyecto demuestra que es posible fortalecer el bienestar adolescente mediante la generación de pertenencia, afinidad y vínculos auténticos. Así, los espacios digitales cotidianos pueden convertirse en potentes herramientas de prevención y apoyo emocional.

3.2 Recomendaciones

Se recomienda implementar pilotos progresivos en instituciones educativas, con el fin de evaluar de manera realista métricas clave como los niveles de interacción, la percepción de seguridad y el grado de confianza que generan los usuarios en la plataforma.

Asimismo, resulta fundamental fortalecer los protocolos de protección digital, incorporando herramientas de moderación automatizada, sistemas de detección de grooming y mecanismos eficientes de derivación a profesionales especializados.

Otro aspecto clave es establecer alianzas estratégicas con instituciones públicas, universidades, organizaciones dedicadas a la salud mental y actores culturales juveniles. Estas colaboraciones permitirán ampliar el alcance del proyecto y garantizar su sostenibilidad a largo plazo.

Por último, es indispensable mantener una actualización constante de las dinámicas, formatos y funcionalidades de la plataforma. El comportamiento digital de los adolescentes evoluciona con gran rapidez, por lo que la flexibilidad y la capacidad de adaptación resultan esenciales para mantener la relevancia y efectividad del espacio.

IV. Referencias Bibliográficas

Buckels, E., Trapnell, P., & Paulhus, D. (2014). Trolls just want to have fun. Personality and Individual Differences.

BMC Psychology. (2023). Digital peer support and adolescent emotional behavior.

Convoca. (2025). Salud mental: Gobierno solo cumple con el 1% de psicólogos en colegios públicos.

El Comercio. (2025). La salud mental en las aulas: cómo la depresión y ansiedad afectan a los escolares.

Erikson, E. (1968). Identity: Youth and crisis. W. W. Norton & Company.

Gee, J. P. (2005). Semiotic social spaces and affinity spaces.

Ministerio de Educación del Perú. (2025). Portal SíseVe.

Ministerio de Salud del Perú. (2025). Jóvenes entre 18 y 29 años realizan mayor número de consultas por salud mental.

OECD. (2019). PISA 2018 Results (Volume III): What School Life Means for Students' Lives. OECD Publishing.

Organización Mundial de la Salud. (2024). Adolescent mental health.

Pontificia Universidad Católica del Perú. (2021). Una nueva cara de la salud mental en el Perú.

Rickwood, D., Deane, F., Wilson, C., & Ciarrochi, J. (2005). Young people's help-seeking for mental health problems.

Shalaby, R., et al. (2021). Peer support interventions in schools: A systematic review.

Suler, J. (2004). The online disinhibition effect. CyberPsychology & Behavior.

Turkle, S. (1995). Life on the screen: Identity in the age of the Internet.

Turkle, S. (2011). Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other.

UNICEF. (2021). Ni silencio ni tabú: Manual de pautas de implementación.

Yee, N., & Bailenson, J. (2007). The Proteus effect.

V. Anexos

5.1 Entrevistas

Se adjuntan las preguntas de la entrevistas realizadas a estudiantes de secundaria entre 13 y 15 años pertenecientes a instituciones educativas públicas.

Percepción del clima del aula

- ¿Cómo describirías el ambiente y la dinámica relacional dentro de tu salón de clases durante las jornadas habituales?

Mecanismos de contención y expresión emocional

- ¿Identificas momentos o situaciones específicas en el espacio escolar donde sientas la necesidad de reprimir tus emociones o actuar como si nada sucediera ante conductas hostiles de terceros?

Redes de soporte familiar frente a crisis

- Si experimentaras un cuadro agudo de tristeza o estrés y lo comunicaras en tu hogar, ¿cuál consideras que sería la respuesta inmediata y el nivel de validación por parte de tus familiares?
- Desde tu perspectiva, ¿cómo reacciona habitualmente el entorno familiar promedio cuando un adolescente manifiesta afectaciones en su salud mental?

Estigma y percepción del servicio psicológico institucional

- Si un estudiante de tu círculo cercano decidiera acudir al departamento psicopedagógico o de orientación, ¿de qué manera crees que sería percibido o juzgado por el resto del grupo de pares?
- ¿Consideras que es una práctica común que el alumnado busque voluntariamente la ayuda de un psicólogo escolar y cómo se evalúa la utilidad de este recurso en el plantel?

Factores de temor y barreras para la denuncia

- Al momento de reportar una problemática personal o de convivencia, ¿cuál representa tu mayor temor: la notificación familiar, la exposición ante tus pares o el asentamiento formal en el registro institucional?

Invisibilización adulta y dinámicas de exclusión

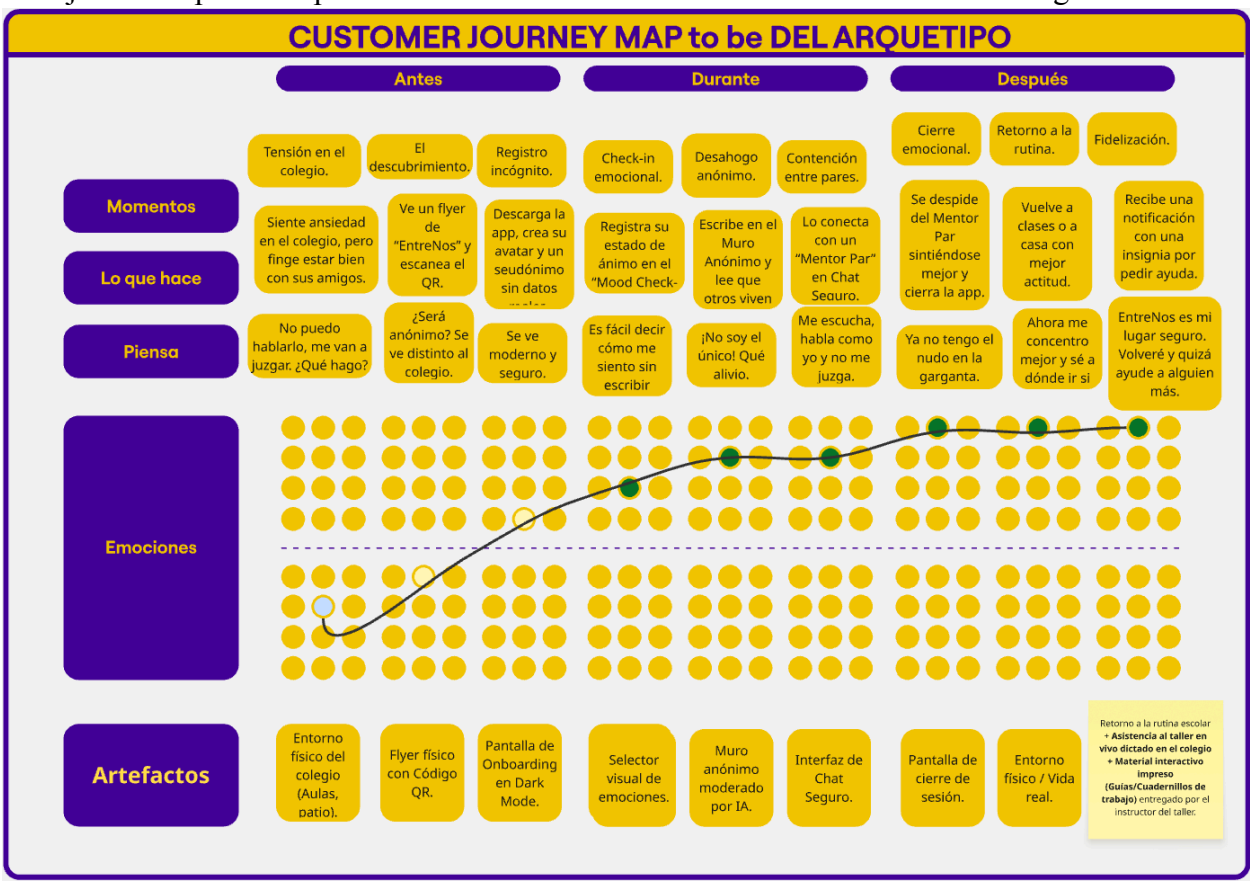
- ¿Qué problemáticas o vulnerabilidades críticas de las y los adolescentes consideras que el cuerpo docente y las autoridades escolares pasan por alto o minimizan bajo la etiqueta de ser simples etapas de la edad?
- ¿Has presenciado o identificado dinámicas recurrentes de aislamiento, hostigamiento o minimización hacia estudiantes con dificultades de integración en el entorno escolar?
- Frente a estas manifestaciones de exclusión o acoso en las aulas, ¿se recurre a los canales de comunicación oficiales con los profesores o se opta por el silencio?

Diálogo Exacto: Puntos de Mayor Interés

- ¿Cuáles en ti serían los puntos más interesantes del prototipo de Entrenos?
- ¿Cuáles son los componentes, atributos o funcionalidades que considera más significativos o de mayor interés dentro del prototipo con interfaz?
- ¿Existen elementos o herramientas del segundo prototipo analizado que sugeriría incorporar en la versión optimizada o alguna modificación general que considere pertinente añadir para mejorar la experiencia de usuario?

5.2 Customer Journey Map

Se adjuntan mapas de experiencia del usuario elaborados durante la fase de investigación.



5.3 Blueprint del servicio

Se adjunta blueprint detallado del funcionamiento del servicio.

https://www.figma.com/make/6NKpYMW5oNwMVBeLldEmun/Service-Blueprint-for-EntreNos?code-node-id=0-9&p=f&t=0dLA5vHmdalqjfPf-0&fullscreen=1

5.4 Mockups y prototipos

Se adjunta el link navegable del prototipo en alta resolución.
https://lines-horn-47849716.figma.site/

5.5 Evidencias de experimentación

Se adjuntan registros audiovisuales y resultados de validación del MVP.
https://drive.google.com/drive/folders/1Z0cSDjDFrgXnStEWsvV9rprPVEdkWaHS