VISUAL REVIEW | Vol. 18, No. 1, 2026 | ISSN 2695-9631
International Visual Culture Review / Revista Internacional de Cultura Visual
https://doi.org/10.62161/revvisual.v18.6464

EMPODERAMIENTO FEMENINO EN ADOLESCENTES ANDINAS MEDIANTE LA PRODUCCIÓN DE MICROCONTENIDOS AUDIOVISUALES PARA REDES SOCIALES

Rubén Rolando Vargas-Condori[1]
Rubén Darío Alania-Contreras[1]
Karina Magaly Caballero-Arroyo[2]
Daniela Isabel Dayan Ortega-Révolo[1]

[1] Facultad de Ciencias de la Comunicación, Universidad Nacional del Centro del Perú, Huancayo, Perú.
[2] Escuela Profesional de Psicología, Universidad Tecnológica del Perú, Huancayo, Perú.

KEYWORDS

empoderamiento femenino, cultura visual, microcontenidos audiovisuales, redes sociales, igualdad de género, educación, adolescentes

ABSTRACT

Introducción: Las redes sociales forman parte de la cultura visual cotidiana de las adolescentes y pueden funcionar no solo como espacios de consumo, sino también como escenarios de producción, representación y participación. En los Andes centrales del Perú, donde persisten barreras socioculturales vinculadas con los roles de género, resulta pertinente explorar estrategias educativas que articulen alfabetización audiovisual, expresión crítica y empoderamiento femenino. Metodología: Se desarrolló un estudio cuantitativo, aplicado y cuasiexperimental con 43 estudiantes de 14 a 17 años de una institución educativa pública de Concepción, Junín. El grupo experimental (n = 20) participó durante ocho semanas en el taller "Exprésate", orientado a investigar, guionizar, producir, editar y publicar microcontenidos audiovisuales para redes sociales sobre empoderamiento femenino; el grupo control estuvo conformado por 23 estudiantes. Se aplicó una Escala de Empoderamiento Femenino para Adolescentes de 49 ítems en pretest y postest. Resultados: El grupo experimental mostró un incremento de la mediana global de 125.5 a 186.5 puntos, mientras que el grupo control pasó de 129 a 130. Las pruebas de Mann-Whitney y Wilcoxon identificaron diferencias estadísticamente significativas a favor del grupo experimental ($p < .05$), con mejoras en agencia personal, autoestima, actitud frente a los roles de género, empoderamiento sexual y empoderamiento social. Discusión: Los hallazgos sugieren que la creación guiada de mensajes audiovisuales favorece un papel más activo de las adolescentes frente a los discursos visuales que circulan en redes, al convertirlas en productoras de representaciones y no únicamente en receptoras. Conclusiones: El taller "Exprésate" influyó positiva y significativamente en el empoderamiento femenino y evidencia el potencial educativo de la producción audiovisual y la cultura visual digital para trabajar igualdad de género, autonomía y participación en contextos escolares.

Recibido: 02/ 06 / 2025
Aceptado: 07/ 09 / 2025

1. Introducción

La investigación partió de la necesidad de fortalecer el empoderamiento femenino mediante la educación, un aspecto clave para avanzar hacia los Objetivos de Desarrollo Sostenible, especialmente el ODS 5 que promueve la igualdad de género y el fortalecimiento de la autonomía de mujeres y niñas (Adeleye et al., 2024; Ruiz-Bravo et al., 2018). En América Latina, persisten barreras estructurales que restringen la participación plena de las mujeres en espacios de toma de decisiones, lo cual evidencia avances limitados en equidad de género (Foro Económico Mundial, 2023).

El empoderamiento femenino se entiende como un proceso mediante el cual las mujeres ejercen mayor control y autonomía sobre sus vidas, fortaleciendo su autoestima, autoeficacia, sentido de agencia y capacidad para tomar decisiones con independencia (Costa et al., 2023; Mallepu, 2025; Richardson, 2017). A partir de ello, afrontan con mayor seguridad desigualdades estructurales como la discriminación de género y la exclusión de instancias relevantes de toma de decisiones (Cid & Hinrichs, 2015). El empoderamiento no solo transforma las condiciones estructurales, sino que también actúa como un importante factor protector en la salud mental de las mujeres (Bandara et al., 2024).

El empoderamiento en mujeres adolescentes constituye un proceso integral influido por los cambios propios de la edad y por barreras sociales como la desigualdad estructural y las normas restrictivas que limitan su participación (Organización Panamericana de la Salud, 2010). Este proceso se expresa en dimensiones clave: la agencia personal, que abarca la toma de decisiones autónomas y la capacidad para enfrentar situaciones adversas; la autoestima, entendida como la valoración de sí mismas y el sentido de pertenencia; la actitud crítica frente a los roles de género tradicionales, que permite cuestionar estereotipos y resignificar la identidad; el empoderamiento sexual, basado en el conocimiento del cuerpo, el consentimiento y la construcción de vínculos saludables, y el empoderamiento social, que promueve la apropiación de derechos, la participación activa y consolidación de redes comunitarias. Estas dimensiones se interrelacionan y contribuyen al fortalecimiento de la autonomía, salud mental y bienestar emocional (Bandara et al., 2024; Sen et al., 2023; Stromquist, 2015).

Para que estas dimensiones puedan consolidarse de forma sostenida, la educación cumple un rol esencial, especialmente desde un enfoque psicológico y emancipador. Desde la pedagogía crítica, Freire (2022) plantea que empoderar implica formar conciencia crítica, permitiendo a las adolescentes cuestionar su realidad y actuar con autonomía. Este proceso requiere del acompañamiento de agentes clave de socialización como la familia, la escuela y los medios de comunicación, que deben promover el empoderamiento desde una edad temprana (Marugán, 2015). Además, el empoderamiento no sigue una trayectoria lineal, sino que se construye progresivamente a partir de experiencias diversas que configuran el desarrollo personal y relacional de las adolescentes (Deere & León, 2002).

Desde la psicología del desarrollo, el modelo ecológico de Bronfenbrenner (1987) explica que el crecimiento personal se construye en interacción con entornos como la familia, la escuela y la comunidad. En las adolescentes, estos contextos influyen directamente en el desarrollo de la agencia y la autonomía. Complementariamente, desde la psicología social-cognitiva, Bandura (1997), destaca que la autoeficacia, entendida como la creencia en la propia capacidad para enfrentar desafíos, es un componente clave que fortalece la resiliencia y promueve una autonomía sólida en las adolescentes.

En entornos como los Andes centrales del Perú, estas condiciones se ven afectadas por barreras socioculturales que limitan el desarrollo personal de las adolescentes. Los estereotipos de género y la falta de recursos educativos orientados al empoderamiento perpetúan las desigualdades. Si bien la brecha digital ha disminuido, aún persisten obstáculos estructurales. En este contexto, el uso educativo de las tecnologías de la información y la comunicación puede

constituir una estrategia pertinente para fortalecer el empoderamiento femenino, siempre que se oriente al desarrollo de capacidades críticas, expresivas y participativas.

Huyer (2016) señala que el acceso a internet puede desempeñar un papel importante en la reducción de la brecha de género, al facilitar el desarrollo de habilidades y potenciar la independencia de las mujeres. Sin embargo, advierte que el acceso por sí solo no es suficiente, se requiere promover un uso transformador de las tecnologías, orientado al cambio social y fortalecimiento de capacidades críticas. Además, Stromquist (2015) sostiene que el empoderamiento no se alcanza únicamente mediante el acceso a información o recursos digitales, sino que requiere un proceso educativo que promueva aprendizajes significativos, fomente la autonomía y desarrolle en un entorno que facilite el ejercicio real de la agencia femenina.

Las redes sociales, ampliamente presentes en la vida de las adolescentes, son también espacios de cultura visual: allí circulan imágenes, relatos breves, modelos de identidad y representaciones de género que pueden ser reproducidos, cuestionados o resignificados. En este escenario, la producción de microcontenidos audiovisuales permite pasar del consumo pasivo a una participación expresiva, en la que las estudiantes organizan ideas, construyen mensajes y elaboran representaciones propias. Blair (2016) resalta que las estrategias activas potencian un aprendizaje más significativo y duradero.

No obstante, en el Perú, son aún escasas las instituciones educativas que han incorporado enfoques pedagógicos orientados al empoderamiento y la equidad de género. El modelo tradicional, basado en una relación jerárquica entre docentes y estudiantes, resulta insuficiente frente a los desafíos actuales. La persistencia de los roles de género estereotipados, moldeados por factores culturales, medios de comunicación y entornos digitales, exige una respuesta educativa más participativa, crítica e innovadora.

Diversos estudios han evidenciado que el empoderamiento femenino puede ser fortalecido mediante estrategias educativas, el acceso a tecnologías y el desarrollo de habilidades psicosociales. Del Prete et al. (2013) mejoraron el autoconcepto y las habilidades digitales de mujeres rurales en Cataluña mediante talleres con TIC. Vardhan (2020) halló que mujeres en India se empoderan mediante el uso de TIC y redes sociales, al facilitarles el conocimiento de sus derechos, el desarrollo de habilidades digitales y mayor participación social. Huyer (2016), encontró que las TIC contribuyen a reducir la brecha de género en mujeres rurales, al ampliar oportunidades de inclusión económica y social. Bandara et al. (2024) establecieron que el empoderamiento, al fortalecer la agencia personal y la autoestima, actúa como un factor protector clave en la salud mental femenina. Adeleye et al. (2024) registraron un incremento sostenido en la producción científica sobre empoderamiento de mujeres y niñas desde 2015, con picos en 2017 y 2021, en el marco del ODS 5.

Estas metas enfrentan mayores desafíos en regiones como los Andes centrales del Perú, donde persisten estructuras patriarcales que naturalizan roles jerárquicos y limitan la autonomía femenina. Ante esta realidad, se diseñó una intervención educativa dirigida a estudiantes del colegio público de mujeres Sagrado Corazón de Jesús, ubicado en la ciudad andina de Concepción. Los reportes institucionales describían dificultades de autoestima, rechazo hacia la propia imagen, confusión vocacional, baja participación ciudadana y otros riesgos psicosociales asociados con contextos de violencia, trabajo infantil peligroso y normas de género restrictivas. La ausencia de estrategias institucionales que aborden integralmente estos factores profundizaba su situación de vulnerabilidad.

En este contexto, se observó que, aunque las estudiantes contaban con teléfonos inteligentes y utilizaban redes sociales con regularidad, esas tecnologías no se convertían automáticamente en medios de empoderamiento. Esta situación motivó el diseño del taller “Exprésate”, orientado al aprendizaje del lenguaje audiovisual y a la creación de microcontenidos sobre empoderamiento femenino. La propuesta buscó que las participantes produjeran mensajes

desde su propia experiencia, cuestionaran estereotipos y utilizaran los entornos digitales como espacios de expresión, participación y construcción de sentido. Así, las redes sociales no se abordaron únicamente como canales tecnológicos, sino como escenarios de cultura visual en los que las adolescentes podían intervenir de manera crítica y creativa.

2. Objetivos

El objetivo general fue demostrar la influencia del taller de producción de microcontenidos para redes sociales “Exprésate” en el empoderamiento femenino de alumnas de una institución educativa pública de la provincia de Concepción, Junín. De manera específica, se buscó comparar el empoderamiento femenino antes y después de la intervención y analizar los cambios en sus dimensiones de agencia personal, autoestima, actitud frente a los roles de género, empoderamiento sexual y empoderamiento social. Desde el enfoque editorial de cultura visual, el estudio también permite examinar el valor de la producción audiovisual como práctica educativa de representación, expresión crítica y participación adolescente.

3. Metodología

Diseño y enfoque metodológico: La investigación fue de enfoque cuantitativo, de tipo aplicado, con un diseño cuasiexperimental. La variable independiente fue Taller de producción de micro contenidos para redes sociales “Exprésate” y la variable dependiente fue el empoderamiento femenino.

Población y muestra: La población estuvo conformada por estudiantes adolescentes del tercer año de secundaria del colegio Sagrado Corazón de Jesús, en la provincia de Concepción, departamento de Junín, Andes centrales del Perú.

Se trabajó con una muestra distribuida en dos grupos: uno experimental (20 estudiantes), donde se aplicó la intervención, y otro control (23 estudiantes) que no recibió la intervención y sirvió para fines comparativos. El muestreo fue no probabilístico por conveniencia, apropiado para diseños cuasiexperimentales. La elección del grupo experimental se basó en la disponibilidad horaria del aula "C", lo que permitió realizar el taller durante ocho semanas.

Los criterios de inclusión contemplaron a estudiantes adolescentes matriculadas en el tercer año de secundaria que aceptaron el consentimiento informado. Se excluyeron aquellas que estuvieron fuera rango etario de adolescencia, no consintieron participar o abandonaron el experimento.

Las estudiantes de ambos grupos tenían edades entre 14 y 17 años, destacando los 15 años (55% el grupo experimental y 56.5% el grupo control), con medias de 14.8 y 14.78 años respectivamente.

El 50% del grupo experimental y el 56.5% del grupo control vivían en familias nucleares; siendo más frecuentes las familias con cinco miembros (35 % y 34.8 %, respectivamente). En cuanto a hermanos, predominó tener uno (45 % en el grupo experimental y 43.5 % en el control). En hermanas, fue más común tener una (25 % y 39.1 %, respectivamente).

Procedimiento: El taller "Exprésate" se desarrolló durante ocho semanas, combinando sesiones teóricas y prácticas. Las participantes recorrieron todo el proceso de creación de microcontenidos para redes sociales: elaboración de guiones, registro audiovisual, edición, publicación en plataformas digitales y uso de herramientas básicas de analítica web. Los contenidos producidos abordaron temas de empoderamiento femenino, como agencia personal, autoestima, actitud crítica frente a los roles de género, empoderamiento sexual y empoderamiento social. (Enlace de la página en Facebook: https://www.facebook.com/profile.php?id=61553645032780&mibextid=ZbWKwL)

Durante el taller, las estudiantes no solo adquirieron habilidades técnicas, sino que también reflexionaron sobre el empoderamiento, promoviendo un aprendizaje activo y crítico. Se emplearon metodologías participativas, como el aprendizaje basado en problemas, proyectos, método de casos y aprendizaje cooperativo, vinculando los contenidos digitales con sus

experiencias y analizando críticamente los estereotipos de género en su entorno. Estas estrategias se alinearon con el enfoque constructivista, la teoría del aprendizaje social de Bandura (2001), el aprendizaje experiencial de Kolb (2015), la pedagogía crítica de Freire (2022) y la pirámide del aprendizaje de Dale (1969) y Blair (2016), favoreciendo el desarrollo del pensamiento crítico, la creatividad y la capacidad investigativa.

Antes de su participación, las estudiantes y sus tutores legales firmaron un consentimiento informado. Se explicó claramente el propósito del estudio, los procedimientos, posibles beneficios y riesgos, garantizando el derecho a retirarse en cualquier momento sin repercusiones. Se aseguró la confidencialidad de la identidad y los datos en todas las etapas del estudio.

Instrumentos: La variable dependiente se evaluó mediante la Escala de Empoderamiento Femenino para Adolescentes, construida específicamente para la presente investigación y aplicada en las etapas de pretest y postest. Consta de 49 ítems distribuidos en cinco dimensiones: agencia personal, autoestima, actitud crítica frente a los roles de género, empoderamiento sexual y empoderamiento social. Las respuestas se estructuraron en una escala tipo Likert de cinco opciones: 1 (Nunca) a 5 (Siempre).

La validez de contenido fue determinada por juicio de cinco expertos, aplicando la prueba t de Student con un 95 % de confianza. Todos los ítems superaron el valor crítico de 2.132, con puntuaciones entre 13.5 (intencionalidad) y 22.44 (coherencia), confirmando su validez.

La validez de constructo se verificó con una prueba piloto en 80 adolescentes, usando la correlación ítem-total corregida de Pearson. Los coeficientes fueron mayores a 0.2, oscilando entre .287 (ítem 14) y .757 (ítem 6), lo que indicó la validez interna del instrumento.

La confiabilidad del instrumento se evaluó mediante el coeficiente alfa de Cronbach, aplicado en la muestra piloto, obteniendo un coeficiente de .893, lo que indicó alta consistencia interna del instrumento.

Análisis de datos: El análisis estadístico se realizó mediante la prueba U de Mann-Whitney para comparar las medianas entre los grupos experimental y control en el pretest y postest. También se utilizó la prueba de rangos con signos de Wilcoxon para evaluar los cambios dentro del grupo experimental antes y después de la intervención. Los datos fueron tratados de manera anónima y con fines exclusivamente científicos, conforme a las normativas éticas internacionales.

4. Resultados

A continuación, se presentan los principales hallazgos orientados a evaluar el efecto del taller "Exprésate" en el empoderamiento femenino de las estudiantes. Para ello, se compararon las puntuaciones obtenidas por el grupo experimental y el grupo control en el pretest y postest, considerando la variable general y sus dimensiones: agencia personal, autoestima, actitud frente a los roles de género, empoderamiento sexual y empoderamiento social.

Tabla 1.

Empoderamiento femenino, dimensiones e indicadores en el pretest por grupo de estudio.

Variable/dimensión / Indicador	Ítem	Rango teórico	Grupo experimental		Grupo control	
			Rango real	Mediana	Rango real	Mediana
Empoderamiento femenino	49	49–245	105–159	125.5	109–129	129
Agencia personal	12	12–60	21–42	29	20–41	31
Relación con otros	5	5–25	6–18	11	6–18	12
Frustración	4	4–20	5–14	10	5–14	11
Habilidad para tomar decisiones	3	3–15	5–11	8	5–10	8
Autoestima	15	15–75	29–51	39	31–51	40
Pertenencia familiar	3	3–15	5–12	7.5	5–12	8
Autovaloración	6	6–30	10–21	16	11–21	17
Autonomía	6	6–30	9–23	16	9–23	17

Variable/dimensión / Indicador	Ítem	Rango teórico	Grupo experimental		Grupo control	
			Rango real	Mediana	Rango real	Mediana
Actitud frente a roles de género	7	7–35	8–27	22	13–27	22
Entorno cercano	2	2–10	3–7	6	3–7	6
Creencia de roles de género	5	5–25	5–20	15	8–20	15
Empoderamiento sexual	8	8–40	13–29	20.5	14–29	22
Comprensión de su sexualidad	2	2–10	2–7	5	2–8	5
Habilidades para establecer límites	3	3–15	3–12	8	3–12	9
Relación de confianza	3	3–15	4–12	6.5	4–12	7
Empoderamiento social	7	7–35	10–24	19.5	10–25	20
Consciencia de los derechos	2	2–10	2–8	6	2–8	7
Participación y percepción social	2	2–10	2–8	7	2–8	7
Sentido de pertenencia y conexión	3	3–15	4–10	6	4–11	6

Fuente(s): elaboración propia a partir de los datos del estudio.

La Tabla 1 muestra los resultados del pretest. Antes de la intervención, ambos grupos presentaron puntuaciones cercanas en el nivel general de empoderamiento femenino. En el grupo experimental, la mediana fue de 125.5, mientras que en el grupo control fue de 129, dentro de un rango teórico de 49 a 245 puntos. Esta proximidad también se observó en las dimensiones evaluadas: agencia personal presentó medianas de 29 y 31; autoestima, 39 y 40; actitud frente a roles de género, 22 y 22; empoderamiento sexual, 20.5 y 22; y empoderamiento social, 19.5 y 20, respectivamente.

Estos resultados evidencian que, al inicio del estudio, los grupos presentaban condiciones similares en la variable general y en sus dimensiones. La prueba U de Mann-Whitney aplicada al pretest no identificó diferencias estadísticamente significativas entre el grupo experimental y el grupo control ($p > .05$), lo que permite sostener que ambos grupos partían de una línea base comparable antes de la aplicación del taller.

Tabla 2.

Empoderamiento femenino, dimensiones e indicadores en el postest por grupo de estudio.

Variable/dimensión / Indicador	Ítem	Rango teórico	Grupo experimental		Grupo control	
			Rango real	Mediana	Rango real	Mediana
Empoderamiento femenino	49	49–245	136–234	186.5	114–158	130
Agencia personal	12	12–60	34–55	42	20–41	31
Relación con otros	5	5–25	12–23	17.5	6–18	13
Frustración	4	4–30	10–18	15	5–14	11
Habilidad para tomar decisiones	3	3–15	8–15	10.5	5–10	8
Autoestima	15	15–75	40–74	58	31–51	41
Pertenencia familiar	3	3–15	6–15	13	5–12	8
Autovaloración	6	6–30	15–30	24	11–21	17
Autonomía	6	6–30	15–29	23.5	9–23	17
Actitud frente a roles de género	7	7–35	16–34	31.5	13–27	22
Entorno cercano	2	2–10	5–10	9	3–7	6

Variable/dimensión / Indicador	Ítem	Rango teórico	Grupo experimental		Grupo control	
			Rango real	Mediana	Rango real	Mediana
Creencia de roles de género	5	5–25	11–25	22.5	8–20	15
Empoderamiento sexual	8	8–40	24–39	30	15–29	23
Comprensión de su sexualidad	2	2–10	4–10	7	2–8	5
Habilidades para establecer límites	3	3–15	9–15	12	3–12	9
Relación de confianza	3	3–15	7–15	10.5	4–12	7
Empoderamiento social	7	7–35	17–33	28.5	11–25	20
Consciencia de los derechos	2	2–10	4–10	10	2–8	7
Participación y percepción social	2	2–10	5–10	9	2–8	7
Sentido de pertenencia y conexión	3	3–15	7–13	9.5	4–11	7

Fuente(s): elaboración propia a partir de los datos del estudio.

La Tabla 2 presenta los resultados del postest. Después de la intervención, el grupo experimental mostró un incremento importante en el empoderamiento femenino, cuya mediana pasó de 125.5 en el pretest a 186.5 en el postest. En cambio, el grupo control presentó una variación mínima, al pasar de una mediana de 129 a 130. Esta diferencia descriptiva evidencia una mejora más marcada en las estudiantes que participaron en el taller "Exprésate". El incremento también se observó en todas las dimensiones del grupo experimental. En agencia personal, la mediana aumentó de 29 a 42; en autoestima, de 39 a 58; en actitud frente a roles de género, de 22 a 31.5; en empoderamiento sexual, de 20.5 a 30; y en empoderamiento social, de 19.5 a 28.5. En contraste, el grupo control mantuvo valores similares entre el pretest y el postest, con cambios reducidos o nulos en la mayoría de las dimensiones.

Tabla 3.

Variación de medianas del empoderamiento femenino y sus dimensiones entre el pretest y postest, según grupo de estudio.

Variable / dimensión	Experimental pretest	Experimental postest	Variación experimental	Control pretest	Control postest	Variación control
Empoderamiento femenino	125.5	186.5	+61.0	129	130	+1.0
Agencia personal	29	42	+13.0	31	31	0.0
Autoestima	39	58	+19.0	40	41	+1.0
Actitud frente a roles de género	22	31.5	+9.5	22	22	0.0
Empoderamiento sexual	20.5	30	+9.5	22	23	+1.0
Empoderamiento social	19.5	28.5	+9.0	20	20	0.0

Fuente(s): elaboración propia a partir de los datos del estudio.

Nota. La variación corresponde a la diferencia descriptiva entre la mediana del postest y la mediana del pretest en cada grupo de estudio.

La Tabla 3 permite observar con mayor claridad la magnitud descriptiva del cambio producido entre el pretest y el postest. En el grupo experimental, la mediana del empoderamiento femenino aumentó de 125.5 a 186.5, con una variación de +61.0 puntos. Este incremento fue considerablemente mayor que el observado en el grupo control, cuya mediana pasó de 129 a 130, con una variación de apenas +1.0 punto. Esta diferencia descriptiva refuerza la tendencia favorable registrada en las estudiantes que participaron en el taller "Exprésate".

El mismo patrón se aprecia en todas las dimensiones evaluadas. En el grupo experimental, la mayor variación se presentó en autoestima (+19.0), seguida de agencia personal (+13.0), actitud frente a roles de género (+9.5), empoderamiento sexual (+9.5) y empoderamiento social (+9.0). En cambio, el grupo control mostró variaciones mínimas o nulas: agencia personal, actitud frente a roles de género y empoderamiento social no registraron cambios en la mediana; mientras que empoderamiento femenino, autoestima y empoderamiento sexual solo

aumentaron +1.0 punto. Estos resultados descriptivos son coherentes con las diferencias significativas reportadas para el grupo experimental y con la estabilidad observada en el grupo control.

4.1. Contrastación de hipótesis

Para contrastar las hipótesis de la investigación se emplearon pruebas no paramétricas, debido a la naturaleza de los datos y al tamaño de los grupos. En primer lugar, se utilizó la prueba U de Mann-Whitney para comparar las puntuaciones del grupo experimental y del grupo control en el pretest y postest. En segundo lugar, se aplicó la prueba de rangos con signo de Wilcoxon para analizar los cambios intragrupo entre ambas mediciones.

En el pretest, la prueba U de Mann-Whitney no evidenció diferencias estadísticamente significativas entre el grupo experimental y el grupo control ($p > .05$), tanto en el empoderamiento femenino como en sus dimensiones. Este resultado permitió establecer que ambos grupos presentaban condiciones iniciales comparables antes de la aplicación del taller "Exprésate".

En el postest, la prueba U de Mann-Whitney reportó diferencias estadísticamente significativas a favor del grupo experimental ($p < .05$). Asimismo, la prueba de rangos con signo de Wilcoxon mostró diferencias significativas entre el pretest y el postest del grupo experimental ($p < .05$), mientras que el grupo control no presentó variaciones significativas ($p > .05$). En consecuencia, se rechazaron las hipótesis nulas correspondientes a la variable general y a cada una de sus dimensiones, debido a que los resultados aportaron evidencia estadística a favor de la influencia del taller "Exprésate".

Por tanto, se comprobó que el taller "Exprésate" influyó positiva y significativamente en el empoderamiento femenino de las alumnas participantes, así como en sus dimensiones: agencia personal, autoestima, actitud frente a los roles de género, empoderamiento sexual y empoderamiento social. Esta evidencia inferencial respalda los cambios descriptivos observados en las medianas presentadas en las tablas anteriores.

Tabla 4.

Nivel de desarrollo del empoderamiento femenino y de sus dimensiones de los grupos de estudio en el pretest y postest.

Dimensiones	Nivel	Pretest				Postest			
		Grupo experimental		Grupo control		Grupo experimental		Grupo control	
		f	%	f	%	f	%	f	%
Empoderamiento femenino	En desarrollo	16	80	17	73.9	1	5	15	65.2
	Moderado	4	20	6	26.1	13	65	8	34.8
	Avanzado	0		0	0	6	30	0	0
Agencia personal	Inicial	3	15	3	13.0	0	0	1	4.3
	En desarrollo	16	80	19	82.6	3	15	21	91.3
	Moderado	1	5	1	4.3	14	70	1	4.3
	Avanzado	0	0	0	0	3	15	0	0
Autoestima	Inicial	1	5	0	0	0	0	0	0
	En desarrollo	15	75	17	73.9	2	10	17	73.9
	Moderado	4	20	6	26.1	10	50	6	26.1
	Avanzado	0	0	0	0	8	40	0	0
Actitud frente a roles de género	Inicial	1	5	1	4.3	0	0	1	4.3
	En desarrollo	8	40	9	39.1	1	5	9	39.1
	Moderado	11	55	13	56.5	5	25	13	56.5
	Avanzado	0	0	0	0	14	70	0	0
Empoderamiento sexual	Inicial	3	15	3	13.0	0	0	3	13.0
	En desarrollo	12	60	13	56.5	4	20	13	56.5
	Moderado	5	25	7	30.4	7	35	7	30.4
	Avanzado	0	0	0	0	9	45	0	0
Empoderamiento social	En desarrollo	16	80	17	73.9	1	5	15	65.2
	Moderado	4	20	6	26.1	13	65	8	34.8
	Avanzado	0	0	0	0	6	30	0	0

Fuente(s): elaboración propia a partir de los datos del estudio.

La Tabla 4 muestra la distribución de las estudiantes según niveles de desarrollo del empoderamiento femenino y sus dimensiones. En el pretest, la mayoría de las participantes de ambos grupos se ubicaba en el nivel "en desarrollo": 80 % en el grupo experimental y 73.9 % en el grupo control. Ninguna estudiante del grupo experimental alcanzaba el nivel avanzado antes de la intervención.

Después del taller, el grupo experimental presentó un desplazamiento favorable hacia niveles superiores. En la variable empoderamiento femenino, el 65 % de las estudiantes se ubicó en el nivel moderado y el 30 % alcanzó el nivel avanzado. En contraste, el grupo control mantuvo una distribución similar a la del pretest, con predominio del nivel "en desarrollo" y ausencia de estudiantes en el nivel avanzado.

Este cambio también se observó en las dimensiones del empoderamiento femenino. En agencia personal, el 70 % del grupo experimental alcanzó el nivel moderado y el 15 % el nivel avanzado. En autoestima, el 50 % se ubicó en nivel moderado y el 40 % en nivel avanzado. En actitud frente a roles de género, el 70 % alcanzó el nivel avanzado, constituyéndose en la dimensión con mayor desplazamiento favorable. En empoderamiento sexual, el 35 % se ubicó en nivel moderado y el 45 % en nivel avanzado. Finalmente, en empoderamiento social, el 65 % alcanzó el nivel moderado y el 30 % el nivel avanzado.

Por otro lado, el grupo control no presentó mejoras significativas en los niveles evaluados, manteniéndose mayoritariamente en el nivel "en desarrollo" o moderado. Esta estabilidad refuerza la interpretación de que los cambios observados en el grupo experimental estuvieron asociados con la aplicación del taller "Exprésate".

5. Discusión

El objetivo principal de la investigación fue demostrar la influencia del taller "Exprésate" en el desarrollo del empoderamiento femenino de alumnas de un colegio público de la provincia de Concepción. Los resultados mostraron cambios favorables en el grupo experimental después de la intervención y estabilidad en el grupo control. Además de su efecto educativo, estos hallazgos adquieren relevancia para el campo de la cultura visual porque la intervención situó a las adolescentes como productoras de mensajes audiovisuales capaces de representar experiencias, cuestionar estereotipos y circular discursos propios en redes sociales.

En el grupo experimental, la prueba de rangos con signo de Wilcoxon evidenció diferencias estadísticamente significativas entre los puntajes del pretest y postest ($p < .05$). Este resultado sugiere que la intervención contribuyó al fortalecimiento del empoderamiento femenino de las participantes. La ausencia de cambios significativos en el grupo control refuerza esta interpretación, pues permite descartar, al menos parcialmente, que las diferencias encontradas se deban solo al paso del tiempo o a factores externos no controlados.

5.1. Producción visual, agencia y representación de género

Los hallazgos coinciden con investigaciones que han destacado el valor de las estrategias educativas mediadas por tecnologías digitales para fortalecer la autonomía, la participación y la capacidad expresiva de las mujeres. Del Prete et al. (2013) reportaron mejoras a partir de talleres con TIC, mientras que Vardhan (2020) identificó cambios positivos mediante el uso activo de redes sociales. En el presente estudio, el componente diferencial fue la creación de microcontenidos: las participantes no se limitaron a recibir información, sino que investigaron, seleccionaron imágenes, elaboraron guiones, produjeron piezas audiovisuales y comunicaron sus propios mensajes sobre empoderamiento.

Desde esta perspectiva, la cultura visual digital puede entenderse como un espacio educativo en el que se negocian identidades y representaciones. Al producir contenidos sobre autoestima, autonomía, roles de género, derechos y participación, las estudiantes intervinieron de manera activa en discursos que habitualmente consumen en redes sociales. El valor pedagógico de la experiencia no radicó solamente en dominar herramientas técnicas, sino en aprender a mirar

críticamente, construir una voz propia y transformar esa reflexión en productos audiovisuales dirigidos a otros públicos.

Desde la psicología social-cognitiva, los resultados pueden comprenderse a partir del concepto de autoeficacia propuesto por Bandura (1997), entendido como la creencia en la propia capacidad para enfrentar desafíos y actuar sobre el entorno. En el taller, las estudiantes no solo recibieron información sobre empoderamiento femenino, sino que elaboraron y difundieron microcontenidos vinculados con autoestima, autonomía, roles de género, derechos y participación social. Este proceso les permitió ejercitar habilidades comunicativas, reflexivas y creativas, fortaleciendo su agencia personal y su sentido de competencia.

La metodología del taller se apoyó en el aprendizaje activo y significativo. Las participantes investigaron temas relacionados con el empoderamiento femenino, elaboraron guiones, produjeron contenidos audiovisuales y los compartieron en redes sociales. Esta dinámica permitió que el aprendizaje no se limitara a la recepción de información, sino que implicara búsqueda, análisis, creación y comunicación. En ese sentido, el cambio observado puede explicarse por la participación directa de las adolescentes en una experiencia donde aprendieron, reinterpretaron y transmitieron mensajes desde su propia realidad.

En relación con ello, la pirámide del aprendizaje, atribuida a Dale (1969) y retomada posteriormente por Blair (2016), plantea de manera referencial que las personas podrían retener una mayor proporción de lo aprendido cuando enseñan o explican a otros, llegando incluso a estimaciones cercanas al 90 %. Aunque este porcentaje debe asumirse con cautela y no como un dato absoluto, resulta útil para comprender el valor pedagógico de la experiencia desarrollada. Las estudiantes no solo escucharon contenidos sobre empoderamiento, sino que tuvieron que organizarlos, convertirlos en mensajes audiovisuales y comunicarlos a otras personas. Este proceso de aprender para comunicar favoreció una apropiación más profunda de los contenidos trabajados.

Desde el modelo de aprendizaje experiencial de Kolb (2015), el taller articuló cuatro momentos formativos. Primero, la experiencia concreta se expresó en la investigación de problemáticas vinculadas con el empoderamiento femenino y en la producción de microcontenidos. Segundo, la observación reflexiva se desarrolló cuando las participantes analizaron sus propias experiencias, los mensajes elaborados y las reacciones generadas por sus producciones. Tercero, la conceptualización abstracta permitió relacionar lo aprendido con nociones de género, autonomía, derechos y comunicación digital. Finalmente, la experimentación activa se concretó en la difusión de los contenidos y en el uso de las redes sociales como espacios de expresión y participación.

La secuencia metodológica del taller integró investigación, creatividad y acción comunicativa, lo que favoreció la apropiación crítica del conocimiento y el fortalecimiento de la agencia personal. El resultado concuerda con Cid y Hinrichs (2015), quienes comprenden el empoderamiento como un proceso progresivo de transformación de las relaciones de poder mediante la reflexión y la acción. En el caso de las participantes, el taller no solo promovió una comprensión conceptual del empoderamiento, sino también una práctica concreta de expresión, cuestionamiento y comunicación desde su propia voz.

El aprendizaje social de Bandura (2001) también permite explicar los resultados obtenidos. Durante el taller, las estudiantes observaron, analizaron y produjeron modelos de comunicación vinculados con el empoderamiento femenino. Sin embargo, no permanecieron como receptoras pasivas de contenidos, sino que asumieron el papel de productoras de mensajes. Al crear contenidos dirigidos a otras personas, fueron incorporando nuevas formas de comprender su identidad, sus capacidades y su lugar dentro de la comunidad.

Asimismo, los hallazgos reafirman que el acceso a las tecnologías digitales no garantiza por sí mismo procesos de empoderamiento. Como advierte Huyer (2016), las TIC requieren un uso transformador, orientado al desarrollo de capacidades, autonomía y participación. En esta

investigación, las redes sociales adquirieron valor pedagógico porque fueron utilizadas de manera guiada, crítica y contextualizada. Por ello, los resultados sugieren que la producción de microcontenidos puede favorecer procesos de empoderamiento cuando se articula con reflexión crítica, trabajo colaborativo y acompañamiento docente.

Los resultados también pueden interpretarse a partir de los aportes de Stromquist (2015) y Freire (2022), aunque desde planos teóricos distintos. Stromquist (2015) permite comprender el empoderamiento como un proceso educativo que no se reduce al acceso a información, sino que implica el desarrollo de capacidades, conciencia crítica y posibilidades reales de participación. Freire (2022), por su parte, aporta una mirada pedagógica centrada en la formación de sujetos capaces de leer críticamente su realidad y actuar sobre ella. Desde esta articulación, el taller "Exprésate" no se limitó a transmitir contenidos sobre igualdad de género, sino que generó condiciones para que las adolescentes elaboraran mensajes propios, cuestionaran estereotipos y narraran experiencias desde su contexto. Esta dimensión expresiva resulta especialmente relevante en escenarios donde las normas sociales tradicionales pueden restringir la voz, la autonomía y la participación de las mujeres adolescentes.

Desde la psicología del desarrollo, el estudio permite señalar que el empoderamiento femenino puede fortalecer factores asociados al bienestar emocional, como la autoeficacia, la agencia, la autoestima y la expresión identitaria. Estos componentes adquieren especial importancia en contextos de vulnerabilidad, donde las adolescentes pueden enfrentar riesgos psicosociales, violencia familiar o restricciones socioculturales. En concordancia con Bandara et al. (2024), el empoderamiento puede actuar como un factor protector para la salud mental femenina, en la medida en que favorece la percepción de control, la valoración personal y la capacidad de tomar decisiones.

De acuerdo con el enfoque ecológico de Bronfenbrenner (1987), el desarrollo adolescente está influido por los entornos inmediatos, como la familia, la escuela y la comunidad. En ese sentido, el taller "Exprésate" se insertó en el espacio escolar como una intervención psicoeducativa que permitió resignificar experiencias personales y sociales mediante el uso de tecnologías digitales. La escuela, en este caso, funcionó como un entorno de apoyo para promover la reflexión sobre los roles de género, la autonomía y la participación social.

Las implicancias del estudio son relevantes para el sistema educativo. En primer lugar, los resultados muestran que las metodologías activas pueden contribuir al fortalecimiento del empoderamiento femenino cuando promueven participación, expresión y reflexión crítica. En segundo lugar, evidencian que las tecnologías digitales pueden ser herramientas pedagógicas valiosas si se utilizan con orientación formativa y no únicamente instrumental. En tercer lugar, destacan la necesidad de incorporar propuestas educativas que fortalezcan la autonomía, la comunicación, la toma de decisiones y el liderazgo de las adolescentes. Además, el estudio aporta al cumplimiento del ODS 5, al mostrar que la igualdad de género puede trabajarse desde experiencias educativas contextualizadas y mediadas por tecnologías.

No obstante, los resultados deben interpretarse considerando algunas limitaciones. El tamaño reducido de la muestra (n = 43) responde a las características del diseño cuasiexperimental y a la naturaleza participativa del taller, que requería acompañamiento cercano y trabajo personalizado. Sin embargo, esta condición limita la posibilidad de generalizar los hallazgos a otras poblaciones. Por ello, se recomienda replicar la intervención en instituciones educativas de diferentes contextos socioculturales y con muestras más amplias.

Otra limitación se relaciona con la ausencia de seguimiento longitudinal. La medición se realizó únicamente en dos momentos, antes y después de la intervención, por lo que no fue posible determinar si los efectos se mantuvieron en el tiempo. Futuras investigaciones podrían incorporar mediciones posteriores para analizar la permanencia de los aprendizajes, así como la continuidad del uso de redes sociales como medios de expresión, participación y liderazgo adolescente.

Aunque el uso educativo de redes sociales mostró resultados favorables, es necesario reconocer sus límites. Estas plataformas también pueden reproducir estereotipos de género, promover formas de autoexposición o condicionar la autonomía mediante algoritmos, tendencias y dinámicas de validación social. Por ello, las intervenciones pedagógicas no deben limitarse a enseñar el uso técnico de las redes, sino también promover una lectura crítica, ética y responsable de los entornos digitales. Desde esta perspectiva, el taller "Exprésate" abre posibilidades para diseñar estrategias educativas sostenibles que integren tecnologías emergentes, enfoques participativos y formación en igualdad de género en contextos adolescentes.

6. Conclusiones

La aplicación del taller de realización de microcontenidos para redes sociales "Exprésate" influyó positiva y significativamente en el empoderamiento femenino de las alumnas del grupo experimental. La evidencia obtenida confirma que la producción digital guiada puede constituirse en una estrategia educativa pertinente para fortalecer la autonomía, la autoestima y la participación adolescente.

El taller "Exprésate" influyó significativamente en la agencia personal de las participantes. Se demostró que fortalecieron su capacidad para tomar decisiones, expresar opiniones y reconocer sus propios recursos personales, lo que evidencia un avance en su autonomía.

El taller "Exprésate" influyó significativamente en la autoestima de las participantes. Se comprobó que la intervención favoreció una valoración más positiva de sí mismas, lo que resalta el valor de la expresión audiovisual como medio para fortalecer la autopercepción adolescente.

El taller "Exprésate" influyó significativamente en la actitud frente a los roles de género de las participantes. Se evidenció que desarrollaron mayor capacidad para cuestionar estereotipos y reconocer desigualdades de género, lo que refuerza la importancia de trabajar esta dimensión desde experiencias educativas activas.

El taller "Exprésate" influyó significativamente en el empoderamiento sexual de las participantes. Se demostró que la intervención fortaleció aspectos vinculados con el reconocimiento del cuerpo, el consentimiento, el establecimiento de límites y el cuidado personal, dimensiones necesarias para la autonomía adolescente.

El taller "Exprésate" influyó significativamente en el empoderamiento social de las participantes. Se comprobó que fortalecieron su conciencia de derechos, disposición para participar y sentido de pertenencia, lo que evidencia el carácter social y comunitario del empoderamiento femenino.

La metodología del taller, basada en la producción de microcontenidos audiovisuales, favoreció que las participantes organizaran, reinterpretaran y comunicaran conocimientos sobre empoderamiento femenino mediante imágenes, narrativas breves y productos digitales. En términos de cultura visual, el principal aporte consiste en mostrar que el aprendizaje puede fortalecerse cuando las adolescentes dejan de ser únicamente consumidoras de representaciones y pasan a construir mensajes propios desde una mirada crítica de su realidad.

El uso educativo de tecnologías digitales y redes sociales demostró ser un recurso pertinente para contextualizar la formación en igualdad de género en espacios cercanos a la experiencia cotidiana de las adolescentes. Estos resultados respaldan la incorporación de estrategias de alfabetización audiovisual y producción visual crítica en propuestas escolares orientadas al empoderamiento, siempre con acompañamiento pedagógico, criterios éticos y atención al contexto sociocultural.

7. Referencias

Adeleye, O., Olivo, M., & Farkas, T. (2024). A Bibliometric Analysis of Women's Empowerment Studies Post Sustainable Development Goal Adoption Periods (2015–2022). Sustainability, 16(4), 1499. https://doi.org/10.3390/su16041499

Bandara, N. A., Al-Anzi, S. M F., Zhdanova, A., & Hirani, S. (2024). Women's Empowerment and Mental Health: A Scoping Review. Women, 4(3), 277-289. https://doi.org/10.3390/women4030021

Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. W. H. Freeman.

Bandura, A. (2001). Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective. Annual Review of Psychology, 52, 1-26. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1

Blair, C. (2016, 15 de junio). Cómo aprenden y recuerdan los estudiantes de manera más efectiva. http://studyprof.com.

Bronfenbrenner, U. (1987). La ecología del desarrollo humano. Paidós.

Costa, J. C., Saad, G. E., Hellwig, F., Maia, M. F. S., & Barros, A. J. D. (2023). Measures of women's empowerment based on individual-level data: a literature review with a focus on the methodological approaches. Frontiers in Sociology, 8, 1231790. https://doi.org/10.3389/fsoc.2023.1231790

Cid, B., & Hinrichs, J. (2015). Curadoras de semillas: entre empoderamiento y esencialismo estratégico. Revista Estudios Feministas, 23(2), 347-370. https://doi.org/10.1590/0104-026X2015v23n2p347

Dale, E. (1969). Audiovisual Methods in Teaching (3.ª ed.). Dryden Press.

Deere, D. C., & M. León. (2002). Género, propiedad y empoderamiento: tierra, Estado y mercado en América Latina (2.ª ed.). Universidad Nacional Autónoma de México y Flacso.

Del Prete, A., Gisbert, M., & Camacho, M. D. (2013). Las TIC como herramienta de empoderamiento para el colectivo de mujeres mayores. El caso de la comarca del Montsià (Cataluña). Pixel-Bit. Revista de Medios y Educación, (43), 37-50. https://doi.org/10.12795/pixelbit.2013.i43.03

Foro Económico Mundial. (2023). Informe Global de Brecha de Género 2023. https://www.weforum.org/reports/global-gender-gap-report-2023

Freire, P. (2022). Política y educación (2.ª ed.). Siglo XXI.

Huyer, S. (2016). Closing the Gender Gap in Agriculture. Gender, Technology and Development, 20(2), 105–116. https://doi.org/10.1177/0971852416643872

Kolb, D. (2015). Experiential Learning: experience as the source of learning and development (2.ª ed.). Pearson Education.

Mallepu, R. (2025). Women Empowerment in the Globalised Era - An Analysis. International Journal For Multidisciplinary Research, 7(2), 1-2. https://doi.org/10.36948/ijfmr.2025.v07i02.39487

Marugán, B. (2015) Posibilidades y debilidades del empoderamiento. Más poder local, (25), 48-55. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7455160

Organización Panamericana de la Salud. (2010). Empoderamiento de mujeres adolescentes: un proceso clave para el logro de los objetivos del milenio. OPS.

Richardson, R. (2017). Measuring Women's Empowerment: A Critical Review of Current Practices and Recommendations for Researchers. Social Indicators Research, 137, 539 - 557. https://doi.org/10.1007/s11205-017-1622-4

Ruiz-Bravo, P., Vargas, S., & Clausen, J. (2018). Empoderar para incluir: análisis de las múltiples dimensiones y factores asociados al empoderamiento de las mujeres en el Perú a partir del uso de una aproximación de metodologías mixtas. INEI. https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/investigaciones/empoderamiento-de-las-mujeres.pdf

Sen, S. K., Karmakar, P., & Adhikari, S. (2023). Empowerment and Women's Empowerment – A Theoretical Basis. International Journal for Multidisciplinary Research, 5(3), 1-6. https://doi.org/10.36948/ijfmr.2023.v05i03.4111

Stromquist, N. P. (2015). Women's Empowerment and Education: linking knowledge to transformative action. Gender and Education, 19(1), 99-121. https://doi.org/10.1111/ejed.12137

Vardhan, R. (2020). Social Media, ICT and Women Empowerment: a Study. Intellectual Quest, 13, 49-59. https://www.researchgate.net/publication/346564314_SOCIAL_MEDIA_ICT_AND_WOMEN_EMPOWERMENT_A_STUDY

CONTRIBUCIONES DE AUTORES/AS, FINANCIACIÓN Y AGRADECIMIENTOS

Contribuciones de los/as autores/as:
Conceptualización: Rubén Rolando Vargas-Condori, Rubén Darío Alania-Contreras.
Software: Daniela Isabel Dayan Ortega-Révolo.
Validación: Rubén Rolando Vargas-Condori, Karina Magaly Caballero-Arroyo.
Metodología: Rubén Darío Alania-Contreras, Karina Magaly Caballero-Arroyo.
Curación de datos: Rubén Darío Alania-Contreras.
Redacción-Preparación del borrador original: Rubén Rolando Vargas-Condori, Karina Magaly Caballero-Arroyo.
Redacción-Revisión y Edición: Rubén Darío Alania-Contreras, Daniela Isabel Dayan Ortega-Révolo.
Visualización: Daniela Isabel Dayan Ortega-Révolo.
Supervisión: Karina Magaly Caballero-Arroyo.
Administración de proyectos: Rubén Rolando Vargas-Condori.
Todos los/as autores/as han leído y aceptado la versión del manuscrito.
Financiación: Esta investigación recibió financiamiento externo de la Universidad Nacional del Centro del Perú.
Conflicto de intereses: No presenta conflicto de intereses.