

**EL PODCAST COMO HERRAMIENTA PARA VISIBILIZAR LOS EFECTOS
POSPANDEMIA EN LOS JÓVENES DE LA UNIVERSIDAD DE PAMPLONA**

DARWIN FAIDIVER CORREA RAMÍREZ

MARYURI LISBETH VASQUEZ ALVEAR

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE ARTES Y HUMANIDADES

COMUNICACIÓN SOCIAL

TRABAJO DE GRADO

2024

**EL PODCAST COMO HERRAMIENTA PARA VISIBILIZAR LOS EFECTOS
POSTPANDEMIA EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE CÚCUTA**

DARWIN FAIDIVER CORREA RAMÍREZ

MARYURI LISBETH VASQUEZ ALVEAR

Director

Cs. Javier Eduardo Villamizar Monsalve

Modalidad de trabajo de grado: Producción para Medios de Comunicación:

Radio

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE ARTES Y HUMANIDADES

COMUNICACIÓN SOCIAL

TRABAJO DE GRADO

2024

1.	Índice de tablas por capítulo	5
2.	Capítulo 1: Problema	8
2.1.	Contextualización	8
2.2.	Descripción del problema comunicativo	13
3.	Capítulo II Marco de Teórico	16
3.1.	. Antecedentes	16
3.1.1.	Internacional	16
3.1.2.	Nacional	19
3.1.3.	Locales	22
3.2.	Bases teóricas	24
3.2.1.	El Determinismo Tecnológico	24
3.2.2.	Interaccionismo Simbólico	26
3.2.3.	El podcast	28
4.	Capítulo III Propuesta de Producción	30
4.1.	Presentación de la propuesta	30
4.2.	Objetivos	30
4.2.1.	Objetivo general	31
4.2.2.	Objetivos específicos	31
4.3.	Público objetivo	32
4.4.	Cronograma de producción	33
4.5.	Etapas de preproducción	41
4.5.1.	Selección de temas y fuentes a consultar por cada tema	41
	Tabla 1 selección de temas	41

4.5.2.	Diseño de las técnicas de investigación periodística.....	43
4.5.3.	Diseño.....	47
4.5.4.	Guion (es) requeridos para la producción.	48
Tabla 1	Capítulo 1.....	48
Tabla 2	Capítulo 2.....	58
Tabla	Capítulo 3.....	69
Tabla 3	Capítulo 3.....	69
Tabla 4	Capítulo 4.....	79
Tabla 5	Capítulo 5.....	89
Tabla 6	Capítulo 6.....	101
Tabla 7	Capítulo 7.....	111
Tabla 8	Capítulo 8.....	121
Tabla 9	Capítulo 9.....	132
4.6.	Etapas de producción.....	141
4.6.1.	Grabación material sonoro	141
4.6.2.	Selección y análisis del material	142
4.7.	Etapas de postproducción	143
4.7.1.	Edición y montaje de la producción radiofónica.....	144
4.7.2.	Ficha técnica.....	148
4.7.3.	Evidencia de la emisión de las producciones radiofónicas	157
5.	Capítulo IV.....	158
5.1.	Conclusiones	158
5.2.	Recomendaciones	158

1. Índice de tablas por capítulo

Tabla 1 Capítulo 1.....	48
Tabla 2 Capítulo 2.....	58
Tabla 3Capítulo 3.....	69
Tabla 4 Capítulo 4.....	79
Tabla 5 Capítulo 5.....	89
Tabla 6 Capítulo 6.....	101
Tabla 7 Capítulo 7.....	111
Tabla 8 Capítulo 8.....	121
Tabla 9 Capítulo 9.....	132

Resumen

Este proyecto se basa en la producción de un podcast, como herramienta para visibilizar los efectos postpandemia en los jóvenes universitarios de Cúcuta, ha permitido identificar y documentar los profundos cambios y desafíos que esta población ha enfrentado desde el inicio de la pandemia. Se ha evidenciado que el confinamiento y la virtualización de la educación han afectado tanto las habilidades cognitivas como no cognitivas de los estudiantes, así como su bienestar emocional y mental. La transición abrupta a entornos de aprendizaje en línea ha perturbado los procesos educativos tradicionales, exigiendo a los estudiantes adaptarse rápidamente a nuevos modos de instrucción e interacción

Además, el aislamiento resultante de los confinamientos ha afectado las habilidades sociales y la salud emocional de los estudiantes, incrementando los sentimientos de soledad y ansiedad. La necesidad de interacción con sus pares y la presencia física en los entornos de aprendizaje se hizo más evidente, resaltando las limitaciones de la educación puramente virtual.

La creación de este podcast ha sido una respuesta adecuada a la necesidad de contar con plataformas que permitan a los jóvenes compartir sus experiencias y perspectivas, fomentando así un sentido de comunidad y apoyo mutuo. Al proporcionar un espacio para que los estudiantes expresen sus desafíos y estrategias de afrontamiento, el podcast ha facilitado una comprensión más profunda de los impactos colectivos e individuales de la pandemia. El formato del podcast ha demostrado ser flexible y accesible, facilitando una conexión significativa entre los participantes y la audiencia.

Palabras claves

Podcast, Efectos postpandemia, universitarios, educación virtual, Interacción social

Abstract

This project is based on the production of a podcast, as a tool to make visible the post-pandemic effects on young university students in Cúcuta, it has made it possible to identify and document the profound changes and challenges that this population has faced since the beginning of the pandemic. It has been shown that the confinement and virtualization of education have affected both the cognitive and non-cognitive skills of students, as well as their emotional and mental well-being. The abrupt transition to online learning environments has disrupted traditional educational processes, requiring students to quickly adapt to new modes of instruction and interaction.

Additionally, the isolation resulting from lockdowns has affected students' social skills and emotional health, increasing feelings of loneliness and anxiety. The need for interaction with peers and physical presence in learning environments became more evident, highlighting the limitations of purely virtual education.

The creation of this podcast has been an appropriate response to the need for platforms that allow young people to share their experiences and perspectives, thus fostering a sense of community and mutual support. By providing a space for students to express their challenges and coping strategies, the podcast has facilitated a deeper understanding of the collective and individual impacts of the pandemic. The podcast format has proven to be flexible and accessible, facilitating a meaningful connection between participants and audience.

Keywords

Podcast, post-pandemic effects, students, Virtual education, social interaction

El Podcast Como Herramienta Para Visibilizar Los Efectos Postpandemia En Jóvenes Universitarios De Cúcuta

2. Capítulo 1: Problema

2.1. Contextualización

Durante la pandemia de COVID-19, los jóvenes en la ciudad de Cúcuta, Colombia, experimentaron una serie de desafíos significativos que afectaron no solo su salud física, sino también su bienestar mental y emocional. Las medidas de confinamiento, la interrupción de la educación presencial y la falta de socialización agravaron los problemas existentes en esta población, lo anterior siendo sustentado en el desarrollo del documento.

Para los jóvenes, de entre 18 y 25 años, uno de los escenarios con mayor impacto fue el educativo visto desde la universidad, ya que el desarrollo de esta población se caracteriza por estar en un constante proceso de formación en las Instituciones de Educación Superior (IES), interrumpido por las limitaciones generadas por la normativa de prevención y bioseguridad impartida por el Gobierno Nacional.

Según Di Pietro, et al., (2020), citado por Melo-Becerra, et al., (2021), “los cierres de las instituciones educativas han evidenciado una afectación de las habilidades cognitivas y no cognitivas de los estudiantes, una reducción del tiempo destinado al aprendizaje, síntomas de estrés, cambios en la forma en que los estudiantes interactúan...”, lo anterior se suma en la dificultad en las formas de mejoramiento individual y social que asumen los jóvenes en su etapa universitaria.

Además, las condiciones económicas representaron un obstáculo que acentuó problemas derivados de la pandemia, como la deserción, la existencia de brechas entre el rendimiento, y una profundización entre las desigualdades de acceso a herramientas tecnológicas y sus nuevas

formas de comunicación, “lo cual podría tener consecuencias sobre la formación del capital humano, la productividad y el crecimiento en el mediano y corto plazo”(Melo-Becerra, et al., 2021).

De acuerdo con estadísticas con corte en el 2022 proporcionadas por el Ministerio de Educación a través del Sistema para la Prevención y Análisis de la Deserción en las Instituciones de Educación Superior (SPADIES), para el año 2020, la tasa de deserción académica dentro de los programas universitarios fue de 8,02%, para el año siguiente aumentaría al 8,89%.

En la comparación que puede existir entre las cifras de deserción universitaria del 2019 y el primer año de pandemia se evidencia que no existió un incremento atípico de acuerdo con las condiciones del contexto, lo que se explica por los planes y medidas de flexibilidad generadas a partir del Ministerio de Educación, los cuales tenían el objetivo de minimizar el riesgo del abandono académico.

Conforme a las cifras tomadas durante la pandemia estas son consideradas atípicas, en consideración de los condicionantes que afectaron el modelo de educación presencial que se imparte en las instituciones universitarias. Dentro de los mismos indicadores mostrados por SPADIES, la tasa de deserción intersemestral, que se entiende como estudiantes no matriculados en un semestre del año académico, aumentó para el año 2020 con respecto al año anterior de 11,96% a 13,45% respectivamente.

La deserción puede presentarse por cambios de residencia, falta de motivación de los jóvenes en sus procesos académicos y su consecuente rendimiento, sumado a las posibles dificultades en sus entornos familiares e inseguridad alimentaria; situaciones en las que pudieron acrecentarse durante el período de aislamiento social.

Como respuesta ideada por el Gobierno Nacional para la problemática generada por la pandemia, se impartieron estrategias para el aprendizaje digital ejercido a través de las universidades del país, en las que se consideró el uso de herramientas tecnológicas para que no existiera impedimento en la formación profesional de los jóvenes.

La digitalización tuvo un papel relevante durante la pandemia, teniendo en cuenta que la educación virtual se convirtió en el único método para la continuidad académica. Esto permitió que los estudiantes adquirieran habilidades digitales que se consideraron básicas para sus estudios y vida laboral, por lo que el empleo de herramientas tecnológicas sigue siendo parte integral de la educación, sumado a la práctica desarrollada por estudiantes en sus entornos universitarios.

De igual manera, como plantean García, Reyes y Godínez (2018) citados por Navarro – Hudiel (2020):

Las Tecnologías de la Información y Comunicación en la educación superior representan nuevos entornos y oportunidades de aprendizaje individual y colectivo, que, considerando su impacto en la educación, son desarrolladoras de competencias y habilidades necesarias para el aprendizaje, así como su desarrollo para el desempeño de los estudiantes en la sociedad.

La salud mental también representó un reto para los jóvenes dentro y fuera de los escenarios universitarios, convirtiéndose en una problemática. Según una encuesta con el intervalo de julio del 2020 a junio del 2021 del Departamento de Administración Nacional de Estadística (DANE), durante ese periodo más del 10% de la población entre 10 a 24 años reportó haberse sentido, cansado, solo, estresado o deprimido. El punto más alto se encontró en mayo del 2021 con una cifra del 17, 4%.

El inicio de la cuarentena en marzo del 2020 conllevó una serie de cambios de hábitos que caracterizaban una normalidad para los jóvenes, obligándolos a adaptarse a nuevos horarios académicos, clases asincrónicas que se presentan bajo un aprendizaje que no sucede al mismo tiempo de ser impartido; la restricción de sus libertades de movilización, el uso del tapabocas y la poca proximidad en sus relaciones; por lo que esto dejó incertidumbre frente las dinámicas propias de su edad, ocasionando un golpe para sus procesos de transición de independencia social, afectiva, económica e identidad personal.

Un factor importante fue el entendimiento de la salud mental y sus posibles afectaciones, ya que se ha evidenciado que los efectos de la pandemia se relacionan con un aumento en los niveles de malestar emocional, el estrés postraumático, y la depresión (Ministerio de Salud y Protección Social, 2020). Por lo tanto, prestar atención a la salud mental y la disponibilidad de servicios de apoyo es crucial para el bienestar de los estudiantes.

Igualmente, existió un impacto en el estado de ánimo, entendido como la capacidad de responder emocionalmente a una situación, determinado de momento según su contexto (DANE, 2021). Por lo que los jóvenes durante la pandemia atravesaron nuevos obstáculos en lo que refiere a la generación de actitudes profesionales, manifestación de emociones, su forma de relacionarse en una comunidad o su contribución en ella y el propio disfrute de su vida.

Después de la pandemia de COVID-19, finalizada oficialmente el 5 de mayo del 2023 por la Organización Mundial de la Salud (OMS), los estudiantes de Cúcuta al volver a la presencialidad se encontraron en una fase de postpandemia que presentó una mezcla de ajustes continuos en sus vidas. En el aislamiento se vieron obligados a adaptarse rápidamente a un entorno educativo virtual, lo que trajo consigo desafíos educativos. Muchos estudiantes lucharon

con la falta de interacción en el aula, dificultades para mantenerse motivados y la necesidad de aprender a utilizar herramientas tecnológicas de manera efectiva.

A medida que la sociedad recupera la normalidad, estos desafíos persisten, aunque con matices diferentes, dimensionados por las nuevas formas de aprendizaje y exigencias académicas apoyadas por las TIC, sumado al reencuentro con prácticas y formas de interacción presenciales. Los estudiantes universitarios se han convertido en expertos en el uso de herramientas digitales, participando en plataformas de aprendizaje en línea y organizándose en entornos virtuales.

Teniendo en cuenta los conceptos anteriormente expuestos, puede influir en sus perspectivas e intereses futuros y proporcionar una base sólida para un mayor aprendizaje y crecimiento personal. Entonces, si bien la pandemia ha planteado desafíos importantes, ha dejado una impresión duradera en los estudiantes de Cúcuta de la Universidad de Pamplona, dotándolos de habilidades, resiliencia y conexiones que tendrán un impacto positivo en su futuro.

Este estudio se centrará en los estudiantes de la Universidad de Pamplona del programa de Comunicación Social quienes han pasado por estas dificultades académicas y a través del empleo de herramientas digitales como el podcast convirtieron su incertidumbre en un elemento a su favor para afrontar sus vidas de una mejor manera.

2.2. Descripción del problema comunicativo

La pandemia que comenzó en marzo de 2020 marcó un punto de cambio en la normalidad de las actividades humanas debido la implementación de planes de contingencia que impusieron limitaciones significativas en las actividades cotidianas de las personas en sus respectivos entornos.

Entre los sectores más afectados por esta disrupción se encuentran las instituciones universitarias, las cuales se vieron en la necesidad de desarrollar y ejecutar estrategias para contrarrestar el impacto negativo en los procesos de enseñanza y aprendizaje que se desarrollan en el marco de sus programas académicos. Esta problemática no solo desafió la adaptabilidad de las universidades, sino que también colocó a prueba su capacidad para mantener la calidad educativa en un contexto desafiante como el que generó la pandemia.

En el contexto nacional, se llevaron a cabo iniciativas de educación remota, clases en las que se le dio uso de herramientas como Zoom, Classroom y Microsoft Teams ayudaron a la virtualidad, con el propósito de encontrar nuevas formas de aprendizaje adaptadas a la coyuntura mundial. Esto generó dificultades en cuanto a la motivación por parte de los estudiantes, además de cuestionar la efectividad que pudiera evidenciar este cambio de modalidad. Así, el Ministerio de Tecnologías de la Información y Comunicaciones de Colombia (MinTIC) y el Ministerio de Educación dispusieron de un portal móvil gratuito con contenidos educativos, ajustados a cada nivel de aprendizaje.

Como argumenta De Vincenzi (2020):

El aula presencial supone un encuentro simultáneo del profesor y los estudiantes en un lugar determinado, siendo el tiempo y el espacio variables que delimitan. En

cambio, el aula virtual supone un encuentro en un espacio y tiempo extendido facilitado por tecnologías digitales.

En el escenario de la pandemia, la educación universitaria tuvo el reto de reconfigurar modos de involucrar elementos tecnológicos a los procesos de aprendizaje desarrollando nuevas formas de impartir su cátedra para la configuración y diseño de clases asincrónicas, y con esto no afectar la continuidad del fortalecimiento de competencias de los alumnos.

A este asunto se le añade los problemas de conectividad que acaecían previo a la pandemia, según el DANE (2021), para el 2018 la cobertura del servicio de internet en las viviendas de Norte de Santander representaba un 28, 5% de la población, lo cual indica que pudiera ser un obstáculo para el implemento de herramientas tecnológicas en la aplicación de la educación universitaria.

No obstante, datos proporcionados por el Ministerio de las Tecnologías de la Información y Comunicaciones dejan ver que en el inicio de la pandemia en Colombia existió un aumento del 56,5 % en el acceso a internet en los hogares y el mayor uso de este servicio (84, 1%) se encontró en el intervalo de edad de 12 a 24 años; debido a la nueva modalidad ejercida a través de la virtualidad académica esta población vio la necesidad de incrementar el uso de aparatos tecnológicos.

En este sentido, se considera la conceptualización de los Nativos Digitales Prensky (2001), entendidos como poseedores de capacidades diferentes en razón a lo que configuró el involucramiento de nuevos tipos de comunicaciones y transformaciones mediados por la tecnología; paradigma acentuado por la llegada de la pandemia, en la que los estudiantes pudieron potenciar su familiaridad con el empleo de las Tecnologías de la Información y la

Comunicación (TIC), en la medida ajustada a las oportunidades respectivas de su entorno, teniendo en cuenta los datos proporcionados anteriormente.

Las universidades fueron testigos del paulatino desarrollo de habilidades digitales evidenciadas en los jóvenes pertenecientes a sus programas, en este sentido conlleva la generación de otras formas de competencias extra académicas, ya que la cuarentena ocasionó que docentes y estudiantes vieran la obligación de incluir elementos digitales en una manera nueva de aprendizaje, generando así ventajas antes no planteadas que comenzaron a cobrar una mayor utilidad en la postpandemia (Suparman, Kumar, Osman, 2023).

Con lo anterior, este proyecto se plantea la siguiente pregunta:

¿Cómo visibilizar los efectos postpandemia en los jóvenes universitarios de Cúcuta a través del podcast?

3. Capítulo II Marco de Teórico

3.1. . Antecedentes

La revisión de antecedentes internacionales, nacionales y locales, es crucial, ya que proporcionará el contexto necesario para entender el estado actual del conocimiento y las áreas de estudio que ayudarán a identificar vacíos de investigación, también asegurando que se encuentren bien fundamentados y contextualizados, los temas que se abordarán en este trabajo de grado.

3.1.1. Internacional

Un análisis de antecedentes internacionales, permite observar desde una perspectiva global, los temas de relevancia que se encuentran en el trabajo, permitiendo comparar y contrastar cómo se ha abordado el problema en diferentes regiones y culturas, ofreciendo una amplia visión y perspectiva sobre las tendencias y enfoques que se han tomado en este contexto.

En una investigación de Deysi Muñoz, del 2022 titulada Los gustos y preferencias en el consumo de streaming de video en un contexto postpandemia del COVID-19 en jóvenes universitarios de Lima metropolitana, buscaba identificar las características de las formas y prácticas que esta población realiza al acceder a los contenidos online, a su vez de indagar en las gratificaciones y beneficios obtenidos.

Como metodología se utilizó un diseño transversal con enfoque cuantitativo y la utilización de encuestas, entre los resultados se encontró que el entretenimiento personal es la motivación principal para búsqueda de streaming, teniendo como hallazgo que las mujeres presentan un mayor consumo de este contenido. Dentro de las conclusiones se señala un aumento en el consumo de videos en directo durante la pandemia, lo que termina planteando una discusión sobre los impactos negativos que se podrían generar para los universitarios.

Otro estudio, denominado “Los edupodcast” en la educación universitaria por José Férrez, publicado en el 2022 de la Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil, tuvo como objetivo fundamentar el uso del podcast dentro de las dinámicas planteadas de las clases universitarias durante la pandemia teniendo un alcance exploratorio, en el que parte con un enfoque mixto y un muestreo de no probabilidad, para esto se llevaron a cabo encuestas, entrevistas e investigación documental.

Los resultados muestran una disposición de los jóvenes para aprender con nuevas herramientas como el podcast, en lo que se plantea la necesidad de crear paradigmas en el proceso enseñanza–aprendizaje adaptado a los menesteres de la población universitaria. La conclusión obtenida se resalta a partir de la importancia del podcast como herramienta que contribuye a la generación de conocimientos.

En un artículo del 2021 publicado por Lucía Casajús, Noelia Giorgi, y Mario Giorgi para la Revista de Estudios Em Mídia Sonora, titulado: “El trabajo de la Radio Universitaria en la pandemia: La experiencia de Radio UNDAV”, se indaga sobre las acciones puestas en marcha en los entornos universitarios a través de la implementación de procesos que fortalecieron la comunicación en el contexto de la pandemia.

La discusión planteada parte sobre el papel que ejerció la radio como formato comunicativo en los espacios académicos para cumplir funciones educativas, sociales y de integración frente a las limitaciones derivadas del aislamiento social. Dentro de las conclusiones se encuentra la importancia que tuvo la convergencia digital, las redes sociales y el acceso a internet como herramientas para la continuidad de los procesos comunicativos.

El proyecto que precede tiene como premisa la creación de un podcast que se centra en explorar la influencia de la popular red social Instagram en el grupo demográfico de jóvenes de

entre 18 y 22 años. El objetivo fundamental de este proyecto es transmitir información relevante y atractiva a través de este medio de comunicación, con un enfoque dirigido hacia los oyentes que pertenecen a dicho grupo etario. Además, se busca llegar a la comunidad de la Universidad Monteávila en su conjunto. La finalidad de esta iniciativa es generar conciencia acerca de los aspectos tanto positivos como negativos relacionados con Instagram y promover su uso responsable y consciente.

3.1.2. Nacional

La inclusión de antecedentes nacionales, es esencial, ya que ayuda a comprender como se ha tratado el problema dentro de nuestro contexto social. Estos antecedentes proporcionan una visión más detallada de las investigaciones realizadas a nivel nacional, identificando particularidades culturales, sociales y económicas que influyen en el tema de estudio aquí establecido.

En una investigación llamada “Tecnologías digitales en educación: ¿ruptura o resignificación?: Experiencias de enseñanza y aprendizaje mediadas por tecnologías en una universidad privada de Bogotá”, desarrollada por Ángela Patricia Cipagauta Esquivel en el 2021 para la Universidad Nacional, partía con el propósito de analizar las formas en que las nuevas herramientas digitales han comenzado a considerarse como fuentes de información para el uso académico.

Este trabajo se realizó bajo un enfoque etnográfico usando el estudio de caso, grupos focales y entrevistas semiestructuradas. Dentro de los resultados se identificaron propuestas de transformación frente la problematización hallada en las interacciones de saberes y la intervención tecnológica existente en entornos universitarios, dejando como conclusiones los cambios de rol docentes/alumnos, y la valoración dada a las herramientas digitales como respuesta a los desafíos educativos contemporáneos.

Anamaria Rodríguez, en un estudio titulado “El consumo del podcast en Colombia: ¿ilusión o realidad?”, publicado por la Pontificia Universidad Javeriana en el 2021, tenía el objetivo de evaluar si el formato del podcast es consumido significativamente en el país, bajo un enfoque mixto de tipo descriptivo haciendo uso de entrevistas, grupos focales e indagación mediante el estado del arte.

La discusión gira entorno del aumento en el consumo del podcast y qué gratificaciones derivan de esta búsqueda, hallazgos a través de investigaciones internacionales sobre el crecimiento del público para este formato, y concluyendo que en Colombia estos contenidos tendrán mayor relevancia paulatinamente.

En la investigación “Estilo y sentido de vida de estudiantes universitarios tras confinamiento por Covid-19”, realizada por Natalia Machado y Natalia Fajardo en el 2023 para la Pontificia Universidad Javeriana, se pretende indagar las afectaciones a los modos y prácticas de jóvenes universitarios, con un enfoque cualitativo y descriptivo en el que se hace uso del diseño de un estudio de caso múltiple a través de entrevistas semiestructuradas.

Los resultados encontrados se demuestran por medio del análisis a las entrevistas realizadas y dando razón al cambio de paradigma que representó el confinamiento del Covid-19 para el estilo de vida de los participantes, además de producir en ellos situaciones de vulnerabilidad y necesidad de replantear sus objetivos personales.

En el artículo titulado “El podcast como herramienta comunicativa digital en la educación universitaria”, elaborado por Juan Uribe y publicado en el 2020 por la Universidad Cooperativa de Colombia, se comprobó la apropiación que ha comenzado a tener el formato del podcast como medio para mejorar los procesos de aprendizaje en los entornos académicos.

El trabajo realizado tuvo el objetivo de determinar los factores que influyen en la consideración del podcast como herramienta educativa, lo que se lleva a cabo por la modalidad de análisis sistemático de literatura a través bitácoras de revisión y búsqueda documental, instalando la discusión sobre la importancia de implementar instrumentos tecnológicos, pero moderando su protagonismo como herramienta pedagógica.

Ramírez y Devenisch, en la investigación “Fortalecimiento de las competencias lectoras mediante el uso educativo del podcast como herramienta didáctica en los estudiantes de la media vocacional”, publicada por la Universidad de la Costa en el 2021, se parte con el propósito de determinar en qué medida el podcast puede fortalecer habilidades propias de los escenarios académicos.

Se desarrolló bajo un enfoque mixto descriptivo y explicativo en el que se generaron grupos focales observación participativa y una matriz de revisión documental. Los hallazgos encontrados demostraron la utilidad del podcast y una mejora en las capacidades de los estudiantes, dejando como punto de análisis el implemento de nuevas tecnologías en los entornos educativos, ya que son una motivación para los jóvenes según se ajusta a nuevas formas para la apropiación del aprendizaje.

3.1.3. Locales

Considerar antecedentes locales es fundamental, estos antecedentes proporcionan una visión detallada y precisa de cómo el problema de esta investigación, se manifiesta y es percibido en el entorno inmediato, considerando más a fondo, factores culturales, económicos y sociales correspondientes a temas como el pódcast usado como herramienta y demás temas de relevancia con el presente trabajo de grado.

Zambrano, Vivas, y Carranza a través del proyecto “El podcast radial como herramienta de empoderamiento comunicativo en el grupo juvenil renovación 21 de la iglesia centro cristiano Ureña”, publicado por la Universidad de Pamplona en el 2021, se pretendió empoderar a los jóvenes de *Renovación 21* de la Iglesia Centro Cristiano Ureña a través de la educación mediática para la producción de un seriado podcast, donde reflejaran sus realidades e intereses mediante una investigación de Acción Participativa.

La discusión surge por la formación de espacios para que los jóvenes construyan narraciones y conceptos participando en nuevos formatos que evidencien formas alternativas de expresión. El trabajo realizado pudo evidenciar un fortalecimiento de las habilidades radiofónicas en los jóvenes, enfatizando al podcast como una herramienta que ofrece flexibilidad y cercanía sobre las problemáticas que se abordan.

En la investigación “Desafíos de los estudiantes de educación superior en tiempos de pandemia: de la presencialidad a la virtualidad” desarrollada por Lorena González en 2021 para la Universidad de Pamplona, se analizó los desafíos que han tenido los estudiantes de Licenciatura en Educación Infantil en tiempos de pandemia, a partir de la transformación que implicó el paso de la presencialidad a la virtualidad en su proceso educativo.

El proyecto se desarrolló bajo un enfoque cualitativo de tipo descriptivo aplicando la observación de campo, entrevistas semiestructuradas, grupo focal e historias de vida. Las conclusiones planteadas giran en torno a los impactos generados en estudiantes de educación superior por el cambio de modalidad virtual debido a las exigencias de la pandemia.

Balcarcel Quintero, L.A. Carrillo Mariño., J.T. (2021). Hablan de la salud mental de la población ha sido un tema de preocupación creciente a nivel global, particularmente en el contexto de la pandemia de COVID-19, que comenzó en 2019. Las medidas de aislamiento social y cuarentena implementadas en todo el mundo como parte de las estrategias de bioseguridad para contener la propagación del virus han tenido un impacto significativo en el bienestar emocional de las personas. Aunque estas medidas se han aplicado para salvaguardar la vida de la población, no se puede ignorar que han dado lugar a desafíos de salud mental.

El análisis de estas investigaciones proporcionará una visión integral de las repercusiones psicológicas de la pandemia y contribuirá a la comprensión de las implicaciones a largo plazo para la salud mental de la población. La información recopilada en este estudio servirá de base para formular estrategias de intervención y apoyo, para abordar los desafíos en la salud mental y promover el bienestar en tiempos de crisis como la actual.

3.2. Bases teóricas

3.2.1. *El Determinismo Tecnológico*

Desde las diferentes dimensiones que se han configurado en la actualidad, la tecnología ha ejercido un protagonismo paulatino en el desarrollo de los procesos convencionales que involucran a las personas como actores influenciados por los componentes encontrados en sus entornos. Marshall McLuhan fue un filósofo que plasmó en sus estudios el papel de la tecnología como mediador de los cambios de paradigma encontrados en la sociedad.

Según Argandoña:

En la conceptualización determinista la tecnología representa un conjunto de extensiones de las capacidades humanas que conllevan nuevos niveles de experiencia, el medio (tecnología de comunicación) expresa su significado a partir de la influencia generada por el mismo en los puntos particulares de su participación en la referencia social del ser humano, lo que permite superar limitaciones físicas, sensoriales y cognoscitivas para gestionar la realidad de manera óptima y de acuerdo con las necesidades (Argandoña, 2023).

El impacto generado por la tecnología es encontrado a partir de los cambios generados en las facultades intelectuales, sociales y emocionales del ser, más allá de la mejora en la búsqueda de la sofisticación de las gratificaciones humanas. “Esto significa simplemente que las consecuencias individuales y sociales de cualquier medio, es decir, de cualquiera de nuestras extensiones, resultan de la nueva escala que introduce en nuestros asuntos cualquier extensión o tecnología nueva” (McLuhan, 1964, p. 29).

No se trata de comprender el impacto de la tecnología a través de la practicidad que produce dentro de las actividades humanas, para ese sentido se ajusta una definición moderada a los escenarios instrumentales. Sin embargo, los medios electrónicos han configurado nuevos

paradigmas sobre conceptos establecidos en el actuar de los individuos: las nociones sobre el tiempo, el espacio, la comunicación y las interrelaciones adquieren nuevos significados a medida que encuentran formas diferentes para su expresión.

Desde el punto de vista de Berrío (2005) “no se pueden entender los cambios sociales si no se tienen en cuenta los cambios de ambiente que han producido los medios de comunicación”; en la medida del mejoramiento gradual de las capacidades humanas proporcionadas por la integración de la tecnología a sus actividades, se adquieren sentidos dinámicos en los que se sitúan nuevos lenguajes, patrones de comportamiento, modos de conocer, interpretar e involucrarse con la realidad del entorno.

Es por ello, que McLuhan es reconocido por el aforismo “el medio es el mensaje”, el cual obedece al título del primer capítulo de su libro: “Comprender los medios de comunicación: las extensiones del ser humano”, publicado en 1964. A partir de la discusión planteada por este autor se pretendió encontrar la relación entre el contenido de una fuente y los medios por los que se difundió.

Como expresa Argandoña (2023), “el aforismo alude precisamente a la forma determinante en que el medio expresa su mensaje a partir de sus características y dinámicas inherentes”. En este sentido, se entiende que los contenidos se adaptan a los condicionantes de las herramientas tecnológicas utilizadas como canales para su transmisión. Es por esto que McLuhan teoriza sobre cómo los medios empleados en cada contexto histórico implican una manera particular de relacionarse con los demás y consigo mismo, puesto que para este autor la tecnología se considera una extensión de la conciencia humana.

El vínculo entre un mensaje y un medio no solo se entiende por su orden textual y formato práctico respectivamente, sino por su capacidad de reflejar constructos sociales

preestablecidos en el entorno en el que son dados, además de ofrecer oportunidades de variaciones dentro del mismo proceso, “el significado o mensaje no es la máquina sino lo que se hace con ella” (McLuhan, 1964, p. 29).

Por otro lado, existen dos distinciones sobre la naturaleza de los medios en el Determinismo Tecnológico, en el que se consideran los medios calientes, los cuales se definen como portadores de alta información y que no generan un esfuerzo para la comprensión de los mensajes dados, la radio, la fotografía, el streaming hacen parte de ellos. Los medios fríos exigen una participación de los receptores para el entendimiento de los mensajes que proporcionan, como las historietas, los libros, y el discurso. Prensky, Hilki

3.2.2. *Interaccionismo Simbólico*

Desde las diferentes definiciones que han existido a lo largo de la historia de la comunicación a partir del siglo XX, se encuentra el Interaccionismo Simbólico, presentado por la Escuela de Chicago como un punto aparte del enfoque instrumental de las relaciones interpersonales, en el que el análisis de la sociedad tiene como punto de partida las interacciones entre sujetos. La comunicación es estudiada como un proceso prolongado e integrado, que no puede ser entendida si se omite el contexto en el que tiene lugar (Rizo, 2004).

El comportamiento social se dimensiona por significados subjetivos que surgen en las prácticas cotidianas, que se demuestran constantemente como fenómenos adheridos a discursos, costumbres, convencionalidades y valores. A su vez, los significados son hallados dentro de los escenarios en los que convergen las personas:

Los humanos actúan respecto a las cosas sobre la base de las significaciones que estas cosas tienen para ellos, o lo que es lo mismo, la gente actúa sobre la base del significado que atribuye a los objetos y situaciones que le rodean (Blumer, 1968, citado por Rizo, 2004, p. 3).

En este sentido, la comunicación no se reduce a intercambios de información dados en estructuras estáticas, sino que refiere a un proceso dinámico en el que los actores se involucran en su entorno inmediato, asignando interpretaciones de los elementos con los que interactúan y condicionan su experiencia; las significaciones surgen a partir de las representaciones de los sujetos con relación a las cosas que encuentran y modifican en el mismo proceso (Rizo, 2004).

Teniendo en cuenta a Longo y Benvenga (2021, p. 6) “la interacción es por tanto un proceso en el que los actores negocian el significado que atribuyen a la situación social, al margen de este proceso interpretativo la realidad social carecería de sentido para los actores que participan en ella”. Por esto, el contexto de un individuo está sujeto a su capacidad de acepción, ya que el entendimiento de los acontecimientos se refleja en los comportamientos evidenciados.

Las particularidades existentes en cada contexto social obedecen a la intervención de los participantes mediada por el actuar y el conjunto de sus interpretaciones, además de la construcción de simbologías. En palabras de Piñeros (2021, p. 5),

“Desde esta perspectiva, el significado se propone como un efecto secundario de la interacción, por lo cual los sujetos comprenden el mundo a través de la confrontación de realidades que confluyen en una modificación propia de la existencia, considerando que las diferentes culturas desarrollan procesos de aprendizaje que están ligados a las realidades y particularidades del contexto”.

El Interaccionismo simbólico considera como base de las estructuras sociales el comportamiento humano, en el existe una relación dinámica de los acontecimientos y sus interpretaciones. Los individuos edifican una realidad de acuerdo con los escenarios en los que se sitúan y las interacciones que generan con otros actores involucrados.

Dentro de los conceptos establecidos a partir del Interaccionismo Simbólico se encuentra el *Self*, paradigma definido como el conjunto de actitudes reflexivas que establecen formas y patrones de comportamiento moldeados por las condiciones del entorno. (Rizo, 2004).

3.2.3. *El podcast*

El podcast surge como un medio de comunicación dinámico y accesible, experimentando un auge significativo en la última década. Este fenómeno ha sido respaldado por teorías que destacan su versatilidad, interactividad y capacidad para llegar a audiencias específicas. Investigadores como Jenkins (2006) han señalado la importancia de nuevas formas de narración y la participación del público en la era de la convergencia mediática.

La teoría de la narrativa, presentada por Murray (1997), proporciona un marco para comprender el podcast, como forma de comunicación digital, puede aprovechar la narrativa y el storytelling para transmitir experiencias de manera efectiva. Además, la teoría de la interactividad de McMillan y Hwang (2002) subraya la capacidad del podcast para involucrar a la audiencia de manera activa, creando así una conexión más significativa.

Teóricos como Castells (2009) y Habermas (1989) ofrecen perspectivas sobre la transformación de la comunicación en contextos de crisis. La postpandemia ha reconfigurado las dinámicas sociales y ha generado la necesidad de adaptación en la forma en que nos comunicamos. La teoría de la sociedad en red de Castells resulta relevante al examinar cómo las tecnologías de la información han modificado las interacciones sociales.

Teóricos como Arnett (2000) y Erikson (1968) proporcionan marcos teóricos para entender el desarrollo de los jóvenes adultos y sus reacciones ante eventos significativos. La postpandemia ha afectado la educación superior, la salud mental y las perspectivas de carrera de los jóvenes universitarios, aspectos que pueden analizarse a través de la lente de estas teorías.

La teoría de la comunicación participativa (Couldry, 2008) y la teoría del empoderamiento mediático (Servaes, 2008) son fundamentales al explorar cómo el podcast puede proporcionar una plataforma para que los jóvenes universitarios compartan sus experiencias y perspectivas en la postpandemia. Estas teorías resaltan la importancia de dar voz a los individuos y comunidades marginadas.

4. Capítulo III Propuesta de Producción

4.1. Presentación de la propuesta

La creación de un podcast se presenta como una forma alternativa de expresión en la cual los participantes pueden ajustar sus discursos en un lenguaje de fácil comprensión del público en general de acuerdo con la practicidad inherente del mismo. Se parte con la idea de que este tipo de formatos evidencia una flexibilidad frente a los contextos en los que se produce, considerándose de esta manera apropiado para visibilizar los efectos de la pandemia en los jóvenes universitarios de Cúcuta.

La realización del proyecto estableció la producción de ocho capítulos seriados en los que se dio a conocer (discutiránx) lo que representó la llegada de la pandemia en los jóvenes universitarios, y posteriormente la prolongación de los cambios en el paradigma de las relaciones interpersonales y el uso de tecnologías, puesto que:

“La vida en línea constituye un espacio social de reconfiguración del tejido social. En él confluyen grupos etarios diversos con fronteras que cada día son más estrechas [...] ligadas al propio cambio social del Internet y al desarrollo cada vez más rápido de habilidades digitales en toda la población” (Castañeda-Camey, Correa, Cervantes, 2022, p. 7).

La producción de cada capítulo será destinada a profundizar las particularidades encontradas en las diferentes dimensiones de los impactos generados a partir del 2020 y que se han evidenciado en la postpandemia, debido a que el confinamiento por el Covid-19 y la digitalización en la rutina diaria de los jóvenes modificó comportamientos y modos de pensar condicionados por la incertidumbre del contexto (Olmedo-Neri, 2023), conociendo de esta forma cómo subjetivamente perciben su realidad.

4.2. Objetivos

4.2.1. *Objetivo general*

Producir un seriado de podcast como herramienta alternativa para visibilizar las afectaciones postpandemia que enfrentaron los jóvenes cucuteños con sus círculos cercanos de la Universidad de Pamplona pertenecientes al programa de Comunicación Social; con el fin de concientizar la comunidad se abordaran los temas:

- 1) Generación de habilidades
- 2) Dificultades en la virtualidad
- 3) Formas de innovación personal y adaptabilidad
- 4) Generación de incertidumbre
- 5) Bienestar y formas de enfrentar los cambios generados por la pandemia
- 6) Problemáticas generadas por nuevos retos derivados de los cambios de la pandemia
- 7) Escenarios de comunicación afectados por la pandemia
- 8) Nuevas formas de comunicación

4.2.2. *Objetivos específicos*

1. Documentar las experiencias y desafíos específicos que han vivido los jóvenes cucuteños de la Universidad de Pamplona de Comunicación Social, durante la pandemia y en su período postpandemia.

2. Producir una serie de 9 episodios de podcast, que aborden de manera integral las diversas dimensiones de las afectaciones postpandemia en los jóvenes cucuteños, incluyendo aspectos emocionales, sociales, educativos y de salud.

3. Promover la difusión amplia de los episodios de podcast en plataformas accesibles y a través de medios locales, para llegar a un público diverso y generar conciencia sobre las cuestiones postpandemia que afectan a la juventud en Cúcuta.

4.3. Público objetivo

Los temas tratados en la producción del seriado de podcast tendrán como público objetivo a la cifra actual de estudiantes del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona, que comprenden entre las edades de 18 a 27 años, los cuales poseen un nivel de educación secundaria completa y actualmente se encuentran en un proceso académico para una preparación profesional.

La muestra destinada a la participación en el trabajo investigativo serán los estudiantes de noveno semestre del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona, selección que es entendida de acuerdo a la cronología del contexto durante y después de la pandemia, puesto que en este sentido el desarrollo de las narrativas creadas a partir del seriado de podcast pueden establecer cercanía y un mayor entendimiento de los relatos contruidos a través de la experiencia vivida por los jóvenes seleccionados.

4.4. Cronograma de producción

Cronograma

Fase I – Preproducción				
Objetivo	Método	Descripción	Fechas	Responsable
Recolección bibliográfica.	Análisis documental	Durante la construcción del anteproyecto se	2023 – 2	Maryuri Vasquez, Darwin Correa
Investigación de antecedentes.	Análisis documental	iniciaron trabajos respecto a la recolección de	2023 – 2	Maryuri Vasquez, Darwin Correa
Selección meticulosa de temas a abordar.	Clasificación de información	material bibliográfico, delimitación del	2023 – 2	Maryuri Vasquez, Darwin Correa
Selección de instrumentos de recolección de datos		tema a investigar, establecer las variables de estudio, búsqueda de antecedentes y presentación de modelos para la producción del seriado de Podcast.	2023 – 2	

Consolidación de anteproyecto.	Socialización del anteproyecto	Presentación de la estructura del anteproyecto generado.	2023 – 2	Maryuri Vásquez, Darwin Correa
Elaboración de guiones técnicos.	Redacción	Se crearán los modelos para las estructuras de cada Podcast, en el que se establecerán los temas de cada capítulo y los diálogos a desarrollar.	04 – 14 de marzo del 2024	Maryuri Vásquez, Darwin Correa
Contacto con fuentes de información	Entrevistas a profundidad	Se hará un acercamiento con las personas escogidas para entrevistar en cada capítulo.	04– 14 de marzo del 2024	Maryuri Vásquez, Darwin Correa

Fase II – Producción				
Objetivo	Método	Descripción	Fechas	Responsable
Producción podcast 1 Introducción al seriado.	Recopilación de información a través de audio	Se establecerá el lugar de grabación, junto con esto se	10 – 12 Marzo 2024	Maryuri Vásquez, Darwin Correa
Producción podcast 2 Educación – Dificultades en la virtualidad.		buscarán los elementos técnicos necesarios para una producción con	14 – 16 Marzo 2024	Maryuri Vásquez, Darwin Correa
Producción podcast 3 Educación – Desarrollo de nuevas habilidades.		calidad. Se establecerán los días para la realización de entrevistas a los	18 – 20 Marzo 2024	Maryuri Vásquez, Darwin Correa
Producción podcast 4 Disposición personal - Formas de innovación personal y adaptabilidad.		invitados de acuerdo a la temática que corresponde a cada capítulo del seriado de podcast.	22 – 24 Marzo 2024	Maryuri Vásquez, Darwin Correa

Producción podcast 5 Disposición personal – incertidumbre.			26 – 28 Marzo 2024	Maryuri Vásquez, Darwin Correa
Producción podcast 6 Salud mental - Bienestar y formas de enfrentar los cambios generados por la pandemia.			Marzo 30 – 02 Abril 2024	Maryuri Vásquez, Darwin Correa
Producción podcast 7 Salud mental - Problemáticas generadas por nuevos retos derivados de los cambios de la pandemia.			04 – 06 Abril 2024	Maryuri Vasquez, Darwin Correa

Producción podcast 8 Cambios en la vida social - Escenarios de comunicación afectados por la pandemia.			08 – 10 Abril 2024	Maryuri Vasquez, Darwin Correa
Producción podcast 9 Cambios en la vida social – Nuevas formas de comunicación.			12 – 14 Abril 2024	Maryuri Vasquez, Darwin Correa

Fase III – Post producción				
Objetivo	Método	Descripción	Fechas	Responsable
Inicio en la edición de piezas auditivas	Edición de piezas	Recolección y agrupación de todo el material	15 Abril 2024	Maryuri Vasquez, Darwin Correa
Edición podcast 1 Introducción al seriado.		grabado, para la edición con efectos,	15 – 17 Abril 2024	Maryuri Vasquez, Darwin Correa

Edición podcast 2 Educación – Desarrollo de nuevas habilidades.		musicalización, acompañamiento, cabezote y cortinillas necesarias.	19 – 21 Abril 2024	Maryuri Vasquez, Darwin Correa
Producción podcast 3 Educación – Desarrollo de nuevas habilidades			23 – 25 Abril 2024	Maryuri Vasquez, Darwin Correa
Edición podcast 4 Disposición personal - Formas de innovación personal y adaptabilidad.			27 - 29 Abril 2024	Maryuri Vasquez, Darwin Correa
Edición podcast 5 Disposición personal – incertidumbre.			01– 03 Mayo 2024	Maryuri Vasquez, Darwin Correa

Edición podcast 6			05 – 07 Mayo 2024	Maryuri Vasquez, Darwin Correa
Salud mental - Bienestar y formas de enfrentar los cambios generados por la pandemia.				
Edición podcast 7			09 – 11 Mayo 2024	Maryuri Vasquez, Darwin Correa
Salud mental – Problemáticas generadas por nuevos retos derivados de los cambios de la pandemia.				
Edición podcast 8			13 - 15 Mayo 2024	Maryuri Vasquez, Darwin Correa
Cambios en la vida social - Escenarios de comunicación afectados por la pandemia.				

Edición podcast 9 Cambios en la vida social - Nuevas formas de comunicación.			17 – 19 Mayo 2024	Maryuri Vasquez, Darwin Correa
Difusión del seriado de Podcast en alguna emisora de la ciudad	Presentación final	Buscar emisoras para la difusión de la serie de crónicas radiales	27 - 29 Abril 2024	Maryuri Vasquez, Darwin Correa

4.5. Etapa de preproducción

4.5.1. Selección de temas y fuentes a consultar por cada tema

Tabla 1 selección de temas

Tema		Fuentes
Educación	Generación de habilidades	Estudiantes
	Dificultades en la virtualidad	Estudiantes
Disposición personal	Formas de innovación personal y adaptabilidad	Estudiantes
	Generación de incertidumbre	Estudiantes
Salud mental	Bienestar y formas de enfrentar los cambios generados por la pandemia	Estudiante, Psicólogo
	Problemáticas generadas por nuevos retos derivados de los cambios de la pandemia	Estudiante, Psicólogo
Cambios en la vida social	Escenarios de comunicación afectados por la pandemia	Docente

	Nuevas formas de comunicación	Docente
--	----------------------------------	---------

4.5.2. *Diseño de las técnicas de investigación periodística*

4.5.2.1. *Enfoque metodológico*

Guerrero define el enfoque cualitativo como:

Un proceso metodológico que utiliza como herramientas a las palabras, textos, discursos, dibujos, gráficos e imágenes para comprender la vida social por medio de significados, desde una visión holística, es decir que trata de comprender el conjunto de cualidades que al relacionarse producen un fenómeno determinado. (2016, p. 2).

Las abstracciones derivadas de los efectos de la pandemia en los jóvenes universitarios de Cúcuta evidencian la necesidad de hacer uso de un enfoque para el entendimiento de las particularidades encontradas en la experiencia de los sujetos. La investigación cualitativa se destina a profundizar casos precisos y no a generalizar, su responsabilidad principal no es medir, sino cualificar y definir los problemas sociales a través de sus características determinantes (Guerrero, 2016).

A partir del acercamiento a las vivencias y narrativas de los sujetos se reflejarán sus disposiciones particulares entorno a los acontecimientos de la pandemia y lo sucedido posteriormente. Es así que el alcance cualitativo se establecerá por la comprensión del surgimiento o alteraciones de comportamientos, costumbres, relaciones interpersonales de los actores y su relación con la influencia de los fenómenos de su contexto.

Hernández, Fernández y Baptista, (2014, p. 17) sugieren que “la investigación cualitativa proporciona profundidad a los datos, dispersión, riqueza interpretativa, contextualización del ambiente o el entorno, detalles y experiencias”, lo que se consideran fundamentos para comprender las diferentes dimensiones de los comportamientos de los actores, junto a las

motivaciones que conllevan el desarrollo de nuevas actitudes o estructuras de pensamiento y su modo para asimilar el mundo exterior.

Comprender las situaciones, necesidades y cambios en las relaciones sociales configura un escenario generador de continuas variables puestas para el análisis, más que para su medición; por lo que el enfoque cualitativo resulta útil al ser la pandemia y sus efectos un fenómeno de interés. Al mencionar este estilo de investigación se tiene en cuenta recomendaciones de Guerrero (2016, p. 3):

Normalmente es escogido cuando se busca comprender la perspectiva de individuos o grupos de personas a los que se investigará, acerca de los sucesos que los rodean, ahondar en sus experiencias, opiniones, conociendo de esta forma cómo subjetivamente perciben su realidad.

4.5.2.2. Nivel de investigación

Teniendo en cuenta la eventualidad del objeto de estudio del proyecto planteado y sus puntos relativos que son inherentes al escenario particular dejado por la pandemia del año 2020, se establece el sentido exploratorio para la elaboración del contenido sonoro en el formato podcast y el desarrollo bibliográfico que se genere para la consecución de los resultados.

Según Sampieri, Fernández y Baptista (2014, p. 5), “los estudios exploratorios sirven para familiarizarse con fenómenos relativamente desconocidos, obtener información sobre la posibilidad de llevar a cabo una investigación más completa respecto a un contexto particular”, lo que indica que la realización del seriado de podcasts no parte con supuestos obtenidos sobre eventos que ofrecen descripciones concretas en su totalidad, sino que están sujetas a las interpretaciones de los actores involucrados y a la relación con su contexto.

Por medio del entendimiento de los comportamientos, actitudes, y gratificaciones derivadas de las situaciones del entorno se puede construir un conjunto de interpretaciones que

definen concretamente las implicaciones de los efectos de la pandemia; es decir, frente a un contexto que ofrece particularidades encontradas en cada experiencia individual de los actores se construye un panorama social, puesto que “los estudios exploratorios generalmente determinan tendencias, identifican áreas, ambientes, contextos y situaciones de estudio, relaciones potenciales entre variables” (Sampieri, Fernández, Baptista, 2014, p. 5).

4.5.2.3. *Diseño investigativo*

Los cambios que son producto de nuevas necesidades y exigencias del entorno reflejan escenarios cambiantes respecto a las delimitaciones de las facetas habituales de las perspectivas individuales, sociales y culturales pertenecientes a una cotidianidad asimilada.

La pandemia representó un escenario generador de disímiles niveles de experiencia dentro del colectivo de actores sociales; las situaciones de un contexto están adheridas a las interpretaciones de los sujetos, por lo que se considera el diseño de la fenomenología, el cual se presenta como “un enfoque metodológico que busca comprender y describir la experiencia humana tal como se presenta en la conciencia del individuo. Se centra en la exploración de los fenómenos como son vividos por las personas sin presuposiciones teóricas o preconcebidas” (Sampieri, 2023, p. 12).

La creación de realidades sociales a partir de los relatos contruidos por los actores posee la capacidad de generar una comprensión de los procesos mentales y emocionales que se despliegan según los condicionantes de un contexto específico, lo que conlleva un entendimiento de la estructuración de experiencias subjetivas, al mismo tiempo que se configuran significados y comportamientos referentes a un entorno.

Consecuentemente, lo anterior sugiere establecer un método que asimile la transversalidad de las experiencias de los sujetos, según Sampieri:

Se busca identificar patrones, temáticas y estructuras de significados emergentes en los relatos de los participantes. A través de un proceso de reflexión y reducción, se destilan las esencias y se elabora una descripción comprensiva y sistemática de la experiencia investigada (2023, p. 12).

4.5.2.4. Método

La entrevista se presenta como una herramienta para la recolección de testimonios de forma dinámica para la elaboración del seriado de podcasts, según Kvale

La entrevista es una conversación que tiene una estructura y un propósito determinados, por una parte: el entrevistador. Es una interacción profesional que va más allá del intercambio espontáneo de ideas como en la conversación cotidiana y se convierte en un acercamiento basado en el interrogatorio cuidadoso y la escucha. (2012, p. 8).

Por medio de cuestionarios semiestructurados se podrá analizar e interpretar los efectos causados por la pandemia en los jóvenes universitarios de Cúcuta. El relato construido a través del diálogo refleja realidades desde las experiencias de los entrevistados, proceso determinado por los matices proporcionados por las perspectivas de cada actor y sus necesidades o gratificaciones según los cambios provocados en la normalidad por el confinamiento.

El tipo de entrevista seleccionada está destinada para recolectar información con la que se podrá determinar niveles de efectos evidenciados en la postpandemia, con los cuales de acuerdo la producción del seriado de podcasts se establecerá un orden narrativo y una cronología construida a partir de las intervenciones de los diferentes entrevistados y el entrelazamiento que exista entre ellas.

4.5.3. *Diseño*

El desarrollo del seriado de pódcast planteado será de tipo informativo y documental en el que, bajo la investigación de antecedentes, bibliografía, y el aporte encontrado a través de las diferentes fuentes buscadas, se establecerá un panorama exploratorio de los efectos derivados del confinamiento del año 2020 y que se prolongaron en la postpandemia.

El diseño de los capítulos será de entrevistas acordes a las ocho temáticas planificadas, se contará con perspectivas de jóvenes, estudiantes, docentes y profesionales relacionados con la comunicación, que, mediante sus discursos, darán un complemento a los guiones generados en la preproducción.

4.5.4. Guion (es) requeridos para la producción.

Tabla 1 Capítulo 1

Capítulo 1	
Nombre	Conociendo nuestro podcast.
Duración	8:22min.
Locutor 1	Darwin Correa - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Locutor 2	Maryuri Vasquez - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta

Control	CONTENIDO	Audio	Tiempo Aproximado
Cabezote	A continuación, escucharás un pódcast realizado por estudiantes de comunicación social, ampliación Cúcuta de la Universidad de Pamplona.	Música ambiente Lofi	9seg
Sube música		Música ambiente Lofi	6 seg
Baja música			
Cortinilla de entrada	Atención que el ministerio, acaba de confirmar el primer caso de coronavirus en Colombia. “Sonido de alerta”		6 seg

	Sonido de alerta	Sonido de alerta	3 seg
	El 6 de marzo de 2020, llegó la terrible noticia de que estaríamos confinados por completo en Colombia. Ese día, nuestras vidas cambiarían de manera drástica y repentina.	Música ambiente Lofi	10 seg
	Sonido de interferencia		2 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Nombre del capítulo	Capítulo 1, conociendo nuestro pódcast.	Música ambiente Lofi	1 seg
Introducción Locutor 1- Darwin Correa	- ¡Bienvenidos a "Estudiantes Unipamplona, relatos postpandemia" En este primer episodio, conoceremos los temas que se abordaran en los próximos capítulos.	Música ambiente Lofi	9 seg
Locutor 1- Darwin Correa	¡Vamos a ponernos cómodos para escuchar sobre la vida postpandemia de los	Música ambiente Lofi	8 seg

	jóvenes! Aquí, en nuestro podcast, soy Darwin Correa.		
Locutor 2- Maryuri Vasquez	y Maryuri Vásquez, te guiaremos a través de las experiencias de los estudiantes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta, ¡así que prepárate escuchar estos relatos!	Música ambiente Lofi	11 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Darwin, cuéntanos un poco de cómo es el contexto en donde nos encontramos	Música ambiente Lofi	4 seg
Contextualización Locutor 1- Darwin Correa	Estamos en Cúcuta, una ciudad en la frontera de Colombia con Venezuela que alberga una vibrante comunidad universitaria. Con una población joven en constante crecimiento, esta ciudad enfrenta desafíos únicos. Muchos estudiantes universitarios se esfuerzan por sobrevivir y prosperar en este entorno dinámico. Sin embargo, la pandemia ha dejado experiencias en sus vidas.	Música ambiente Lofi	26 seg

Pisador	Estás escuchando estudiantes Unipamplona relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Entre el cambio a la educación en línea, la incertidumbre económica y los desafíos emocionales, los jóvenes de Cúcuta se enfrentan a una realidad compleja y desafiante.	Música ambiente Lofi	10 seg
Importancia del podcast Locutor 2- Maryuri Vasquez	Nuestro podcast no solo es entretenimiento, ¡es una herramienta para generar conciencia y acción! Queremos compartir historias reales y perspectivas expertas para catalizar el cambio y destacar cómo la vida de los universitarios ha cambiado en esta era postpandemia.	Música ambiente Lofi	18 seg
Contenido de los episodios Locutor 1- Darwin Correa	Así que, en los próximos episodios, profundizaremos en temas como la salud mental, el acceso a la educación, el empleo y las oportunidades de crecimiento personal.	Música ambiente Lofi	12 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Hablaremos de la educación. En la vida universitaria, estamos constantemente aprendiendo y desarrollando habilidades en nuestras áreas de estudio. Es como un viaje de	Música ambiente Lofi	34 seg

	autodescubrimiento y crecimiento personal. Pero claro, no todo es fácil. Cuando pasamos a las clases en línea, nos topamos con una serie de obstáculos. Desde la falta de interacción con los profesores hasta la dificultad para organizarnos y mantener la concentración en casa, los estudiantes nos vimos enfrentados a nuevos desafíos.		
Pisador	Estás escuchando estudiantes Unipamplona relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Ahora, profundicemos un poco más en las dificultades durante las clases virtuales. Imagina tener que estudiar para un examen importante sin la posibilidad de hacer preguntas en persona o discutir ideas con tus compañeros en el aula de clase. ¿Es todo un desafío, cierto?; Además, muchos de nosotros tuvimos problemas con la tecnología, como conexiones de internet lentas o dispositivos que no trabajaban muy bien. La virtualidad nos trajo una serie de retos que no habíamos experimentado antes.	Música ambiente Lofi	1min 3 seg

	Pero no todo es negativo. Durante este tiempo, los estudiantes universitarios también aprendimos a ser más autónomos y a buscar soluciones por nuestra cuenta. Algunos descubrimos nuevas formas de estudiar, como utilizar herramientas en línea o crear grupos de estudio virtuales. Así que, a pesar de los desafíos que enfrentamos, la virtualidad también nos enseñó a ser más creativos y adaptables en nuestras formas de aprender y enfrentar los retos académicos		
Pisador	Estás escuchando estudiantes Unipamplona relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Después de esto, vamos a hablar sobre cómo nos sentimos y cómo nos adaptamos a los cambios, explorando idea de crecimiento personal y en nuestras carreras en momentos de cambio. También hablaremos sobre formas para ser más innovadores en nuestra vida personal, desarrollando habilidades para resolver problemas y ser más creativos.	Música ambiente Lofi	43 seg

	Claro, sin dejar a un lado, toda esta situación de incertidumbre que ha afectado a los estudiantes universitarios. Hablaremos sobre cómo se sienten inseguros en términos de trabajo futuro, cómo planifican sus estudios y cómo se sienten emocionalmente, algo tan importante en la actualidad.		
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Tan importante que escucharemos relatos relacionados a la Salud mental. desde el bienestar y formas de enfrentar los cambios generados por la pandemia, hasta la importancia de cuidar tanto el aspecto físico como el emocional. Vamos a hablar sobre estrategias prácticas para lidiar con los cambios que ha traído la pandemia, como mantener una rutina diaria, probar técnicas para reducir el estrés como la meditación y la respiración consciente, y seguir conectados con amigos y familiares de forma virtual. vamos a ver los problemas que han surgido debido a los nuevos desafíos	Música ambiente Lofi	49 seg

	provocados por la pandemia. Como por ejemplo, en la Universidad, los estudiantes tuvieron que adaptarse al aprendizaje en línea, a la falta de interacción social y apoyo académico.		
Pisador	Estás escuchando estudiantes Unipamplona relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Y bueno este tema que vamos a abarcar al final no es el menos importante y se trata de los cambios en la vida social que han permitido que nuevas formas de comunicación surgieran durante la pandemia, las cuales han sido muchas y nos han demostrado ser fundamentales para mantener la conexión, como la Videoconferencias, transmisiones en vivo, entre otras. Por otro lado, los escenarios de comunicación afectados por la pandemia han hecho que los cambios en la vida social sean muy notables. La imposibilidad de reunirse en persona ha llevado a un aumento en el uso de	Música ambiente Lofi	46 seg

	plataformas de comunicación en línea como Zoom, Skype y redes sociales para mantener la conexión con amigos y familiares.		
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Aunque la comunicación virtual no siempre puede replicar la experiencia de interacción que se tiene cara a cara.	Música ambiente Lofi	06 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Estoy totalmente de acuerdo Maryuri y por esto Contaremos con la participación de expertos y lo más importante, los propios jóvenes universitarios, quienes compartirán sus experiencias y como han llevado estos cambios. Muchos universitarios se vieron en la obligación de vivir la mayoría de su carrera de manera virtual, pasando por materias prácticas, en donde no tuvieron forma de realizarlo de la manera como era debido. De hecho, muchos de estos estudiantes desertaron, porque no contaban con las herramientas necesarias, para afrontar las clases de forma virtual. Algunos hasta se vieron obligados a regresar a sus casas en pueblos lejanos, donde contaban con poco o nulo acceso	Música ambiente Lofi	52 Seg

	a internet, algo que era primordial para entrar a las clases.		
Pisador	Estás escuchando estudiantes Unipamplona relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Cierre Locutor 2- Maryuri Vasquez	Bueno, Gracias por unirme a nosotros. No te pierdas los próximos episodios, donde continuaremos escuchando cómo la postpandemia ha transformado la vida de los jóvenes de la Universidad de pamplona en Cúcuta a través de sus relatos.	Música ambiente Lofi	15 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Si te ha gustado este episodio, no te puedes perder el siguiente, donde el primer relato nos hará pensar sobre los cambios en la educación y como se pudo generar habilidades luego de todo esto. Solo aquí	Música ambiente Lofi	16 seg
Cortinilla de salida	“Estudiante Unipamplona: Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	4 seg

Tabla 2 Capítulo 2

Capítulo 2	
Nombre	Generación de habilidades.
Duración	10:22min
Locutor 1	Darwin Correa - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Locutor 2	Maryuri Vasquez - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Invitado	Manuel Laguado – Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Invitado	Julian Gutierrez – Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta

Control	CONTENIDO	Audio	Tiempo
Cabezote	A continuación, escucharás un podcast realizado por estudiantes de comunicación social, ampliación Cúcuta de la Universidad de Pamplona.	Música ambiente Lofi	9seg
Sube música		Música ambiente Lofi	6 seg
Baja música			

Cortinilla de entrada	Atención que el ministerio, acaba de confirmar el primer caso de coronavirus en Colombia.		6 seg
	Sonido de alerta	Sonido de alerta	3 seg
	El 6 de marzo de 2020, llegó la terrible noticia de que estaríamos confinados por completo en Colombia. Ese día, nuestras vidas cambiarían de manera drástica y repentina.	Música ambiente Lofi	10 seg
	Sonido de interferencia		2 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Nombre del capítulo	Capítulo 2, Generación de habilidades.	Música ambiente Lofi	1 seg
Introducción	El 6 de marzo de 2020, llegó la terrible noticia de que estaríamos confinados por completo en Colombia. Ese día, nuestras vidas cambiarían de manera drástica y repentina.	Música ambiente Lofi	6 seg

Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia	Música ambiente Lofi	3 seg
Introducción Locutor 1- Darwin Correa	¡Vamos a ponernos cómodos para charlar sobre la vida postpandemia de los jóvenes! Aquí, en nuestro podcast, Darwin Correa	Música ambiente Lofi	10 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	y Maryuri Vásquez, te guiaremos a través de las experiencias de los estudiantes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta, ¡así que prepárate escuchar estos relatos!	Música ambiente Lofi	9 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Imagina esto, las aulas ya no están llenas de pupitres y pizarras, sino de pantallas brillantes y conexiones wifi. La educación ha pasado de ser solamente memorizar datos a desarrollar habilidades para salir de la rutina.	Música ambiente Lofi	16 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	En este capítulo nos enfocaremos en cómo esta transformación ha moldeado nuevas habilidades en los jóvenes.	Música ambiente Lofi	8seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	La educación ya no es solo sobre aprender hechos, sino sobre desarrollar competencias claves para el éxito en el mundo digital. Pero estas	Música ambiente Lofi	19 seg

	habilidades no solo fueron digitales, muchos jóvenes para salir de su zona de confort desarrollaron o potenciaron habilidades artísticas.		
Locutor 1- Darwin Correa	Es muy cierto que la pandemia aceleró un cambio radical hacia el aprendizaje, transformando la forma en que los estudiantes acceden al conocimiento, por ejemplo, comenzaron a buscar alternativas como videos de YouTube en donde las explicaciones fueran un poco más entretenidas, esto debido a que era distinto a estar en una pantalla escuchando una clase de dos o incluso tres horas a estar presencialmente.	Música ambiente Lofi	40 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Hablando desde mi experiencia personal, podría decir que, al no contar con un espacio para estar enfocado únicamente en el encuentro virtual, me dormía a la media hora de clase.	Música ambiente Lofi	
Locutor 2- Maryuri Vasquez	De hecho, es verdad a mí me pasaba algo muy similar, en medio de clase colocaba algo en el televisor, para distraerme porque pues me aburría mucho estar en esa clase virtual sin alguna interacción.	Música ambiente Lofi	15 seg

Locutor 2- Maryuri Vasquez	Sin embargo, esta situación de no poder salir y que toda comunicación fuese de manera virtual, generó que muchos estudiantes se sintieran frustrados, que no avanzaban y siempre era la misma rutina, lo cual muchos buscaron alternativas para distraerse, como potenciar sus habilidades artísticas, técnicas y literarias.	Música ambiente Lofi	21 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Manuel Laguado, un joven estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta, quien actualmente cursa el octavo semestre, nos compartirá sus experiencias personales y cómo desarrolló sus habilidades profesionales y artísticas durante el periodo de la pandemia y que le han servido para enfrentarse a los retos de la actualidad.	Música ambiente Lofi	23 seg
Aud. Manuel Laguado	Una de las habilidades que adquirí en los tiempos de pandemia y pues que me sirvió mucho también con el tiempo a lo largo de la carrera, fue		1 min 17 seg

	poder desarrollar mis capacidades en cuanto a programas de edición, los diferentes contenidos académicos nos exigieron adaptarnos también a las necesidades que hubo en el momento, y una de esas tantas necesidades fue el hecho de aprender a editar, otra cuestión que me sirvió y que me propició también como que ese desarrollo a nivel escrito fue el hecho de tener mucho tiempo para leer por estar encerrado, por no poder salir de mi casa pues obviamente mi tiempo se distribuyó de otra forma a la que venía acostumbrado, y esa distribución de tiempo me permitió a mí utilizarlo en el sentido de inspeccionar más aquellas lecturas, que tal vez en un momento de mi adolescencia había dejado en el pasado. esas lecturas de cierta manera supieron enriquecer mi vocabulario, para poder manifestar lo que sintiendo en el momento y fue a través de esa manifestación, la que me permitió expresarme en cuanto a la poesía, de alguna forma puedes desarrollar esa faceta de mi personalidad, la faceta de poeta.		
--	---	--	--

Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 1- Darwin Correa	El siguiente poema recitado por su autor, es un claro ejemplo de cómo el aprendizaje durante la pandemia dio fruto a través de Manuel, quien creó esta obra llamada “Abismo”	Música ambiente Lofi	12 seg
Aud. Poema “Abismo” Manuel Laguado	Sigo aquí, sentado en la esquina de mi abismo. A Pienso en el dolor que recorren mis venas, Allí estas, envuelta en delicados cabellos claros, definida por curvaturas pronunciadas, que me hacen olvidar mis pesares. Mi corazón sediento de palabras busca inspiración en rostros moribundos de amor, desahuciados por el odio y la rabia de miles de miradas, miradas que nos pertenecen, Miradas compartidas por aquellos, que sienten las más profundas sensaciones de la creación,		35 seg

	Sigo aquí, sentado en la esquina de mi abismo, esperando que llegues de nuevo a mí amor.		
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Acabamos de escuchar a Manuel Laguado, un estudiante de comunicación Social, con el que pudimos escuchar la importancia de saber cómo afrontar la pandemia y generar habilidades que permitieran adaptarse a estos escenarios tan complicados y hacer que este talento se viera reflejado en la actualidad.	Música ambiente Lofi	20 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Ahora vamos a escuchar a otro joven estudiante, muy talentoso, que nos contará el relato de su vida en la pandemia y como su arte, el rap, pudo inspirarlo y permitirle lidiar todo obstáculo.	Música ambiente Lofi	37 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Él es Julian Gutiérrez quien se encuentra en octavo semestre de comunicación social.	Música ambiente Lofi	18 seg
Aud. Julian Gutiérrez	Para mí la pandemia fue un cambio de vida literalmente porque pues, yo simplemente llevaba dos semanas presenciales en la universidad, cuando nos encerraron en esta pandemia, en esta cuarentena, mis planes con la universidad era	BEAT BOOM RAP	1 min 29 seg

	dedicarme de lleno al estudio, todos los días tenían pensado estar dentro de las instalaciones de la universidad y que un momento a otro no pueda salir ni a la puerta de mi casa literalmente fue algo bastante fuerte, bastante duro, en estos momentos de pandemia yo siempre había hecho música rap, pero pues al verme en este encierro y que no tenía como disfrutar del ocio en la calle, elegí sin querer el camino del rap y pues hoy lo estoy platicando de manera semiprofesional se podría decir, en este mundo, en el tiempo que estuve encerrado pues me conocí mucho a mí mismo y aprendí que temas me gusta tocar con mi música, que temas abordo, como lo abordo, que léxico manejo y hacia qué público quiero llegar. Considero que, estudiando, que, si no hubiera ocurrido la pandemia, todo esto no hubiera pasado, porque pues como comenté anteriormente mis deseos, pues mi pensamiento era estar lleno con el estudio y no prestar atención a temas externos, y pues estar 24/7 en la universidad, pero debido al cambio de drástico que sufrimos, se me abrió una puerta que la verdad hoy en día estoy		
--	---	--	--

	agradecido por la decisión que tomé conmigo mismo porque pues nunca pensé poder llegar a ejercer este género, esta música como la haciendo hoy en día.		
Aud. Julian Gutierrez cantando	Soy de los buenos poco vistos como Rial Guawankó, por qué no controlan mis actos como Jean Moran. Voy a estar más a la vista, pero se roncó Guaroola, al rap después de muertos como métricas. Ganancia de asuntos raros, Rafa. Orozco. No es culpa de la vida si, viviste siendo un toscó. Familias enteras pajuzas saliendo de Usaquen. Trauma de niños sin papás, carlitos en rugrats.	DRUML ESS TYPE BEAT 2023	30 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia	Música ambiente Lofi	5 seg

Locutor 2- Maryuri Vasquez	Estos jóvenes universitarios, son un ejemplo de superación durante la pandemia, los cuales no se quedaron en su rutina diaria y buscaron generar habilidades importantes para su vida.	Música ambiente Lofi	12 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Gracias por unirte a nosotros. No te pierdas los próximos episodios, donde continuaremos escuchando cómo la postpandemia ha transformado la vida de los jóvenes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta a través de sus relatos.	Música ambiente Lofi	13 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Si te ha gustado este episodio, no puedes perderte el siguiente, donde hablaremos sobre las dificultades por la que pasaron algunos estudiantes en la virtualidad. Y Solo aquí en	Música ambiente Lofi	11 seg
Cortinilla de salida	“Estudiante Unipamplona: Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	4 seg

Tabla Capítulo 3

Tabla 3Capítulo 3

Capítulo 3	
Nombre	Dificultades en la virtualidad.
Duración	8:25min
Locutor 1	Darwin Correa - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Locutor 2	Maryuri Vasquez - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Invitado	Gabriel Ramirez – Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Invitado	Manuel Laguado – Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Invitado	Julian Gutierrez – Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta

CONTROL	CONTENIDO	AUDIO	TIE MPO
Cabezote	A continuación, escucharás un pódcast realizado por estudiantes de comunicación social, ampliación Cúcuta de la Universidad de Pamplona.	Música ambiente Lofi	9seg
Sube música		Música ambiente Lofi	6 seg
Baja música			
Cortinilla de entrada	Atención que el ministerio, acaba de confirmar el primer caso de coronavirus en Colombia.		6 seg
	Sonido de alerta		6 seg
	El 6 de marzo de 2020, llegó la terrible noticia de que estaríamos confinados por completo en Colombia. Ese día, nuestras vidas cambiarían de manera drástica y repentina.	Música ambiente Lofi	10 seg
	Sonido de interferencia		2 seg

Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Nombre del capítulo	Capítulo 3, Dificultades en la virtualidad.	Música ambiente Lofi	1seg
Locutor 1- Darwin Correa	¡Vamos a ponernos cómodos para charlar sobre la vida postpandemia de los jóvenes! Aquí, en nuestro podcast, Darwin Correa	Música ambiente Lofi	8 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	y Maryuri Vásquez te guiaremos a través de las experiencias de los estudiantes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta, ¡así que prepárate escuchar estos relatos!	Música ambiente Lofi	10 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Eres un estudiante universitario, el cual ve sus clases en línea porque el confinamiento no te permite salir de casa, tienes toda la disposición para aprender, pero tienes dificultades de conexión para poder estar en esas clases.	Música ambiente Lofi	23 seg

	En este episodio, hablaremos de las dificultades que enfrentaron los jóvenes universitarios en el entorno virtual de aprendizaje.		
Locutor 1- Darwin Correa	A pesar de los beneficios de la educación en línea, también hay desafíos significativos que deben abordarse para garantizar la equidad educativa. No todos los estudiantes tienen el mismo acceso a recursos tecnológicos ni el mismo entorno de apoyo en casa. Así que exploraremos cómo estas dificultades impactan en la experiencia educativa de los estudiantes en Cúcuta, una ciudad que, como muchas otras, tuvo que adaptarse rápidamente a esa nueva realidad.	Música ambiente Lofi	30 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	La transición a la educación virtual ha sido una respuesta necesaria a la pandemia, pero también ha revelado brechas digitales y también desigualdades en el acceso a la educación.	Música ambiente Lofi	11 seg

Locutor 1- Darwin Correa	Aunque hubo programas de subsidios de acceso a internet para abordar estas problemáticas, muchos estudiantes decidieron desertar por diversas razones, ya sea por falta de recursos suficientes o por problemas emocionales derivados del aislamiento y la presión académica.	Música ambiente Lofi	18 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	La desconexión digital ha afectado profundamente la experiencia educativa de los estudiantes. Muchos se esperaban vivir una etapa universitaria llena de interacción social y aprendizaje en comunidad, pero en su lugar se encontraron con una experiencia solitaria y virtual.	Música ambiente Lofi	16 seg
Locutor 1- Darwin Correa	No solo lo decimos nosotros; nuestros invitados nos relatan sus propias experiencias, las cuales varían desde casos más leves hasta situaciones muy desafiantes, pero todas son igualmente importantes para entender el panorama completo de la educación virtual.	Música ambiente Lofi	17 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Es por esto que a continuación, escucharemos a Gabriel Ramírez, estudiante del programa de comunicación Social de la Universidad de Pamplona que se encuentra en octavo semestre y nos habla un	Música ambiente Lofi	16 seg

	poco de su experiencia no muy agradable durante las clases virtuales.		
Aud Gabriel Ramirez	Bueno durante la pandemia las cosas negativas que viví fueron las clases de manera virtual, en el cual, pues tomaba algunas y en una de esas, en una exposición pues hubo un enfrentamiento entre bandas criminales del sector y pues es un hecho muy violento en el cual uno sabe si seguir en clase o esconderse o que más hacer, entonces eso fue uno de los aspectos más negativos durante la pandemia también la depresión y pues en cuanto a la parte social, uno se siente muy aislado si no puede ni salir a la calle por todo ese tipo de cosas entonces Creo que eso fue lo más negativo que vi durante la pandemia.	Música emotiva sin copyright	45 seg
Locutor 2-Maryuri Vasquez	Qué triste que algunos jóvenes tuvieran que pasar por este tipo de situaciones, así como Gabriel, no sabríamos como actuar en ese caso la verdad.	Música ambiente Lofi	8 seg
Locutor 2-Maryuri Vasquez	El siguiente relato es de Manuel Laguado, quien estuvo con nosotros en el anterior capítulo y en esta ocasión nos habla de la parte negativa de las clases virtuales desde su contexto.	Música ambiente Lofi	12 seg
Aud Manuel Laguado	Una de las tantas dificultades que se me presentaron a nivel personal en el tiempo de pandemia	Música emotiva	57 seg

	sobre lo académico, fue las diferentes clases de virtualidad y en este sentido pues la conectividad también a estas clases en mi casa pues contamos con una conexión estable para el tema del internet, pero de tantos depósitos que estuvieron conectados en su momento siempre se dificultó muchísimo el tema de la buena conexión. Otra dificultad que tuve fue que, comenzando pandemia para marzo del 2020, me acaban de robar el teléfono y tuve que resolver con un teléfono de no muy alta gama, pero que de cierta forma me ayudó también a poder participar en los encuentros virtuales con el tiempo pues se fueron dando las cosas y pues puede acceder a un computador portátil.	sin copyright	
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Aud. Manuel Laguado	Los pros de la pandemia, en mi caso, pues fue poder desarrollar esa capacidad analítica, esa crítica que tuve a través de la lectura que comenté hace un momento y pues dediqué a leer el que me permitió enriquecer mi vocabulario.	Música emotiva sin copyright	20 seg

Locutor 1- Darwin Correa	Pero esto no fue del todo negativo, Manuel, pudo superar estos obstáculos económicos a encontrar una solución para estos problemas.	Música ambiente Lofi	9 seg
Locutor 1- Darwin Correa	En definitiva, este es un claro ejemplo, de cómo los problemas de la pandemia se pueden solucionar con mucho esfuerzo y dedicación, pero, aunque en la mayoría de casos, estas dificultades dejan de ser materiales y se vuelven emocionales. Como lo fue en el caso de Julián Gutiérrez quien en su relato nos habla de sus experiencias y como le afectó las situaciones que presenció durante la pandemia.	Música ambiente Lofi	26 seg
Aud. Julian Gutierrez	Bueno, en raíz de la pandemia surgieron en mi vida problemas tanto académicos como personales, en lo académico fue bastante complicado la adaptación a esta nueva modalidad, ya que veníamos acostumbrados a ir a la clase magistral, en el aula con el profesor y los compañeros hasta ciertas horas, en ciertos horarios y pasar a ver una clase desde el cuarto, desde la sala de su casa todos los días y que fueran clases en cierta manera más cortas, pues siempre dificultó un poco el acostumbrarse a esta.	Música emotiva sin copyright	30 seg

Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Aud. Julian Gutierrez	Al salir de pandemia también noté dificultades en la interacción con las demás personas, pues venía un poco sicosiado (Término popular que se refiere a la persona, que tiene miedo de todo) por el tema del COVID, evitaba mucho el contacto, mucho dar la mano, mucho que otra gente me tocará, entonces pues siento que esto también fue algo que a raíz del tiempo se fue superando pero que en su momento fue bastante complicado ya que pues se tenía del miedo y que la persona delante o la persona que estuviera conmigo pues estuviera contagiada el COVID y yo llegaba a contagiar y de cierto modo llevar esta enfermedad a mi casa, así que estos para mí fueron mis principales inconvenientes post pandemia	Música emotiva sin copyright	32 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Sin duda alguna, la educación en línea ha transformado la manera en que aprendemos y enseñamos. A pesar de los desafíos, también ha abierto nuevas oportunidades para el crecimiento y la innovación en el ámbito educativo.	Música ambiente Lofi	13 seg

Locutor 1- Darwin Correa	Gracias por unirse a nosotros. No te pierdas los próximos episodios, donde continuaremos escuchando cómo la postpandemia ha transformado la vida de los jóvenes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta a través de sus relatos.	Música ambiente Lofi	15 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Si te ha gustado este episodio, no puedes perderte el siguiente, donde hablaremos sobre las formas de innovación personal y adaptabilidad contadas desde jóvenes que vivieron esa realidad. Y Solo aquí en	Música ambiente Lofi	10 seg
Cortinilla de salida	“Estudiante Unipamplona: Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	4 seg

Tabla 4 Capítulo 4

Capítulo 4	
Nombre	Formas de innovación personal y adaptabilidad.
Duración	8:55min
Locutor 1	Darwin Correa - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Locutor 2	Maryuri Vasquez - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Invitado	Nicol Grisales – Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Invitado	Gissel Vargas – Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta

CONTROL	CONTENIDO	AUDIO	TIE MPO
---------	-----------	-------	------------

Cabezote	A continuación, escucharás un pódcast realizado por estudiantes de comunicación social, ampliación Cúcuta de la Universidad de Pamplona.	Música ambiente Lofi	9seg
Sube música		Música ambiente Lofi	6 seg
Baja música			
Cortina entrada	Atención que el ministerio, acaba de confirmar el primer caso de coronavirus en Colombia.		6 seg
	Sonido de Alerta		3 seg
	El 6 de marzo de 2020, llegó la terrible noticia de que estaríamos confinados por completo en Colombia. Ese día, nuestras vidas cambiarían de manera drástica y repentina.	Música ambiente Lofi	10 seg
	Sonido de interferencia		2 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Nombre del capítulo	Capítulo 4, Formas de innovación personal y adaptabilidad.	Música ambiente Lofi	1 seg

Introducción	¡Vamos a ponernos cómodos para charlar	Música	8 seg
Locutor 1- Darwin Correa	sobre la vida postpandemia de los jóvenes! Aquí, en nuestro podcast, Darwin Correa	ambiente Lofi	
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Y Maryuri Vásquez, te guiaremos a través de las experiencias de los estudiantes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta, ¡así que prepárate escuchar estos relatos!	Música ambiente Lofi	11 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Eres un estudiante universitario que ha demostrado una notable disposición para aprender y adaptarte a nuevas situaciones. Durante el confinamiento, te has visto obligado a tomar clases en línea, enfrentando no solo las barreras del entorno virtual de aprendizaje, sino también problemas de conectividad que dificultan tu participación en las sesiones en vivo. En este episodio, exploraremos cómo la disposición personal y la capacidad de adaptarse han permitido a muchos estudiantes innovar y superar los desafíos que trae consigo el aprendizaje en línea.	Música ambiente Lofi	35 seg

Locutor 2- Maryuri Vasquez	Claro, la disposición personal es un factor esencial que puede determinar el éxito en cualquier ámbito, especialmente en el académico. Durante la pandemia, muchos estudiantes universitarios se vieron obligados a continuar su educación de manera remota. Este cambio repentino a un entorno virtual presentó numerosos desafíos, pero también abrió la puerta a la innovación y al desarrollo de nuevas habilidades.	Música ambiente Lofi	29 seg
Locutor 1- Darwin Correa	En cuanto la resiliencia y perseverancia se convirtieron en las características más importantes para aprender y mejorar. Este enfoque resiliente permitió mantener una actitud positiva y encontrar soluciones creativas a los obstáculos.	Música ambiente Lofi	15 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Lo cual también va de la mano con la adaptabilidad que tenemos mentalmente y que es una capacidad para adaptarse a diferentes plataformas y herramientas de aprendizaje. Aprender a utilizar nuevas formas de comunicación fue fundamental para sobrellevar lo que nos dejó la pandemia.	Música ambiente Lofi	20 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	En esta ocasión, nuestras invitadas, cuentan con algo muy particular, ya que ellas vivieron la transición del colegio a la universidad totalmente	Música ambiente Lofi	15 seg

	virtual, tuvieron que adaptarse a las distintas metodologías.		
Locutor 1-Darwin Correa	Así que, le damos paso al relato de Nicol Grisales, una joven estudiante de la Universidad de Pamplona, quien se encuentra en sexto semestre de Comunicación Social.	Música ambiente Lofi	11 seg
Aud. Nicol Grisales positivo.	cuando inicie la pandemia, pues yo lo único que hacía era acostarme con mi hermana, ver el canal Sonic y levantar los pies en la pared porque nos gustaba mucho y así pasamos en esa tónica como una semana y ya después de una semana nos aburrimos mucho entonces, en mi casa la situación era compleja frente al tema de los aparatos móviles para poder conectarnos a la clase, porque éramos, porque somos tres chicas y había un solo celular, entonces se imaginarán ustedes lo complejo que es, entonces un día con mi hermana pues digo, no vamos a mirar que nos inventamos para hacer porque todas las mañanas levantándonos tarde, comiendo las galletas del refrigerio y acostadas viendo televisión, pues tenemos que mirar qué hacemos por lo menos la semana que queda porque se suponía que la siguiente semana era	Música Instrumental Inspirado ra.	59 seg

	que íbamos a volver otra vez a la normalidad, entonces resulta que empezamos entre nosotras con un solo celular a turnarnos por horarios para empezar a estudiar.		
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Me parece muy importante como Nicol realizó la organización y gestión de su tiempo para superar las dificultades técnicas y maximizar el tiempo de conexión, dentro de esto ayudaba de gran manera, el hecho de que existieran aplicaciones como calendarios, en donde la organización era fácil de realizar.	Música ambiente Lofi	20 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Y así como Nicol, Gissel Vargas, otra estudiante de comunicación social, pero esta vez de séptimo semestre. Buscó alternativas distintas que le permitieran innovar personalmente, y adaptarse a vivir la vida universitaria de manera virtual.	Música ambiente Lofi	17 seg
Aud. Gissel Vargas.	¿Qué me ayudó en la virtualidad como tal? Recuerdo que hacía muchas cosas al tiempo, no solamente era ver clase y prestar atención y participar, sino también tenía responsabilidades en la	Música ambiente Lofi	1 min 54 seg

	casa con mi familia, que hacer el aseo aquí, que limpiar allá, que colaborarle en el almuerzo a mi mama, ese tipo de cosas las hacía al tiempo que veía clase, no era una excusa para mi mamá que yo estuviera en clase para dejar de hacerlas, pero eso me ayudó a hacer cosas al tiempo y, sobre todo, en la parte de la reacción. Nos dejaban ciertos pagos como redacción de ensayos, redacción de guiones, entre otras actividades y me ayudó bastante en aprender a redactar, sabiendo que era por así decirlo, una de las que tenía un nivel muy bajo en el semestre para esta actividad, entonces como tenía que redactar con anterioridad y tenía que repetir y tenía que equivocarme y todo el tiempo así, mejoré muchísimo ese nivel y ahora soy relativamente una de las mejores redactando. Es algo que no solamente me ayudó para la virtualidad, sino también en la actualidad, porque tengo la facilidad de que, si dejan algún tipo de actividad relacionada con la redacción, ya sea noticia, ya sea otro ensayo o simplemente dar una opinión mía por medio de Word, simplemente investigo el tema y rápido comienzo a redactar.		
--	--	--	--

	¿Por qué?, porque la virtualidad me inculcó eso o me ayudó a prepararme en ese ámbito, así que podría decirse que el adaptarme a la virtualidad, para muchos puede ser algo negativo, pero también hay que verlo en el lado positivo y por ejemplo en el caso en lo que influyó en mi vida fue demasiado positivo.		
Locutor 1- Darwin Correa	La importancia de reconocer, que podemos mejorar y aprovechar cada momento, así como lo hizo Gissel, que aprovechó su tiempo durante la pandemia.	Música ambiente Lofi	9 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Claro, la disposición personal, la resiliencia y la adaptabilidad se han convertido en pilares fundamentales para los estudiantes universitarios que han tenido que enfrentar la transición a la educación virtual durante la pandemia. A través de relatos como el de Nicol Grisales y Gissel Vargas, vemos ejemplos claros de cómo estos jóvenes han superado las barreras tecnológicas y de conectividad mediante una gestión eficiente del tiempo y el uso innovador de recursos digitales.	Música ambiente Lofi	32 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Y es notoria la capacidad de organizarse y aprovechar herramientas digitales que ha sido cruciales para mantener el ritmo académico.	Música ambiente Lofi	29 seg

	Además, la búsqueda de alternativas creativas y la adaptación a nuevas plataformas y metodologías que han demostrado la flexibilidad mental y la perseverancia de estos estudiantes. Estas experiencias no solo les han permitido continuar con su educación, también les han dotado de habilidades valiosas para el futuro.		
Locutor 1- Darwin Correa	Bueno, y lo que aprendimos de estos relatos es como los desafíos del aprendizaje virtual han resaltado la importancia de la disposición personal y la capacidad de adaptación, mostrando que, con una actitud positiva y un enfoque resiliente, es posible convertir las dificultades en oportunidades de crecimiento y desarrollo personal.	Música ambiente Lofi	24 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Y esto todo por hoy.	Música ambiente Lofi	2 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Gracias por unirse a nosotros. No te pierdas los próximos episodios, donde continuaremos escuchando cómo la postpandemia ha transformado la vida de los jóvenes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta a través de sus relatos.	Música ambiente Lofi	14 seg

Locutor 2- Maryuri Vasquez	Si te ha gustado este episodio, no puedes perderte el siguiente, donde hablaremos sobre el gran reto que fue la incertidumbre para muchos jóvenes. Y Solo aquí en	Música ambiente Lofi	11 seg
Cortinilla de salida	Cortinilla “Estudiante Unipamplona: Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	4 seg

Tabla 5 Capítulo 5

Capítulo 5	
Nombre	Generación de incertidumbre.
Duración	10:29min
Locutor 1	Darwin Correa - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Locutor 2	Maryuri Vasquez - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Invitado	Gissel Vargas - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Invitado	Nicol Grisales – Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta

CONTROL	CONTENIDO	AUDIO	TIEM PO
---------	-----------	-------	------------

Cabezote	A continuación, escucharás un pódcast realizado por estudiantes de comunicación social, ampliación Cúcuta de la Universidad de Pamplona.	Música ambiente Lofi	9seg
Sube música		Música ambiente Lofi	6 seg
Baja música			
Cortinilla de entrada	Atención que el ministerio, acaba de confirmar el primer caso de coronavirus en Colombia.		6 seg
	Sonido de alerta		3 seg
	El 6 de marzo de 2020, llegó la terrible noticia de que estaríamos confinados por completo en Colombia. Ese día, nuestras vidas cambiarían de manera drástica y repentina.	Música ambiente Lofi	10 seg
	Sonido de interferencia		2 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Nombre del capítulo	Capítulo 5, Generación de incertidumbre.	Música ambiente Lofi	1seg

Introducción	¡Vamos a ponernos cómodos para charlar	Música	7 seg
Locutor 1- Darwin Correa	sobre la vida postpandemia de los jóvenes! Aquí, en nuestro podcast, Darwin Correa	ambiente Lofi	
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Y Maryuri Vásquez, te guiaremos a través de las experiencias de los estudiantes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta, ¡así que prepárate escuchar estos relatos!	Música ambiente Lofi	11 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Piensa que eres un estudiante universitario que ha enfrentado con valentía una época llena de incertidumbre. Durante el confinamiento, te has visto obligado a tomar clases en línea, lidiando no solo con los desafíos del entorno virtual de aprendizaje, también con la incertidumbre constante sobre el futuro y las interrupciones que afectan tu concentración y motivación. En este episodio, exploraremos cómo la generación de incertidumbre ha impactado a los estudiantes universitarios y cómo les ha afectado hasta el día de hoy.	Música ambiente Lofi	32 seg

Locutor 2- Maryuri Vasquez	La generación de incertidumbre puede tener un impacto profundamente negativo en cualquier ámbito, especialmente en el académico. Durante la pandemia, muchos estudiantes universitarios se vieron forzados a adaptarse a la educación virtual, enfrentándose a un cambio repentino y a un futuro incierto. Este período no solo presentó numerosos desafíos, también aumentó los sentimientos de ansiedad, desmotivación y falta de dirección.	Música ambiente Lofi	28 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Es así como la incertidumbre constante sobre el futuro académico y profesional ha llevado a muchos estudiantes a sentirse a la deriva. La interrupción de los planes de estudio, la cancelación de actividades extracurriculares y la falta de interacción social han contribuido a un sentimiento generalizado de desorientación y desesperanza. Los estudiantes han tenido que enfrentar la ansiedad de no saber si sus esfuerzos actuales tendrán un valor en el futuro incierto que les espera.	Música ambiente Lofi	33 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Esta incertidumbre también lleva a la desmotivación y a una sensación de estar a la deriva. Sin una visión clara de lo que depara el futuro,	Música ambiente Lofi	24 seg

	muchos estudiantes perdieron la motivación para invertir tiempo y esfuerzo en sus estudios. La cancelación de eventos importantes, como ceremonias de graduación y actividades extracurriculares, contribuyeron a este sentimiento.		
Locutor 1- Darwin Correa	Así como le sucedió a Gissel Vargas, quien nos contará a través de su relato la experiencia que vivió durante su vida universitaria virtual.	Música ambiente Lofi	8 seg
Aud. Gissel Vargas	Comencemos por la maravillosa ilusión de uno entrar a la universidad que, honestamente, uno empieza a tener esa ilusión, ese sueño cuando va por ahí, en décimo grado podría decirse, y uno dice; wow, ya voy a entrar a la universidad, voy a poder escoger por fin algo que me gusta, algo en lo que me voy a enfocar, voy a conocer nuevas personas, va a ser totalmente un ambiente diferente y pandemia uno queda totalmente perdido de la vida.		31 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Aud. Gissel Vargas	Creo que lo negativo para mí de la pandemia fue el aburrimiento, totalmente el aburrimiento que de		1 min 24 seg

	pronto no puede ser tan relevante para otras personas, pero en el ámbito mío, que no acostumbro a tener rutinas específicas en mi vida, la rutina de pandemia era levantarme, mirar si había desayuno sino esperar al almuerzo porque esa no era la preocupación en mi casa la verdad y tener todo en día para mirar qué hacer, básicamente mente mira a la pared, seguir durmiendo, pero uno no le encuentra el sentido a la vida esas situaciones, sobre todo cuando va a entrar a la universidad. Muchos compañeros cuando yo entré a la carrera así presencial decían que me veían a mí como una persona pequeña, cuando mido 1.75, pues tampoco soy la gran altura, pero todo el mundo quedaba como no, es que usted se ve muy pequeña en cámara, así como otras personas u otros compañeros de uno, entonces lo que es la sociabilidad, lo que es salir, lo que es conocer, aprender, son cosas que sí o sí van a llenar al ser humano y que sin esas cosas se pierde el sentido de muchas cosas. Entonces digamos que esa es una de las cosas negativas que podría hablar de lo que pasó en la		
--	--	--	--

	pandemia y en mi vida durante esas épocas horribles.		
Locutor 2-Maryuri Vasquez	Esa gran diferencia entre verse mediante una pantalla y luego cara a cara, definitivamente son dos mundos totalmente diferentes, tal como le sucedió a Gissel, eso mismo pasó con los temas pues, que se veían pues de una manera en clases virtuales, y otra totalmente diferente en la presencialidad.	Música ambiente Lofi	20 seg
Locutor 2-Maryuri Vasquez	Por otro lado, podemos ver como Nicol Grisales, se vio afectada en gran parte, por esta situación.	Música ambiente Lofi	6 seg
Aud. Nicol Grisales	Cuando inicia la pandemia, yo ese fin de semana, específicamente, yo estaba haciendo segundo semestre de operaciones turísticas y hoteleras como técnico, y para el fin de semana siguiente, nosotros teníamos un proyecto todo montado, super chévere, todo guay bacano, esa tarde, ese sábado llegué a mi casa todo súper bien, empezamos a ver cosas como curiosas en las noticias, como que había países en donde las personas no podían salir, pues no le presta atención porque acá no habían dicho nada, entonces fue como que no importa, y resulta que el domingo, ese sábado en la noche perdón,		1 min 39 seg

	Bueno, sale presidente leyendo el decreto nacional no sé qué, bueno todos en casa, que rico, chévere paso la primera semana, paso el primer mes y el próximo volvemos y nada, bueno a raíz de eso pues, ustedes saben que uno quiera lo que más consumía en ese momento las personas que no teníamos ni celular, ni computador, televisión. Mi mamá justo, mis papás en ese tiempo habían hecho el esfuerzo justo, como para poner parabólica, entonces mi hermana y yo nos la pasábamos viendo parabólica super chévere, nos divertíamos, pero en algún punto pues como que todos nos estresamos en casa y mi papá no pues yo veo televisión y ustedes vean televisión afuera en otro televisor, empezaron las discusiones y ahí fue donde todos como que, veamos noticias, veíamos noticias en la mañana, medio día y en la noche, entonces eso empezó a generarme mucha incertidumbre porque veía que todos los días morían millones y millones de personas, pasa la pandemia y empiezo a notar dos conductas irregulares en mí, primero los espacios llenos, a mí eso nunca me había incomodado, entonces empecé a notar eso y afortunadamente como que empecé a pagarle tantas		
--	--	--	--

	bolas a eso, porque me empezó a preocupar bastante, que empecé a tomar terapia y ahí me diagnosticaron estrés postraumático debido a la pandemia y hasta hace un año y medio más o menos, no podía asistir a lugares muy llenos, por ejemplo, acá en el ventura plaza, cuando la plazoleta se llenaba solamente verla desde lejos yo veía como un montón de hormiguitas chiquiticas, chiquiticas y sentía que todo el mundo como que, se me va a lanzar encima y pues era complejo porque tener una crisis de esas en la calle y sin que una persona lo sepa manejar es muy duro, entonces, el tema de bueno tranquilizarme y todo eso, pues aprender eso no fue tan fácil.		
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia	Música ambiente Lofi	5 seg
Aud. Nicol Grisales	Y lo otro que me detectaron fue de depresión en segundo grado, pues ese año yo me graduaba de colegio, lo que yo tuve una experiencia muy linda en el colegio y todos los amigos que cultivé, fueron muy chéveres y el hecho de no poder graduarme con ellos generó como ese choque también fuerte, y pues también hizo que me encerrara un poco más en mí, en		52 seg

	mis cosas, y cuando ya volvimos otra vez a lo que ya vamos al mundo real, digamos que me costó volver a socializar con las personas, yo soy una mujer muy extrovertida, pero volver a hablar otra vez con la gente para mí, pues no, entonces no hablaba con las personas, todo me da pena, todo me daba miedo y empecé a notar conductas extrañas, entonces lo que me gustaba, ya no me gustaba, ya no quería salir con amigos, entonces esos son como patrones muy comunes de la depresión.		
Locutor 1- Darwin Correa	Como Nicol muchos se vieron afectados, estas situaciones, condujeron a problemas emocionales que muchas veces hacían desistir a quienes luchaban día y noche.	Música ambiente Lofi	9 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Algunas recomendaciones para combatir la incertidumbre pueden ser:	Música ambiente Lofi	4 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Establecer rutinas, buscar apoyo, practicar el autocuidado, planificar a corto plazo y pues, también mantenerse informado.	Música ambiente Lofi	9 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Para finalizar, la generación de incertidumbre durante la pandemia tuvo un impacto profundamente negativo en la vida de los estudiantes universitarios.	Música ambiente Lofi	37 seg

	La falta de dirección y la ansiedad sobre el futuro han dejado a muchos estudiantes sintiéndose a la deriva. Es crucial que se implementaran estrategias de apoyo y recursos adecuados para ayudar a los estudiantes a navegar en tiempos inciertos y a encontrar un sentido de dirección y propósito en medio del caos. Abordar los efectos negativos de la incertidumbre es esencial para asegurar el bienestar académico y emocional de los estudiantes.		
Locutor 1- Darwin Correa	Y, esto todo por hoy.	Música ambiente Lofi	2 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Gracias por unirme a nosotros. No te pierdas los próximos episodios, donde continuaremos escuchando cómo la postpandemia ha transformado la vida de los jóvenes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta a través de sus relatos.	Música ambiente Lofi	15 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Si te ha gustado este episodio, no puedes perderte el siguiente, donde empezaremos a hablar sobre la salud mental, bienestar y formas de enfrentar esos grandes cambios producto de la pandemia. Y Solo aquí en	Música ambiente Lofi	14 seg

Cortinilla de salida	“Estudiante Unipamplona: Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	4 seg
----------------------	--	-------------------------	-------

Tabla 6 Capítulo 6

Capítulo 6	
Nombre	Bienestar y formas de enfrentar los cambios.
Duración	9:07 min
Locutor 1	Darwin Correa - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Locutor 2	Maryuri Vasquez - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Invitado	Anónima- Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Invitado	Adrian Carrillo - Psicólogo

CONTROL	CONTENIDO	AUDI O	TIEM PO
Cabezote	A continuación, escucharás un pódcast realizado por estudiantes de comunicación social, ampliación Cúcuta de la Universidad de Pamplona	Música ambiente Lofi	9seg

Sube música		Música ambiente Lofi	6 seg
Baja música			
Cortinilla de entrada	Atención que el ministerio, acaba de confirmar el primer caso de coronavirus en Colombia.		6 seg
	Sonido de alerta		2 seg
	El 6 de marzo de 2020 llegó la terrible noticia de que estaríamos confinados por completo en Colombia. Ese día nuestras vidas cambiarían de manera drástica y repentina.		10 seg
	Sonido de interferencia		2 seg
Pisador	Estás escuchando estudiantes Unipamplona, relatos postpandemia	Música ambiente Lofi	5 seg
Nombre del capítulo	Capítulo 6, Salud Bienestar y formas de enfrentar los cambios.	Música ambiente Lofi	1seg
Introducción	¡Vamos a ponernos cómodos para charlar sobre la vida postpandemia de los jóvenes! Aquí, en nuestro podcast, yo soy Darwin Correa.	Música ambiente Lofi	8 seg

Locutor 1- Darwin Correa			
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Y Maryuri Vásquez, te guiaremos a través de las experiencias de los estudiantes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta, ¡así que prepárate escuchar estos relatos!	Música ambien te Lofi	11
Pisador	Estás escuchando estudiantes Unipamplona, relatos postpandemia	Música ambien te Lofi	5 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Ponte en el contexto de un estudiante universitario que ha enfrentado los cambios generados por la pandemia con resiliencia y adaptabilidad. Durante el confinamiento, te has visto en la necesidad de ajustar tu rutina y tus métodos de estudio y has buscado activamente formas de mantener tu bienestar físico y mental. En este episodio, exploraremos cómo los estudiantes universitarios como tú han enfrentado los cambios y cómo pueden mantener su bienestar durante estos tiempos desafiantes. Contaremos con el testimonio de una estudiante y luego escucharemos la perspectiva de un psicólogo	Música ambien te Lofi	40 seg

Locutor 2- Maryuri Vasquez	La pandemia afectó la vida de millones de personas en todo el mundo, y es crucial abordar cómo podemos cuidar nuestra salud mental y emocional en esos tiempos que fueron difíciles, especialmente para los jóvenes universitarios.	Música ambiente Lofi	16 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Primero empecemos por definir qué es bienestar, y esto se refiere a un estado de salud, felicidad y comodidad. No es simplemente la ausencia de enfermedad, sino un estado de bienestar general que abarca varios aspectos de la vida de una persona. Esto puede incluir el bienestar físico, que se refiere a la salud del cuerpo y la capacidad de realizar actividades diarias; el bienestar mental, que se refiere a la salud mental y emocional y la capacidad de manejar el estrés y las emociones.	Música ambiente Lofi	34 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Hoy nos acompaña una estudiante que nos pidió reservar su identidad, debido a que la salud mental, le resulta un tema difícil de tratar.	Música ambiente Lofi	9 seg
Audio anónimo	Bueno, cuando comenzó la pandemia quizás al principio pensaba que he venido a durar mucho, porque pues simplemente nos habían dicho que iba a estar en casa sin poder salir una semana, pero luego	Música ambiente Lofi	1 min 15 seg

	darle cuenta de que cuando llegaba esa semana, decían que, en la siguiente, hasta llegar al punto de decir al siguiente mes y después un tiempo indeterminado, quizás en ese momento la idea de ver clases virtuales era cool, pues porque no tenía que salir de casa, me dije a mí misma es más relajado, veo las clases virtuales, quizás sea un poco más fácil, pero al pasar y pasar el tiempo me empecé a sentir frustrada, que no avanzaba, que realmente no aprendía nada en las clases, porque simplemente me aburría y hacía otras cosas al mismo tiempo. Las clases habían pasado como un segundo plano, me aburría estar frente en computador esperando indicaciones del profesor, en esos momentos dije que no podía seguir así, no podía seguir sintiéndome de esa manera, que debía buscar formas de adaptarme a su situación y comencé a buscar por YouTube a cómo concentrarme, maneras de sentirme más tranquila, y me gustó mucho los videos de meditación, con ellos me sentía más relajada y después de eso lograba concentrarme de una mejor manera, y quizás esas frustraciones o los sentimientos de que no avanzaba, se desvanecían un poco, porque		
--	--	--	--

	ya me sentía un poco más enfocada, lo cual me hacía pensar que me estaba adaptando.		
Pisador	Estás escuchando estudiantes Unipamplona, relatos postpandemia	Música ambiente Lofi	5 seg
Audio anonimo	Y también empecé a escribir, al principio era solo cuando me sentía mal, expresaba mis sentimientos allí, como una manera de desahogarme, porque realmente no me gustaba molestar a alguien más, pues sentía que tenían lo suficientemente problemas como para también sumar a los míos y hasta el día de hoy todavía tengo ese hábito de la meditación. Realmente me hace sentir más tranquila y sigo escribiendo, no solo cuando me siento mal, lo que al día de hoy son dos técnicas que uso constantemente en las cuales me ayudaron demasiado.	Música ambiente Lofi	32 seg
Locutor 2-Maryuri Vasquez	Este es un claro ejemplo de cómo el bienestar era tan importante durante y después de la pandemia. Pero teniendo en cuenta que no somos expertos en el tema, no podemos decir mucho al respecto, es por esto que tenemos a Adrián Carrillo, psicólogo	Música ambiente Lofi	22 seg

	egresado de la Universidad de Pamplona que nos hablará desde una perspectiva más profesional.		
Aud. psicólogo Adrian Carrillo	La pandemia fue sin duda un evento histórico, que puso en jaque la salud mental, pero también a los mismos sistemas que están encargados de velar por ella, para nadie es un secreto que todo el sistema sanitario mundial se vio colapsado por este evento y afortunadamente quedan muchos aprendizajes. Por ejemplo, una forma de haber mitigado tantos problemas que se presentaron en su momento, sobre todo en el periodo de confinamiento, en donde las diferentes estadísticas mostraban un alto reporte, por ejemplo, de categorías diagnósticas en salud mental muy comunes como lo son los trastornos de ansiedad y los trastornos depresivos. Además de otros, por supuesto, como también algunos temas relacionales muy evidenciados principalmente la violencia intrafamiliar que se disparó en ese momento, pero un aprendizaje muy valioso nos ha quedado es que los factores de protección mitigan todo este tipo de problemáticas, ¿Por qué ocurrían principalmente todos estos reportes?	Música ambien te Lofi	1 min 38 seg

	Porqué las personas estaban confinadas, estaban en un nivel de estrés muy elevado, además todo lo que estaba ocurriendo en el momento era muy incierto, a nivel laboral a nivel educativo al mismo tiempo a nivel familiar y por supuesto a nivel personal.		
Pisador	Estás escuchando estudiantes Unipamplona, relatos postpandemia	Música ambiente Lofi	5 seg
Aud. psicólogo Adrian Carrillo	Entonces estos factores de protección, se sabe que, si hubiesen estado fortalecidos en cada uno de nosotros, por supuesto no hubiesen existido reportes tan altos ¿cuáles factores de protección?, pues por ejemplo una red de apoyo hubo un momento en esa pandemia en donde la familia al estar confinada paso de ser un lugar seguro a convertirse en todo lo contrario, en un entorno conflictivo. Entonces, también de allí, por ejemplo, se notó una relación entre esto, una correlación entre esto, con los distintos reportes, especialmente en la población joven, adolescente de maltrato intrafamiliar, de intento de suicidio, de pensamiento suicida, de autolesiones, el famoso cutting, entre otros.	Música ambiente Lofi	55 seg

Locutor 1- Darwin Correa	Sin duda alguna, encontrar soluciones, no es tan fácil para algunos estudiantes, teniendo en cuenta los problemas y dificultades mencionadas por el psicólogo, quizá algunos jóvenes como la estudiante invitada, a pesar de los conflictos, logro buscar una alternativa para enfrentar los cambios generados por la pandemia.	Música ambiente Lofi	20 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Es crucial recordar que, aunque vivimos tiempos desafiantes, no estuvimos solos. Existen múltiples recursos que nos brindaron un apoyo. Las prácticas de autocuidado, la conexión social, la flexibilidad, el establecimiento de rutinas y la búsqueda de apoyo son pilares fundamentales para mantener nuestro bienestar.	Música ambiente Lofi	22 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Recordemos que priorizar tu bienestar no es un lujo, sino una necesidad. Tómame el tiempo para cuidar de ti mismo, busca ayuda cuando la necesites y recuerda que cada pequeño paso que tomes hacia el cuidado personal es un paso hacia un mejor estado de bienestar.	Música ambiente Lofi	18 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Y esto todo por hoy.	Música ambiente Lofi	2 seg

Locutor 1- Darwin Correa	Gracias por unirse a nosotros. No te pierdas los próximos episodios, donde continuaremos escuchando cómo la postpandemia ha transformado la vida de los jóvenes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta a través de sus relatos.	Música ambiente Lofi	14 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Si te ha gustado este episodio, no puedes perderte el siguiente, donde hablaremos sobre las problemáticas derivadas por los nuevos restos en los cambios de la pandemia. Y Solo aquí en	Música ambiente Lofi	12 seg
Cortinilla de salida	Cortinilla “Estudiante Unipamplona: Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	4 seg

Tabla 7 Capítulo 7

Capítulo 7	
Nombre	Problemáticas generadas.
Duración	8:55min
Locutor 1	Darwin Correa - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Locutor 2	Maryuri Vasquez - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Invitado	Anónima- Estudiante del del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Invitado	Adrian Carrillo - Psicólogo

CONTROL	CONTENIDO	AUDIO	TIE MPO
Cabezote	A continuación, escucharás un pódcast realizado por estudiantes de comunicación social, ampliación Cúcuta de la Universidad de Pamplona.	Música ambient e Lofi	9seg

Sube música		Música ambient e Lofi	6 seg
Baja música			
Cortina entrada	Atención que el ministerio, acaba de confirmar el primer caso de coronavirus en Colombia.		6 seg
	Sonido alerta		3 seg
	El 6 de Marzo de 2020, llegó la terrible noticia de que estaríamos confinados por completo en Colombia. Ese día, nuestras vidas cambiarían de manera drástica y repentina.	Música ambient e Lofi	10 seg
	Sonido de interferencia		2 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambient e Lofi	5 seg
Nombre del capítulo	Capítulo 7, Problemáticas generadas.	Música ambient e Lofi	1seg
Introducción Locutor 1- Darwin Correa	¡Vamos a ponernos cómodos para charlar sobre la vida postpandemia de los jóvenes! Aquí, en nuestro podcast, Darwin Correa	Música ambient e Lofi	8 seg

Locutor 2- Maryuri Vasquez	Y Maryuri Vásquez, te guiaremos a través de las experiencias de los estudiantes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta, ¡así que prepárate escuchar estos relatos!	Música ambient e Lofi	9 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambient e Lofi	5 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Después de meses de confinamiento, te comienzas a sentir frustrado, que no avanzas, que nada cambia, y esto comienza a generar problemas con tu salud mental, buscas alternativas por tu propia cuenta, pero no logras solucionar nada. Hasta el día de hoy, sigues teniendo secuelas de las consecuencias causadas por la pandemia.	Música ambient e Lofi	20 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	En este episodio, exploraremos cómo los estudiantes universitarios como tú, han manejado estas problemáticas relacionadas con la salud mental y qué estrategias han implementado para superar los nuevos retos. Contaremos con el testimonio de un estudiante y luego escucharemos la perspectiva de un psicólogo.	Música ambient e Lofi	21 seg

Locutor 2- Maryuri Vásquez	Muchos escuchamos sobre salud mental, pero ¿Qué es la salud mental?	Música ambient e Lofi	5 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Déjame te cuento, Resulta que La salud mental se refiere a un estado de bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos al enfrentar la vida. También determina cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones.	Música ambient e Lofi	22 seg
Locutor 1- Darwin Correa	De esta deriva nuestro bienestar, emocional, psicológico y social.	Música ambient e Lofi	6 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Por mi parte, la pandemia provoco el inicio de mi ansiedad, porque me sentía agobiada y sola, lo cual al tiempo tomé la decisión de consultar con un experto en donde pude comprender un poco por qué se presentaban estas situaciones y hasta el día de hoy sigo teniendo algunos ataques de ansiedad, pero no con la frecuencia que tenía en ese entonces. Cabe recalcar que no en todas las personas se expresa de la misma manera, es por esto que nuestra estudiante anónima, nos cuenta como lo vivió ella.	Música ambient e Lofi	33 seg

Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambient e Lofi	5 seg
Aud. estudiante Anonima	Cuando comenzó la pandemia, fue algo muy inesperado, la verdad, creo que muchos pensamos que era una cosa momentánea, la cual iba a pasar en un par de semanas, pero no, fue todo lo contrario, se alargó y demasiado. En medio de todo lo que pasaba, ver la televisión y escuchar las cifras tan significativas de mortalidad era muy fuerte, yo empecé a tener miedo, pues temía por mi familia. En ese tiempo empecé a experimentar la ansiedad, que se volvió muy constante, no había día en el que yo no me sintiera mal, en el que no me sintiera frustrada, en el que no me diera miedo, pero supongo que era algo normal, pues por todo lo que estábamos viviendo. Sin embargo, al pasar el tiempo, me di cuenta que definitivamente eso no estaba bien, que aumentaba día tras día. Empecé a sentir mucha desesperación, sin embargo, yo no busqué ayuda, sentí que no era		2 min 32 seg

	necesario, entonces, pasaba esa ansiedad sin contarle a nadie, simplemente, seguía mi día a día esperando que la mañana siguiente, al despertarme, fuese mucho mejor, que ya no hubiese ningún confinamiento y que todo volviera a la normalidad. Pero no era así. comencé a descuidar la universidad, no entraba a las clases virtuales y si entraba, me quedaba dormida, simplemente no prestaba atención. Hasta que un día ya no pude más, y fue entonces cuando mi familia se dio cuenta, se preocuparon y de inmediato me ayudaron, me sacaron una cita con un psicólogo, y aunque suena chistoso, las sesiones con el psicólogo también eran virtuales. No puedo decir que me ayudaron demasiado, porque no sentía que esa interacción o ese apoyo, de manera virtual, fuese a generar algún cambio en mi vida, pues no sentía que era algo que de verdad me ayudara, era como ver una clase, también era virtual, si quería, entraba, y si no, pues no. Sin embargo, me dieron unos tips y un par de cosas para hacer, que al principio yo creía que no iban a servir de nada, pero lo empecé a practicar día a día y con el pasar del tiempo		
--	--	--	--

	me di cuenta que lo había logrado, quizás no del todo, pero ya no sufría de ansiedad.		
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambient e Lofi	5 seg
Locutor 1- Darwin Correa	En definitiva, hubo personas que no la pasaron muy bien, y en la actualidad se siguen viendo afectadas. Este relato nos ha puesto a pensar y es por esto que la estudiante prefirió mantener su identidad oculta.	Música ambient e Lofi	13 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Así que para entender esto más a fondo, nuevamente escucharemos al psicólogo Adrián Carrillo.	Música ambient e Lofi	6 seg
Aud. psicólogo Adrian Carrillo	Si bien el periodo de la pandemia representó importantes retos para la atención en salud mental, no existe una forma de determinar que esas problemáticas se han mantenido hasta el día de hoy, solo porque en algún momento se dispararon en pandemia. Me explico, los análisis epidemiológicos han demostrado que, si bien existen muchísimos reportes hoy en día, todo esto tiene que ver precisamente con esa sensibilización que llegó a las personas en el periodo de la pandemia sobre la		48 seg

	importancia de la autoestima, del autoconocimiento, del autoconcepto, que muchas veces las mismas redes sociales y los medios de comunicación se encargaron de difundir.		
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente e Lofi	5 seg
Audio psicólogo Adrian Carrillo	Ahora bien, lo que preocupa hoy en día en un periodo post pandémico es que sea insuficiente lo que se está haciendo. Aunque hay muchos reportes, cada vez hay más personas que acuden al psicólogo, aún hay problemas muy marcados que cuando las personas acuden a un psicólogo, es entonces donde ya no saben qué hacer, Ya han agotado otros recursos, otras habilidades internas y entonces la problemática está exacerbada. En otras palabras, se está acudiendo al psicólogo no para prevenir, sino directamente para tratar. Entonces, sí es importante que continuemos con una sensibilización de manera que cada vez menos personas necesiten ir al psicólogo y que cuando acudan, no sea solo cuando ya que ya directamente		1 min 8 seg

	sienten que no hay nada más que hacer, porque en realidad todo esto es prevenible de alguna manera.		
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Tomemos este último consejo que nos da el psicólogo, para nuestra propia vida, busquemos ayuda a tiempo, para poder solucionar estos problemas.	Música ambient e Lofi	10 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	La salud mental es un componente integral del bienestar general. Invertir en la salud mental no solo mejora la calidad de vida, sino que también fortalece la capacidad de enfrentar y superar los desafíos diarios. Es importante reconocer y abordar los problemas de salud mental con la misma seriedad que los problemas de salud física.	Música ambient e Lofi	23 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Y esto todo por hoy.	Música ambient e Lofi	2 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Gracias por unirse a nosotros. No te pierdas los próximos episodios, donde continuaremos escuchando cómo la postpandemia ha transformado la vida de los jóvenes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta a través de sus relatos.	Música ambient e Lofi	16
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Si te ha gustado este episodio, no puedes perderte el siguiente, donde hablaremos sobre los	Música ambient e Lofi	12 seg

	escenarios de comunicación afectados por la pandemia. Y Solo aquí en		
Cortinilla de salida	Cortinilla “Estudiante Unipamplona: Relatos postpandemia.	Música ambient e Lofi	4 seg

Tabla 8 Capítulo 8

Capítulo 8	
Nombre	Escenarios de comunicación afectados por la pandemia.
Duración	10:40min
Locutor 1	Darwin Correa - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Locutor 2	Maryuri Vasquez - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Invitado	Mayra Torres- Docente del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta

CONTROL	CONTENIDO	AUDIO	TIEMPO
Cabezote	A continuación, escucharás un pódcast realizado por estudiantes de comunicación social, ampliación Cúcuta de la Universidad de Pamplona	Música ambiente Lofi	9 seg

Sube música		Música ambiente Lofi	6 seg
Baja música			
Cortinilla entrada	Atención que el ministerio, acaba de confirmar el primer caso de coronavirus en Colombia.		6 seg
	Sonido alerta		3 seg
	El 6 de Marzo de 2020, llegó la terrible noticia de que estaríamos confinados por completo en Colombia. Ese día, nuestras vidas cambiarían de manera drástica y repentina.	Música ambiente Lofi	10 seg
	Sonido interferencia		2 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Nombre del capítulo	Capítulo 8, Escenarios de comunicación afectados por la pandemia.		
Introducción Locutor 1- Darwin Correa	¡Vamos a ponernos cómodos para charlar sobre la vida postpandemia de los jóvenes! Aquí, en nuestro podcast, Yo soy Darwin Correa	Música ambiente Lofi	8 seg

Locutor 2- Maryuri Vasquez	Y Maryuri Vásquez, te guiaremos a través de las experiencias de los estudiantes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta, ¡así que prepárate escuchar estos relatos!	Música ambiente Lofi	11 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Luego de estar acostumbrados a una interacción constante de manera presencial, los lugares a los que acostumbrábamos a ir, la universidad, las salidas para pasarla bien con amigos, se convirtieron en simples chats y llamadas. Dando un giro drástico a lo que estábamos acostumbrados.	Música ambiente Lofi	19 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Las restricciones de distanciamiento social, los confinamientos y la necesidad de minimizar el contacto físico alteraron la forma en que las personas interactuaban, comunicándose y manteniendo relaciones.	Música ambiente Lofi	14 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Algunos de estos cambios más significativos fueron	Música ambiente Lofi	3 seg

Locutor 2- Maryuri Vasquez	Reducción del Contacto Presencial: Las restricciones impuestas para controlar la propagación del virus llevaron a la reducción de reuniones presenciales, como eventos sociales, fiestas, celebraciones y reuniones familiares se cancelaron o pospusieron.	Música ambiente Lofi	17 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Muchas personas experimentaron sentimientos de soledad y aislamiento debido a la falta de interacción cara a cara. La imposibilidad de visitar a amigos y familiares afectó negativamente el bienestar emocional.	Música ambiente Lofi	15 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Lugares de encuentro como cafeterías, parques, gimnasios y centros comunitarios vieron una disminución en la afluencia de personas. Las restricciones y el miedo al contagio redujeron la socialización en estos espacios.	Música ambiente Lofi	16 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Es así como en este capítulo, Mayra Torres, profesora de la Universidad de Pamplona, de comunicación social ampliación Cúcuta, nos relata desde su perspectiva docente, la forma en que los escenarios de comunicación se vieron afectados.	Música ambiente Lofi	15 seg

Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Aud. profesora Mayra Torres	Creo, que si bien nosotros hablamos mucho de las tecnologías de la información y la comunicación antes de entrar a la pandemia , pero realmente fue la pandemia la que nos enfrentó a las tecnologías de la información y la comunicación en la realidad, aquí en la hora, en el día, en lo que éramos en lo personal y en lo profesional, porque en ese momento las tecnologías se convirtieron digamos, como en un derrotero del día a día de cada una de las personas, incluso en sus lugares más íntimos como fueron sus hogares en el momento en que las oficinas tuvieron que trasladarse a sus casas ,entonces siento que todos los procesos de comunicación en ese momento se transformaron y fue la oportunidad para nosotros perder las excusas, y cuando digo perder las excusas es porque hoy en día y como resultado de esa pandemia y ese proceso que en un inicio generó para nosotros un choque o cambio y en algunos momentos ,esa		1 min 31 seg

	incapacidad que tenemos nosotros a veces de enfrentarnos a lo inesperado sí y que realmente nosotros no nos enseñan a enfrentarnos a eso inesperado y tal vez cuando hablamos en términos de comunicación, educación en algún momento hablamos de aquellos procesos de la educación y los saberes para el futuro.		
pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Es muy cierto, empezando por la falta de comunicación no verbal.	Música ambiente Lofi	4 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	La comunicación digital carece de muchos elementos de la comunicación no verbal, como el lenguaje corporal, el tono de voz y las expresiones faciales. Esto puede llevar a malentendidos y dificultades para transmitir emociones.	Música ambiente Lofi	15 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Las interacciones digitales tienden a ser más planificadas y menos espontáneas que los encuentros cara a cara. La ausencia de encuentros casuales y conversaciones improvisadas cambiaron la dinámica de las relaciones.	Música ambiente Lofi	14 seg

Locutor 1- Darwin Correa	Previamente la profesora Mayra, nos habló de como los escenarios comunicativos se vieron afectados, pero ahora nos relatara los desafíos que conllevó la adaptación a estos escenarios.	Música ambiente Lofi	12 seg
Aud. profesora Mayra Torres	Digamos que, a nivel del proceso de enseñanza, aprendizaje pueden ser muchas las vertientes o las variables a las cuales nosotros nos enfrentamos, la primera creería yo que es la transformación del aula de clase física, al aula de clase Virtual, porque es muy diferente cuando el docente está trabajando en un contacto directo con el estudiante en la cual, puede haber un proceso de interacción uno a uno, en el que se puede prestar atención específica en cada uno de los estudiantes dentro del entorno, del aula de clase y poder de pronto identificar con mayor facilidad ciertos momentos y ciertas actitudes dentro del aula de clase y al enfrentarnos ya a una plataforma virtual y tener al estudiante tras una pantalla, en la que muchas veces no teníamos ni la oportunidad de observarlos, porque muchos estudiantes eran muy apáticos a de pronto prender la cámara por x o y		2 min 14 seg

	motivo porque no le gustaba o porque de pronto no quería mostrar su escenario tras la cámara o por muchas otras opciones particulares totalmente respetables, pues hacía mucho más complicado el hecho de que el docente llegue a tener esa conexión con el estudiante. Sin embargo, siempre estaban presentes todos los elementos del proceso de comunicación, hablemos los del emisor, el receptor, el mensaje, Pero creo que en ese momento fueron más fuertes también los ruidos, lo que nosotros llamamos en el proceso de comunicación, los ruidos, Porque de pronto estaban las falencias físicas del internet, estaban los procesos de atención que era un reto muy grande para nosotros como docente, que era lograr captar la atención del estudiante, en una dinámica académica que era totalmente diferente a la que nosotros vivimos dentro de un aula de clase a la que vivimos en un aula digital, porque para nosotros como docentes implicaba hacer una adaptación estratégica de la metodología pedagógica para lograr llegar al estudiante y captar la atención entonces si yo		
--	--	--	--

	hablo de una clase de seis de la mañana sabiendo que el estudiante está en su cuarto con su cama al lado.		
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Aud. profesora Mayra Torres	Pero que también nos propician en nosotros, esa capacidad de innovación, de estrategia pedagógica, de metodología didáctica digital, porque la manejamos en el aula de clase, pero como logramos nosotros entonces adaptarnos para poder llevar todo eso al aula de clase que nosotros teníamos tras una pantalla con una cantidad de estudiantes que a veces ni veíamos, pero que sabíamos que eran nuestra misión y eran en ese momento un reto.		30 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Cómo dijo la profesora Mayra, estos escenarios implicaron un reto para todo, es así como la pandemia cambió profundamente la vida social y los escenarios de comunicación, llevando a una mayor dependencia de las plataformas digitales y alterando la forma en que interactuamos y nos conectamos.	Música ambiente Lofi	42 seg

	Aunque estos cambios han presentado desafíos, también han abierto nuevas oportunidades para la innovación en la comunicación y la relación social. Adaptarse a estos cambios y encontrar un equilibrio entre la comunicación digital y presencial será crucial para mantener relaciones saludables y un bienestar emocional en el futuro.		
Locutor 1- Darwin Correa	Y esto todo por hoy.	Música ambiente Lofi	2 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Gracias por unirse a nosotros. No te pierdas los próximos episodios, donde continuaremos escuchando cómo la postpandemia ha transformado la vida de los jóvenes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta a través de sus relatos.	Música ambiente Lofi	14
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Si te ha gustado este episodio, no puedes perderte el siguiente, donde hablaremos de las nuevas formas de comunicación. Y Solo aquí en	Música ambiente Lofi	9 seg

Cortinilla de salida	Cortinilla “Estudiante Unipamplona: Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	4 seg
----------------------	--	----------------------------	-------

Tabla 9 Capítulo 9

Capítulo 9	
Nombre	Nuevas formas de comunicación
Duración	08:02 min
Locutor 1	Darwin Correa - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Locutor 2	Maryuri Vasquez - Estudiante del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta
Invitado	Orlando Gonzales- Docente del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta

CONTROL	CONTENIDO	AUDIO	TIEMPO
Cabezote	A continuación, escucharás un pódcast realizado por estudiantes de comunicación social, ampliación Cúcuta de la Universidad de Pamplona	Música ambiente Lofi	9 seg
Sube música		Música ambiente Lofi	6 seg
Baja música			
Cortinilla de entrada	Atención que el ministerio, acaba de confirmar el primer caso de coronavirus en Colombia.		6 seg
	Sonido alerta		3 seg
	El 6 de Marzo de 2020, llegó la terrible noticia de que estaríamos confinados por completo en Colombia. Ese día, nuestras vidas cambiarían de manera drástica y repentina.	Música ambiente Lofi	10 seg
	Sonido interferencia		2 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Nombre del capítulo	Capítulo 9, nuevas formas de comunicación	Música ambiente Lofi	1 seg

Introducción	¡Vamos a ponernos cómodos para charlar sobre la vida postpandemia de los jóvenes! Aquí, en nuestro podcast, yo soy Darwin Correa	Música ambiente Lofi	7 seg
Locutor 1- Maryuri Vasquez	y Maryuri Vásquez, te guiaremos a través de las experiencias de los estudiantes de la Universidad de Pamplona en Cúcuta, ¡así que prepárate escuchar estos relatos!	Música ambiente Lofi	11 seg
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Cuando todo esto empezó no se sabían los métodos que se usarían para lograr comunicarnos de una manera efectiva en el ámbito educativo, muchos pensábamos que las clases no se iban a realizar. Pero, gracias a las nuevas formas de comunicación se logró tener alternativas que permitieran llevar a cabo las clases de una manera virtual.	Música ambiente Lofi	21 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	En este capítulo hablaremos de las nuevas formas de comunicación que permitieron interactuar de una forma alternativa.	Música ambiente Lofi	9 seg

Locutor 2- Maryuri Vasquez	Las plataformas digitales fue el medio principal que permitió que las reuniones físicas y las interacciones sociales se trasladaran a plataformas digitales. Herramientas como Zoom, Teams, Skype y Google Meet, se convirtieron en la norma para mantener contacto.	Música ambiente Lofi	20 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Por lo menos en la Universidad de Pamplona, la herramienta más usada fue Microsoft Teams, que permitió llevar a cabo las clases virtuales y la asignación de actividades de una manera efectiva para los estudiantes.	Música ambiente Lofi	14 seg
Locutor 1- Darwin Correa	El profesor Orlando González, docente en la Universidad de Pamplona del programa de Comunicación Social ampliación Cúcuta, relató como las nuevas formas de comunicación implicaron un reto, tanto en docentes como estudiantes.	Música ambiente Lofi	16 seg
Aud. profesor Orlando Gonzales	Hablar de la pandemia es hablar de una situación bastante compleja en la educación, sobre todo en la educación superior, fueron momentos difíciles porque nos tomó por sorpresa cómo enseñar, cómo interactuar en la academia con los estudiantes y a través de que, fueron momentos digamos que, de pánico, pero también de una situación para resolver en el momento, la universidad nos proporcionó las herramientas para trabajar de manera		1 min 25 seg

	virtual, nos apoyó enseñándonos el aplicativo de Teams , que es la plataforma que estamos utilizando actualmente, una plataforma de Google, que es versátil y que en su momento desconocíamos los profesores pero gracias a esa instrucción, esa capacitación de la Universidad de Pamplona, se pudo afrontar esa situación, pero teniendo ya la herramienta después cómo se establece ese vínculo, esa interacción del profesor con el estudiante cada uno desde su hogar. Esa dificultad de la distancia también tiene una situación bastante compleja porque no entendemos las emociones, no entendemos la reacción del estudiante que si la tenemos en el aula de clase.		
Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	5 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	En definitiva, estas plataformas ayudaron a tratar de llevar una vida normal, aunque la poca o nula interacción era evidente.	Música ambiente Lofi	9 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Sigamos escuchando un poco de más de como las nuevas formas de comunicación permitieron afrontar estos retos y como se vio reflejado en el presente.	Música ambiente Lofi	11 seg

Aud. profesor Orlando Gonzales	Poco a poco se fue aprendiendo algunas herramientas que tiene Teams para poder establecer tareas, evaluaciones. La manera sincrónica y asincrónica de establecer las clases y sobre todo poder navegar en una situación tan difícil como lo fue la pandemia en una conexión e interconexión que no daba, no daba porque o un estudiante vivía lejos en una zona apartada y no tenía la interconexión o se saturaba y era difícil poder sostener digamos doce, catorce, quince estudiantes en una transmisión. Esto dificultó bastante el aprendizaje, para el estudiante, bueno para el docente pues conocer la herramienta, entenderla, familiarizarse con esa herramienta de Teams, y de otras, porque también utilizaron otras herramientas como Zoom y saberlas aplicar en su clase, diferente una clase teórica a una clase totalmente práctica, en mi caso pues televisión es práctica y bueno como explicarle un proceso de iluminación, un triángulo fotográfico, iluminación al estudiante hace guion pues no es tan complicado, grabar, los planos, se tuvo que recurrir a muchas estrategias sobre todo herramientas digitales acudir a YouTube, vídeos de YouTube, en vivo mostrar cómo se puede hacer, dejar trabajos al estudiante.	Música ambiente Lofi	1 min 39 seg
---	--	-------------------------------------	-------------------------

Pisador	Estás escuchando Estudiantes Unipamplona. Relatos postpandemia.		5 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Las nuevas formas de comunicación desarrolladas y popularizadas durante la pandemia han revolucionado la manera en que interactuamos, trabajamos y aprendemos. Estas tecnologías permitieron mantener la conexión social y profesional en tiempos de distanciamiento físico, demostrando la capacidad de adaptación e innovación de la sociedad. A medida que avanzamos, estas herramientas seguirán evolucionando, integrándose aún más en nuestra vida cotidiana y remodelando las dinámicas de comunicación para el futuro.	Música ambiente Lofi	35 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Y esto todo por hoy.	Música ambiente Lofi	2 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Hemos llegado al final de nuestro podcast “Estudiante Unipamplona, relatos postpandemia” A lo largo de estos episodios, exploramos los desafíos y las transformaciones que la pandemia ha traído a nuestras vidas académicas, sociales y personales.	Música ambiente Lofi	17 seg

Locutor 1- Darwin Correa	También nos sumergimos en las historias de resiliencia y adaptación de algunos estudiantes, y hemos escuchado a expertos y docentes compartir sus perspectivas y estrategias para enfrentar esta nueva realidad.	Música ambiente Lofi	13 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Queremos agradecer a todos nuestros invitados, a los estudiantes que compartieron sus relatos y, por supuesto, a ustedes, nuestros oyentes, por acompañarnos en cada episodio.	Música ambiente Lofi	12 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Esperamos que este seriado de podcast, les haya proporcionado no solo información valiosa, sino también inspiración. La pandemia nos ha enseñado que, aunque los desafíos pueden ser grandes, nuestra capacidad para superarlos es aún mayor.	Música ambiente Lofi	15 seg
Locutor 2- Maryuri Vasquez	Realizado por estudiantes de comunicación social de la universidad de pamplona ampliación Cúcuta.	Música ambiente Lofi	6 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Yo soy Darwin Correa	Música ambiente Lofi	2 seg

Locutor 2- Maryuri Vasquez	Y Maryuri Vasquez	Música ambiente Lofi	1seg
Locutor 1- Darwin Correa	Gracias por estar con nosotros. Hasta la próxima.	Música ambiente Lofi	3 seg1 seg
Locutor 1- Darwin Correa	Esto fue.	Música ambiente Lofi	4 seg
Cortinilla de salida	Cortinilla “Estudiante Unipamplona: Relatos postpandemia.	Música ambiente Lofi	4 seg4 seg

4.6. Etapa de producción

4.6.1. Grabación material sonoro



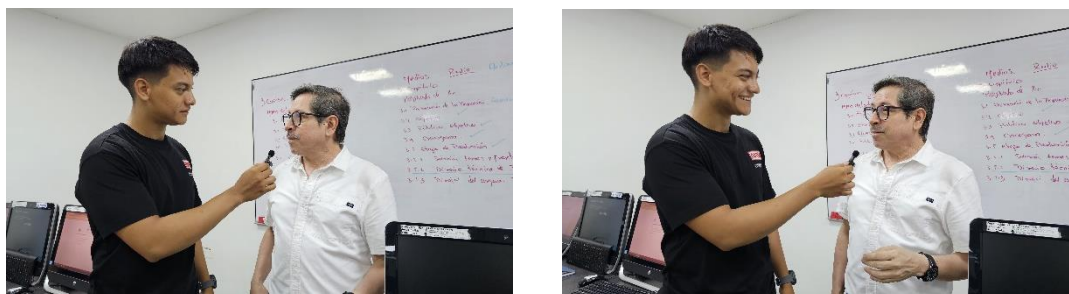
Maryuri Vasquez en entrevista con la estudiante Gissel Vargas, en las instalaciones del edificio de Comunicación social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta.



Darwin en entrevista con el estudiante Manuel Laguado, en las instalaciones del edificio de Comunicación social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta.



Darwin en entrevista con el estudiante Gabriel Ramirez, en las instalaciones del edificio de Comunicación social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta.



Darwin en entrevista con el Docente Orlando Gonzales, en las instalaciones del edificio de Comunicación social de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta.

4.6.2. Selección y análisis del material

Criterios de Selección del Material

Para este proyecto, seleccionamos estudiantes y docentes del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona, ampliación Cúcuta, y un Psicólogo egresado de la Universidad de Pamplona, debido a su experiencia directa con los efectos de la pandemia en el contexto universitario. La selección se basó en criterios de relevancia, buscando una representación equilibrada de diferentes perspectivas y experiencias.

Fuentes de Información

Las fuentes principales de información fueron:

Estudiantes: Participantes matriculados desde sexto semestre del programa de Comunicación Social.

Docentes: Profesores del programa de Comunicación Social de la Universidad de Pamplona, quienes dictaron clases en pandemia.

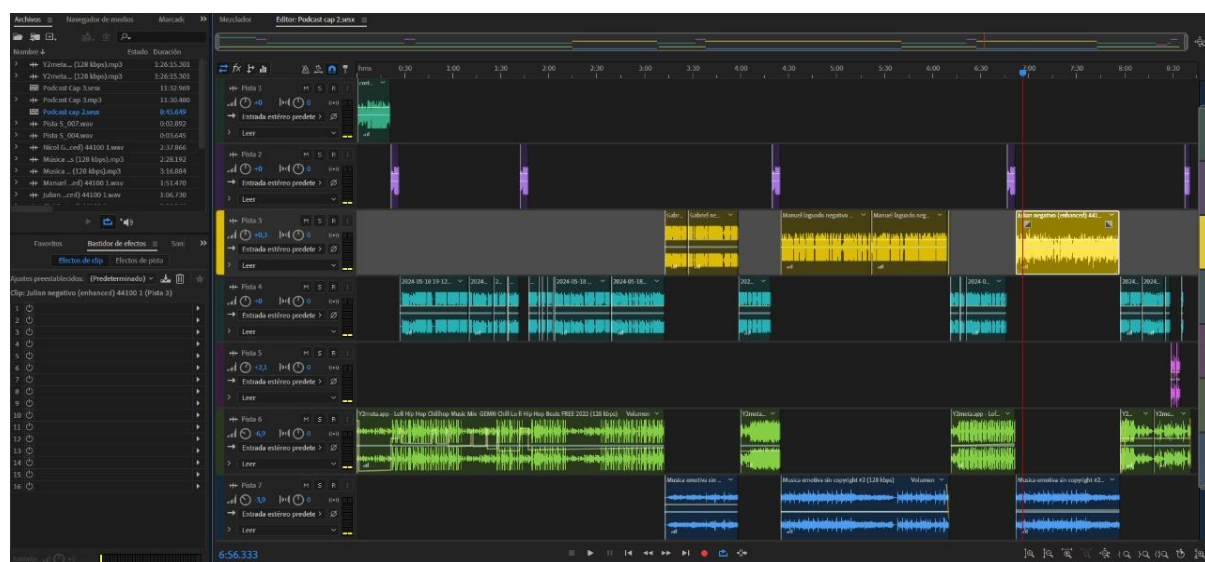
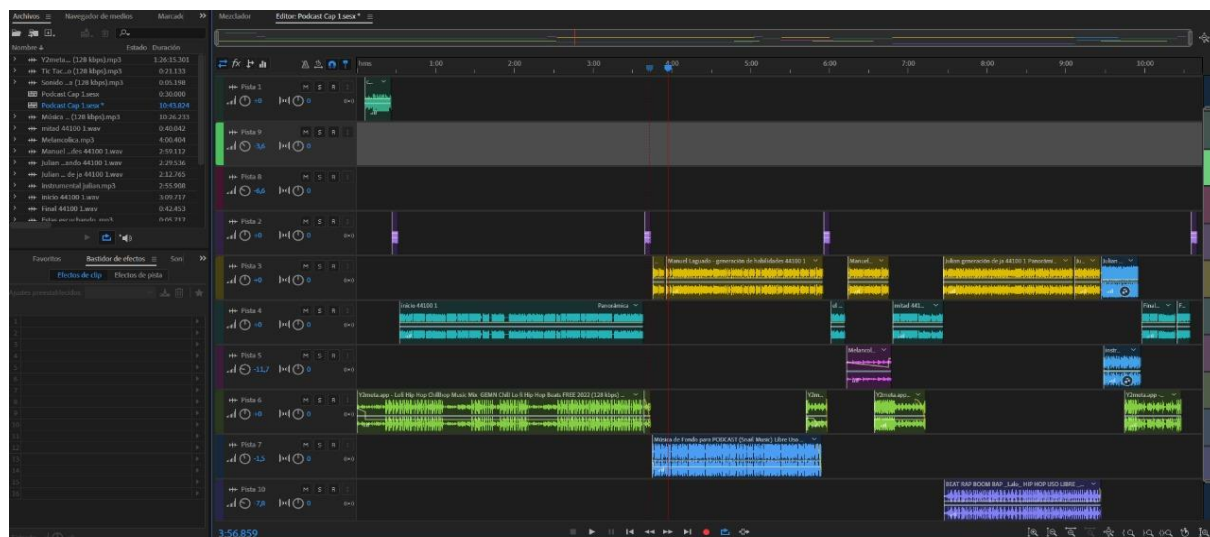
Psicólogo: Experto quien nos aporta su conocimiento en temas de Salud mental.

Metodología de Búsqueda

La búsqueda se realizó mediante acercamientos a estudiantes como profesores, quienes estuvieran dispuestos a dar sus relatos de la experiencia universitaria vivida en pandemia.

4.7. Etapa de postproducción

4.7.1. Edición y montaje de la producción radiofónica



The image displays three screenshots of the Audacity audio editing software interface, showing different stages of a project.

Top Screenshot: Editor Podium Cap 3.1.2024

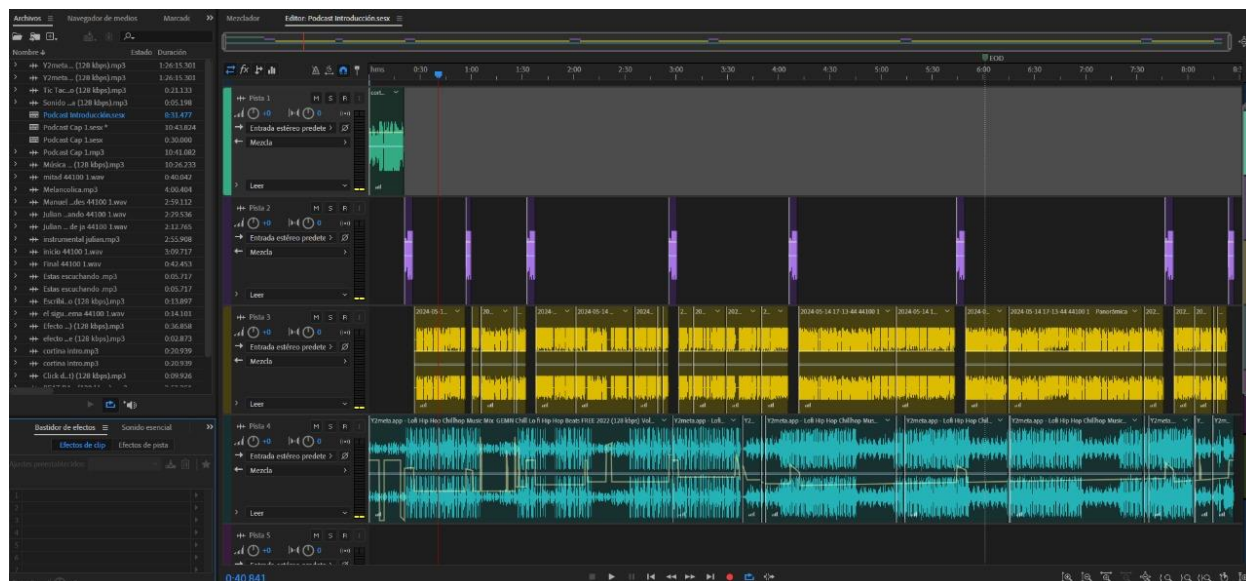
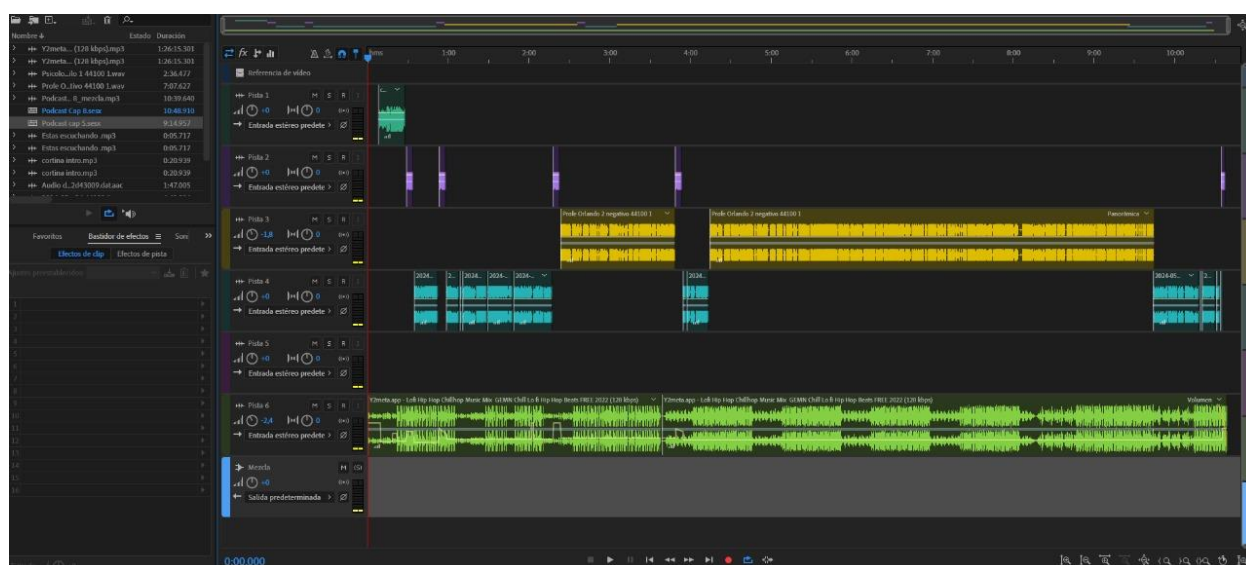
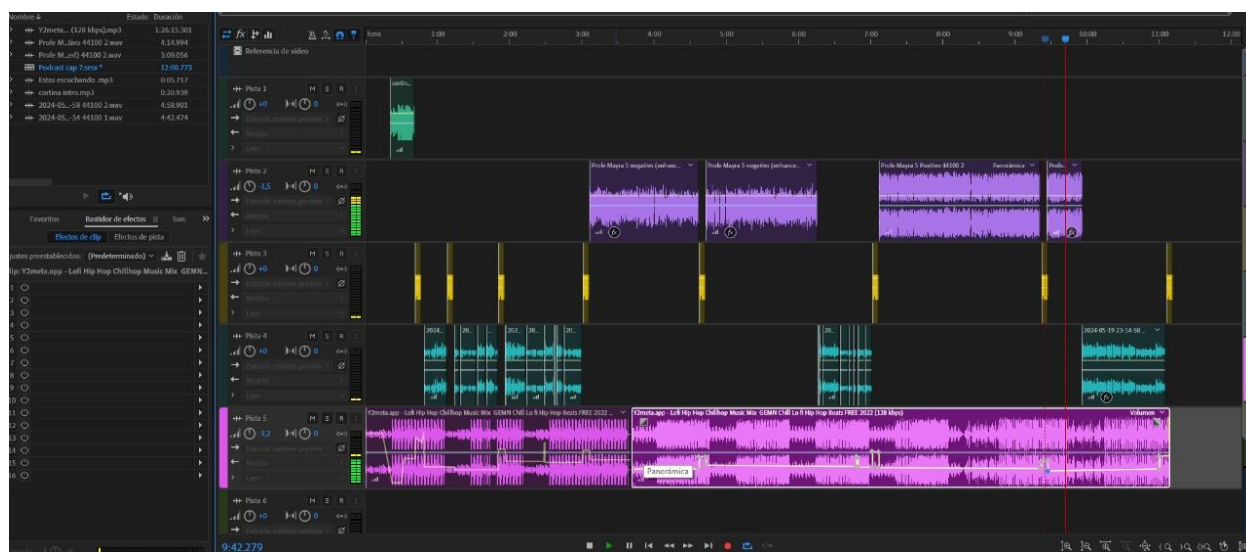
- Project Name:** Editor Podium Cap 3.1.2024
- Tracks:** Pista 1, Pista 2, Pista 3, Pista 4, Pista 5, Pista 6, Pista 7.
- Waveforms:** Pista 1 (green), Pista 2 (blue), Pista 3 (yellow), Pista 4 (cyan), Pista 5 (magenta), Pista 6 (red), Pista 7 (blue).
- Timeline:** 0:00.903

Middle Screenshot: Editor Grabacion 1.2024

- Project Name:** Editor Grabacion 1.2024
- Tracks:** Pista 1, Pista 2, Pista 3, Pista 4, Pista 5, Pista 6.
- Waveforms:** Pista 1 (green), Pista 2 (blue), Pista 3 (yellow), Pista 4 (cyan), Pista 5 (magenta), Pista 6 (red).
- Timeline:** 0:01.290

Bottom Screenshot: Editor Grabacion 1.2024

- Project Name:** Editor Grabacion 1.2024
- Tracks:** Pista 1, Pista 2, Pista 3, Pista 4, Pista 5, Pista 6.
- Waveforms:** Pista 1 (green), Pista 2 (blue), Pista 3 (yellow), Pista 4 (cyan), Pista 5 (magenta), Pista 6 (red).
- Timeline:** 9:10.195



4.7.2. Ficha técnica

Ficha Técnica	
Nombre de la producción radiofónica	Introducción de efectos Postpandemia en los jóvenes universitarios de la Universidad de Pamplona ampliación Cúcuta.
Formato	Educativo e informativo.
Género	Seriado de Podcast.
Tema central	Conocer los temas que se llevarán a cabo en los siguientes capítulos.
Medio de emisión	Radio San José de Cúcuta 1160 AM.
Fecha y hora de emisión	
Equipo de producción	Darwin Faidiver Correa Ramírez- Maryuri Lisbeth Vasquez Alvear.
Sinopsis	Presentación de la serie y explicación que se centra en las experiencias de los estudiantes durante la pandemia. Mencionando los desafíos de la educación en línea, como la falta de acceso a recursos tecnológicos y el impacto emocional del aislamiento.

Ficha Técnica	
Nombre de la producción radiofónica	Educación: Generación de habilidades.
Formato	Educativo e informativo.

Género	Seriado de Podcast.
Tema central	La transformación digital ha moldeado nuevas habilidades en los jóvenes.
Medio de emisión	Radio San José de Cúcuta 1160 AM.
Fecha y hora de emisión	
Equipo de producción	Darwin Faidiver Correa Ramírez- Maryuri Lisbeth Vasquez Alvear.
Sinopsis	Durante la pandemia, muchos estudiantes desarrollaron nuevas habilidades digitales y creativas. El tiempo de confinamiento y la necesidad de adaptarse a nuevas formas de aprendizaje impulsaron a los estudiantes a explorar y adquirir competencias que antes no habían considerado, como el uso avanzado de tecnologías, la producción de contenido multimedia y la exploración de disciplinas artísticas.

Ficha Técnica	
Nombre de la producción radiofónica	Educación: Dificultades en la virtualidad.
Formato	Educativo e informativo.
Género	Seriado de Podcast.
Tema central	Dificultades que enfrentaron los jóvenes universitarios en el entorno virtual de aprendizaje.

Medio de emisión	Radio San José de Cúcuta 1160 AM
Fecha y hora de emisión	
Equipo de producción	Darwin Faidiver Correa Ramírez- Maryuri Lisbeth Vasquez Alvear
Sinopsis	La transición repentina a la educación virtual presentó numerosos desafíos para los estudiantes. Las dificultades técnicas, la falta de acceso a dispositivos adecuados y la desconexión con los compañeros y profesores fueron problemas comunes. Estas barreras afectaron el rendimiento académico y el bienestar emocional de los estudiantes, quienes tuvieron que encontrar formas de adaptarse a un nuevo entorno de aprendizaje.

Ficha Técnica	
Nombre de la producción radiofónica	Disposición personal: Formas de innovación personal y adaptabilidad.
Formato	Educativo e informativo.
Género	Seriado de Podcast.
Tema central	La disposición personal y la capacidad de adaptarse que han permitido a muchos estudiantes innovar y superar los desafíos que trae consigo el aprendizaje en línea.

Medio de emisión	Radio San José de Cúcuta 1160 AM
Fecha y hora de emisión	
Equipo de producción	Darwin Faidiver Correa Ramírez- Maryuri Lisbeth Vasquez Alvear.
Síntesis	La pandemia llevó a los estudiantes a ser más innovadores y adaptables. Frente a los obstáculos impuestos por el confinamiento y el cambio de rutina, muchos jóvenes encontraron maneras creativas de seguir adelante. Ya sea aprendiendo nuevas habilidades, emprendiendo proyectos personales o encontrando nuevas formas de estudiar y trabajar, estos estudiantes demostraron una notable capacidad para adaptarse a las circunstancias cambiantes.

Ficha Técnica	
Nombre de la producción radiofónica	Disposición personal: Generación de incertidumbre.
Formato	Educativo e informativo.
Género	Seriado de Podcast.
Tema central	Impactado de la incertidumbre en estudiantes universitarios y cómo les ha afectado hasta el día de hoy.

Medio de emisión	Radio San José de Cúcuta 1160 AM
Fecha y hora de emisión	
Equipo de producción	Darwin Faidiver Correa Ramírez- Maryuri Lisbeth Vasquez Alvear.
Sinopsis	La incertidumbre generada por la pandemia afectó profundamente a los estudiantes, aumentando niveles de ansiedad y estrés. La falta de claridad sobre el futuro, las constantes modificaciones en los planes de estudio y la preocupación por la salud propia y de los seres queridos fueron factores que contribuyeron a un estado constante de inseguridad, afectando la motivación y el rendimiento académico.

Ficha Técnica	
Nombre de la producción radiofónica	Salud mental: Bienestar y formas de enfrentar los cambios generados por la pandemia.
Formato	Educativo e informativo.
Género	Seriado de Podcast.
Tema central	Formas de como los estudiantes universitarios enfrentaron los cambios y mantuvieron su bienestar durante la pandemia.
Medio de emisión	Radio San José de Cúcuta 1160 AM.

Fecha y hora de emisión	
Equipo de producción	Darwin Faidiver Correa Ramírez- Maryuri Lisbeth Vasquez Alvear.
Síntesis	Frente a los cambios radicales provocados por la pandemia, los estudiantes buscaron diversas estrategias para mantener su bienestar mental. Actividades como la meditación, el ejercicio físico, el contacto virtual con amigos y familiares, y la dedicación a hobbies fueron esenciales para sobrellevar el estrés y la ansiedad. Estas prácticas ayudaron a muchos a encontrar un equilibrio y enfrentar los desafíos diarios con una actitud más positiva.

Ficha Técnica	
Nombre de la producción radiofónica	Salud mental: Problemáticas generadas por nuevos retos derivados de los cambios de la pandemia.
Formato	Educativo e informativo.
Género	Seriado de Podcast.
Tema central	Problemáticas relacionadas con la salud mental y estrategias para superar los nuevos retos.
Medio de emisión	Radio San José de Cúcuta 1160 AM.

Fecha y hora de emisión	
Equipo de producción	Darwin Faidiver Correa Ramírez- Maryuri Lisbeth Vasquez Alvear.
Síntesis	La pandemia trajo consigo nuevos retos que afectaron negativamente la salud mental de los estudiantes. El aislamiento social, la presión académica, y la preocupación constante por el futuro crearon un ambiente propicio para el desarrollo de problemas como la depresión y la ansiedad. La falta de interacción cara a cara y el exceso de tiempo frente a las pantallas también contribuyeron a estos problemas, dificultando el manejo emocional de muchos jóvenes.

Ficha Técnica	
Nombre de la producción radiofónica	Cambios en la vida social: Escenarios de comunicación afectados por la pandemia.
Formato	Educativo e informativo.
Género	Seriado de Podcast.
Tema central	Conocer los temas que se llevarán a cabo en los siguientes capítulos.
Medio de emisión	Radio San José de Cúcuta 1160 AM.
Fecha y hora de emisión	

Equipo de producción	Darwin Faidiver Correa Ramírez- Maryuri Lisbeth Vasquez Alvear.
Síntesis	La pandemia transformó radicalmente la forma en que los estudiantes se comunicaban. Las restricciones impuestas por el confinamiento limitaron las interacciones sociales tradicionales, llevando a un incremento en el uso de plataformas digitales para mantener el contacto. Sin embargo, la falta de contacto físico y la dependencia de la comunicación virtual afectaron la calidad de las relaciones interpersonales y aumentaron el sentimiento de soledad entre los estudiantes.

Ficha Técnica	
Nombre de la producción radiofónica	Cambios en la vida social: Nuevas formas de comunicación.
Formato	Educativo e informativo.
Género	Seriado de Podcast.
Tema central	Nuevas formas de comunicación como alternativas que permitieron llevar a cabo las clases de una manera virtual.
Medio de emisión	Radio San José de Cúcuta 1160 AM.
Fecha y hora de emisión	

Equipo de producción	Darwin Faidiver Correa Ramírez- Maryuri Lisbeth Vasquez Alvear.
Síntesis	Aunque la pandemia dificultó las interacciones tradicionales, también dio lugar a nuevas formas de comunicación y conexión. Los estudiantes adoptaron diversas herramientas digitales para mantenerse en contacto con sus seres queridos y compañeros. Además, surgieron formas innovadoras de socialización, como reuniones virtuales, eventos en línea y el uso de redes sociales para crear comunidades de apoyo, demostrando la capacidad de adaptación a las circunstancias impuestas por la pandemia.

4.7.3. Evidencia de la emisión de las producciones radiofónicas



San José de Cúcuta, 19 de junio de 2024

Estimados
Darwin Correa Ramírez y Maryuri Vásquez Alvear

Cordial saludo,

Nos complace informarle que su trabajo de grado titulado "El Podcast Como Herramienta Para Visibilizar Los Efectos Pospandemia En Los Jóvenes De La Universidad De Pamplona", basado en un seriado de podcast, que consta de 9 capítulos, será publicado en la programación de Radio San José de Cúcuta.

De la siguiente manera se realizará la publicación de los capítulos:

Capítulo 1, día 17 de junio de 2024.
Capítulo 2, día 18 de junio de 2024.
Capítulo 3, día 19 de junio de 2024.
Capítulo 4, día 20 de junio de 2024.
Capítulo 5, día 21 de junio de 2024.
Capítulo 6, día 22 de junio de 2024.
Capítulo 7, día 23 de junio de 2024.
Capítulo 8, día 24 de junio de 2024.
Capítulo 9, día 25 de junio de 2024.

Atentamente,

Karina del Pilar Silva Becerra
Líder Radio San José de Cúcuta
Universidad de Pamplona

Capítulo IV.

4.8. Conclusiones

El proyecto de producción de un podcast como herramienta para visibilizar los efectos postpandemia en los jóvenes universitarios de Cúcuta ha permitido identificar y documentar los profundos cambios y desafíos que esta población ha enfrentado desde el inicio de la pandemia. Se ha evidenciado que el confinamiento y la virtualización de la educación han afectado tanto las habilidades cognitivas como no cognitivas de los estudiantes, así como su bienestar emocional y mental.

La creación de este podcast ha sido una respuesta adecuada a la necesidad de contar con plataformas que permitan a los jóvenes compartir sus experiencias y perspectivas, fomentando así un sentido de comunidad y apoyo mutuo, este formato ha demostrado ser flexible y accesible, facilitando una conexión significativa entre los participantes y la audiencia.

Este proyecto también resalta la importancia de la producción de contenido digital en la educación superior, donde las universidades han sido testigos del desarrollo de habilidades digitales en los estudiantes, ha generado competencias extra académicas que resultaron ventajosas en la postpandemia, favoreciendo una educación más adaptable y flexible.

4.9. Recomendaciones

Es fundamental seguir explorando y utilizando diversos formatos de comunicación, como documentales y piezas audiovisuales, para complementar y enriquecer el contenido de los podcasts. Esto permitirá alcanzar a un público más amplio y diverso, fortaleciendo así el impacto del proyecto.

La Universidad de Pamplona debe continuar fomentando espacios y oportunidades para que los estudiantes participen activamente en proyectos de este tipo. Esto no solo fortalecerá sus

habilidades profesionales, sino que también aumentará su sentido de pertenencia y compromiso con la institución.

Es crucial promover ampliamente los episodios del podcast a través de diferentes plataformas y medios locales, para asegurar que el mensaje llegue a una audiencia más extensa. La difusión efectiva ayudará a generar conciencia y a sensibilizar a la comunidad sobre las experiencias y desafíos enfrentados por los jóvenes universitarios en la postpandemia.

Implementar programas de formación y capacitación para estudiantes y docentes en el uso de tecnologías digitales y herramientas de producción de medios. Esto garantizará que todos los involucrados estén bien equipados para crear contenido de alta calidad y relevancia, adaptado a las necesidades actuales del contexto postpandemia.

Referencias Bibliográficas

Afectaciones en la salud mental a causa del aislamiento social y la cuarentena asociados a la pandemia por COVID-19. [Trabajo de Grado Pregrado, Universidad de Pamplona].

Repositorio Hualgo Universidad de Pamplona.

Carranza Godoy, M. K.; Vivas Rodríguez, B. J.; Zambrano Ramírez, J.E. (2021). El podcast radial como herramienta de empoderamiento comunicativo en el grupo juvenil renovación 21 de la iglesia centro cristiano Ureña. Repositorio Hualgo Universidad de Pamplona.

Cipagauta Esquivel, Á. (2021). *Tecnologías digitales en educación: ¿ruptura o resignificación?: Experiencias de enseñanza y aprendizaje mediadas por tecnologías en una universidad privada de Bogotá*. Universidad Nacional de Colombia.

De Vincenzi, A. (2020). *Del aula presencial al aula virtual universitaria en contexto de Covid-19*. Debate Universitario.

Delgado Cortés, Adrián. (2023). Podcast sobre las consecuencias de Instagram en los estudiantes de la

Departamento Administrativo Nacional de Estadística (2021). *Salud mental en Colombia: un análisis de los efectos de la pandemia*.

Departamento de Administrativo Nacional de Estadística (2021). *Información del DANE en la toma de decisiones regionales*.

Férez, J. (2022). *Los edupodcast en la educación universitaria*. Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil.

Guerrero, M. (2016). *La investigación cualitativa*. INNOVA Research Journal.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Definición del alcance de la investigación que se realizará: exploratorio, descriptivo, correlacional o explicativo*. México: McGraw-Hill.

Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2014). *Definiciones de los enfoques cuantitativo y cualitativo, sus similitudes y diferencias*. McGraw Hill Education, México.

Kvale, S. (2012). *Las entrevistas en investigación cualitativa (Vol. 2)*. Ediciones Morata.

Machado, N. & Fajardo, N. (2023). *Estilo y sentido de vida de estudiantes universitarios tras confinamiento por Covid-19*. Pontificia Universidad Javeriana.

Melo-Becerra, L., Ramos-Forero, J., Rodríguez, J., Zarate-Solano, H. (2021). *Efecto de la pandemia sobre el sistema educativo: el caso de Colombia*. Borradores de Economía.

Ministerio de Salud y Protección Social (2020). *Problemas y trastornos mentales previos a la cuarentena estarían exacerbándose*.

Ministerio de Tecnología de la Información y Comunicaciones (2021). *Colombia avanza en su meta de estar conectada en un 70% en 2022: DANE*.

Muñoz, D. (2022). *Los gustos y preferencias en el consumo de streaming de video en un contexto pospandemia del COVID-19 en jóvenes universitarios de Lima metropolitana*. Universidad de Lima.

Navarro-Hudiel, S. (2020). *Tendencias en el uso de recursos y herramientas de la tecnología educativa en la educación universitaria ante la pandemia del Covid-19*. Revista Ciencia y Tecnología El Higo.

Prensky, M. (2001). *Nativos Digitales, Inmigrantes Digitales*. On de horizont.

Ramírez, K., Devenisch, A. (2021). *Fortalecimiento de las competencias lectoras mediante el uso educativo del podcast como herramienta didáctica en los estudiantes de la media vocacional*. Universidad de la Costa.

Rodríguez, A. (2021). *El consumo de pódcast en Colombia ¿ilusión o realidad?* Pontificia Universidad Javeriana.

Sampieri, R. (2023). *Glosario de términos y conceptos de investigación cualitativa*. Universidad Nacional Autónoma de México.

Sistema para la Prevención y Análisis de la Deserción en las Instituciones de Educación Superior (2023). *Estadísticas de deserción y permanencia en Educación Superior SPADIES 3.0 – Indicadores 2021*.

Suparman, I., Kumar, J., Osman, S. (2023). *El aprendizaje en línea de inglés: la facilidad precede a la utilidad*. Comunicar: Revista científica iberoamericana de comunicación y educación.

Universidad Monteavila entre 18 y 22 años

[Uribe, J. \(2020\). *El podcast como herramienta comunicativa digital en la educación universitaria*. Universidad Cooperativa de Colombia.](#)