

# LAS REDES SOCIALES COMUNITARIAS COMO APOYO EMOCIONAL A LOS ESTUDIANTES DE LA JORNADA NOCTURNA DEL POLITÉCNICO GRANCOLOMBIANO, CON DIRECCIÓN A LA LIBERACIÓN DEL ESTRÉS



## AUTORES

Forero E. Angela Yuleni  
Lemir G. Leidy Diana  
Pulido M. María Camila.

## INSTITUCIÓN

Institución Universitaria Politécnico  
Grancolombiano.  
Psicología social comunitaria, Prof. Julián  
Hernández.  
Psicología Bogotá



## INTRODUCCIÓN

El estrés es uno de los factores que alteran la salud mental de las personas, cambiando su estilo de vida; Alfonso, Calcines, Monteagudo, y Nieves (2015) indican que los estudiantes deben dominar cada vez más las exigencias y retos que les demanda la gran cantidad de recursos físicos y psicológicos para enfrentar esta problemática.

En la presente investigación se pretende estudiar el estrés y cómo pueden influir las redes sociales comunitarias como un apoyo emocional, identificando los diferentes aspectos ambientales y personales de los estudiantes de la jornada nocturna del Politécnico Grancolombiano, teniendo en cuenta los estímulos y las acciones que median, para la liberación de dicho estrés.



## METODOLOGÍA

Esta investigación es de tipo cualitativa, basado en un diseño exploratorio teniendo presente que no se han realizado investigaciones a través de se tengan en cuenta las redes sociales comunitarias con énfasis en la liberación del estrés en estudiantes de la jornada nocturna del Politécnico Grancolombiano de diferentes carreras, teniendo presente el muestreo por conveniencia,

## RESULTADOS

Los resultados obtenidos de acuerdo a la encuesta aplicada nos orientan a evidenciar que los estudiantes de la jornada nocturna del Politécnico Grancolombiano, reconocen que el apoyo emocional por parte de una red social comunitaria es un factor que puede liberar el estrés que se genera por diversas causas.

## CONCLUSIONES

Conforme a la información recibida y analizada, concluimos que las redes sociales comunitarias pueden ser percibidas como un modelo que busca la liberación del estrés y esto se evidencia en el recibimiento del concepto por parte de los encuestados.



## BIBLIOGRAFÍA

Alfonso, B., Calcines, M., Monteagudo, R., y Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *EDUMECENTRO*, 7(2), 163 – 178. Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742015000200013](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013)  
En el trabajo de investigación se relacionan todas las referencias bibliográficas que se tuvieron en cuenta para el desarrollo de esta.

