

**TRABAJO DE GRADO**  
**Opción Seminario-Diplomado.**

**Aplicación de la metodología SCAMPER para mejorar la gestión del tiempo y reducir distracciones digitales en los estudiantes de la Corporación Universitaria Remington sede Montería – Córdoba.**

Corporación Universitaria Remington.  
Nombre de la facultad: ingenierías  
Nombre del programa académico: ingeniería Industrial

Nombres de los estudiantes autores del trabajo de grado.  
Samuel Fuertes Villalba, Maria Angelica Guardo Arroyo y Yenny Mercedes Buelvas Márquez  
Nombre del Tutor del trabajo de grado  
Alejandro Arango Correa  
Opción de Trabajo de grado Seminario-Diplomado.  
2026

**Tabla de Contenidos**

Resumen.....	3
Palabras clave.....	5
Marco conceptual y contextual .....	6
Marco conceptual.....	6
Marco contextual. ....	7
Desarrollo e implementación del aprendizaje.....	10
Fundamentos de la metodología SCAMPER.....	10
Diagnóstico de la problemática.....	10
Encuestas y recopilación de datos: Metodología y alcance. ....	12
Aplicación de la metodología SCAMPER para la reducción de distracciones digitales .....	16
Aplicación paso a paso de la metodología SCAMPER .....	19
Conclusiones .....	20
Referencias bibliográficas.....	21



## Resumen

La Corporación Universitaria Remington es una institución de educación superior privada colombiana fundada en 1915 en Medellín, con una amplia trayectoria en formación técnica, tecnológica y profesional y cuenta con múltiples programas académicos. El uso excesivo de redes sociales en estudiantes de la Corporación Universitaria Remington sede Montería – Córdoba genera distracciones constantes que afectan la concentración, la gestión del tiempo y el rendimiento académico, estas plataformas digitales, aunque son útiles, fomentan hábitos que dificultan el rendimiento académico del estudiante. Por lo anterior, este informe tiene como objetivo aplicar la metodología SCAMPER para mejorar la gestión del tiempo y reducir distracciones digitales en los estudiantes de la Corporación Universitaria Remington sede Montería – Córdoba. Para el desarrollo del informe se utilizó cinco etapas descritas a continuación: la primera etapa fue la revisión teórica que permitió analizar la metodología SCAMPER y sus conceptos relacionados. La segunda etapa fue el diagnóstico del problema que permitió identificar el impacto de las distracciones digitales en los estudiantes. La tercera etapa fue la recolección de datos donde a partir de esa recolección se hizo la aplicación de encuestas a la muestra de estudiantes referenciados. La cuarta etapa fue el análisis del resultado donde se llevó a cabo la interpretación de la información obtenida en las encuestas. La quinta etapa fue la aplicación de la metodología SCAMPER donde se formularon estrategias para mejorar la gestión del tiempo y reducir distracciones en los estudiantes. A partir de estas etapas se concluye que el uso excesivo de dispositivos móviles y redes sociales influye negativamente en la gestión del tiempo y rendimiento académico de los estudiantes de la Corporación

Universitaria Remington sede Montería - Córdoba, la aplicación de la metodología SCAMPER permitió mejorar la gestión del tiempo y reducir las distracciones digitales en los estudiantes de la Corporación Universitaria Remington sede Montería - Córdoba, mediante la implementación de estrategias orientadas a modificar sus hábitos de la gestión del tiempo y el uso de dispositivos móviles. Como resultado se evidenció una mayor organización en las actividades académicas, una disminución en las interrupciones durante el estudio y un uso más productivos de las redes sociales y dispositivos móviles.

#### **Palabras clave**

SCAMPER, gestión del tiempo, rendimiento académico, proponer, resultados, organización en las actividades académicas, disminución.

## **Marco conceptual y contextual**

### **Marco conceptual**

Las metodologías ágiles han surgido como enfoques fundamentales en contextos organizacionales y educativos, promoviendo ciclos iterativos, colaboración y adaptación al cambio para identificar y resolver problemas de manera eficiente (Arcos Páez et al., 2025; De la Cruz Medina, 2024). Su integración en el diseño instruccional y la gestión de proyectos educativos genera incrementos en la productividad de equipos, mayor satisfacción de los participantes y mejores resultados de aprendizaje mediante retroalimentación constante y experimentación controlada (Arcos Páez et al., 2025; De la Cruz Medina, 2024). Estas prácticas fomentan entornos flexibles que responden a las demandas del siglo XXI, como en implementaciones de Scrum y Kanban en universidades, donde se fortalecen habilidades blandas y técnicas (De la Cruz Medina, 2024).

La técnica SCAMPER, desarrollada por Bob Eberle en 1971 a partir de las listas de verificación creativa de Alex Osborn, estimula el pensamiento divergente mediante siete operaciones: Sustituir, Combinar, Adaptar, Modificar (o Magnificar/Poner en otro uso), Eliminar y Reordenar (o Reverse) (Eberle, 1971; Cárdenas Hinostroza, 2021). En educación, SCAMPER se aplica para analizar críticamente procesos y herramientas, reformular problemas y generar propuestas innovadoras alineadas con competencias clave, como se evidencia en estudios sobre

su uso en aulas para mejorar la producción de textos y experimentos creativos (Cárdenas Hinostraza, 2021). Esta herramienta se alinea con principios ágiles al facilitar exploraciones sistemáticas de mejoras en productos o procesos educativos existentes (Arcos Páez et al., 2025).

El uso intensivo de redes sociales por estudiantes universitarios representa un factor ambivalente: distrae y genera sobrecarga cognitiva cuando es excesivo, correlacionándose negativamente con el rendimiento académico, pero potencia el aprendizaje colaborativo y el intercambio de recursos si se integra intencionalmente (Casa-Coila et al., 2026). Aplicar SCAMPER a estas plataformas permite replantear hábitos y funcionalidades —por ejemplo, sustituyendo scrolls infinitos por grupos educativos o combinando TikTok con tareas interactivas— para transformarlas en aliados de la autorregulación y la organización del tiempo (Casa-Coila et al., 2026; Eberle, 1971).

### **Marco contextual.**

La Corporación Universitaria Remington, también conocida como Uniremington, es una institución de educación superior privada colombiana fundada en 1915 en Medellín, Antioquia, por Gustavo Vásquez Betancourt, quien inicialmente la creó como la Escuela Remington de Comercio con el propósito de capacitar a mujeres para el mundo laboral, inspirada en la máquina de escribir Remington. A lo largo de su evolución, la institución ha ampliado su oferta académica desde programas técnicos y de bachillerato técnico comercial hasta conformar siete

facultades que incluyen 20 pregrados (como Ingeniería Civil, Derecho, Administración de Empresas y Medicina Veterinaria), 23 especializaciones, tres maestrías y tecnologías, con modalidades presenciales y distanciadas para ampliar su cobertura nacional. Está sujeta a inspección y vigilancia del Ministerio de Educación Nacional conforme a la Ley 30 de 1992 y la Ley 1740 de 2014, y actualmente cuenta con 26 sedes en Colombia.

Entre sus sedes se destaca la de Montería, capital del departamento de Córdoba en la región Caribe, que ofrece infraestructura física de calidad con aulas equipadas, medios audiovisuales de vanguardia y recursos insumos para apoyar el desarrollo académico de estudiantes y docentes. Esta sede promueve actividades de proyección social, como jornadas jurídicas, ferias de empleabilidad y eventos de sostenibilidad ambiental, en línea con el compromiso institucional de transformación social y generación de oportunidades. Su ubicación estratégica en la "Tierra de ensueño" facilita el acceso a programas alineados con las necesidades regionales, contribuyendo al fortalecimiento del talento humano local.

El presente trabajo de grado está enfocado en los estudiantes universitarios del programa de Ingeniería Industrial de la Corporación Universitaria Remington, sede Montería, quienes utilizan de manera cotidiana redes sociales y herramientas digitales en sus rutinas académicas y personales. Estas plataformas, aunque facilitan la comunicación colaborativa, el acceso instantáneo a recursos educativos y el intercambio de conocimiento informal, frecuentemente se convierten en fuentes de distracción durante las sesiones de estudio, interrumpiendo la

concentración mediante notificaciones constantes, algoritmos de entretenimiento y patrones de uso prolongado no regulado. En este contexto, el uso excesivo de redes como Instagram, TikTok y Facebook se asocia con una reducción en la gestión efectiva del tiempo, incumplimiento de plazos académicos y un impacto negativo en el rendimiento general.

Estudios previos destacan que los estudiantes de programas de pregrado enfrentan desafíos particulares en la conciliación entre demandas académicas rigurosas —como proyectos integradores y análisis de sistemas— y el consumo pasivo de contenidos en redes, lo que genera sobrecarga cognitiva y fragmentación de la atención. Así, este informe técnico busca no solo diagnosticar estas dinámicas en el contexto específico de la sede Montería, sino también proponer intervenciones innovadoras que transformen las distracciones en herramientas productivas, contribuyendo al desarrollo de competencias transversales como la autorregulación y la productividad en entornos híbridos.

Para abordar esta problemática, se propone la aplicación de la técnica SCAMPER — desarrollada por Bob Eberle— como metodología de innovación estructurada, que estimula el pensamiento divergente mediante operaciones sistemáticas para reformular hábitos digitales existentes y generar alternativas viables. Esta aproximación se integra perfectamente en un trabajo de grado, permitiendo una fase iterativa de ideación, prototipado y validación de soluciones prácticas, tales como rediseños de flujos de uso o apps complementarias, orientadas a mitigar distracciones y potenciar la productividad académica de los estudiantes.

## **Desarrollo e implementación del aprendizaje**

### **Fundamentos de la metodología SCAMPER**

Iniciamos con una revisión de los fundamentos de SCAMPER, detallando su origen, evolución y principios clave. Esta metodología, diseñada para estimular la creatividad y resolver problemas de manera estructurada a través de siete acciones, sustituir, combinar, adaptar, modificar, poner en otros usos, eliminar y reorganizar, su versatilidad ha permitido su aplicación en contextos organizacionales y académicos, lo que la convierte en una herramienta de gran utilidad para abordar situaciones relacionadas con la gestión del tiempo y las distracciones digitales en estudiantes universitarios.

La revisión teórica permitió comprender que SCAMPER no solo es útil para generar ideas, sino también para proponer mejoras concretas sobre situaciones existentes. En este trabajo de grado, la metodología se tomó como base principal para analizar el problema del uso excesivo de redes sociales y plantear estrategias orientadas a fortalecer la productividad académica en los estudiantes de la Corporación Universitaria Remington.

### **Diagnóstico de la problemática**

#### **1. Identificación del problema en el contexto universitario**

A continuación, se presenta un diagnóstico detallado de la problemática en la Corporación Universitaria Remington, enfocándose en el impacto de las distracciones digitales sobre la

gestión del tiempo de los estudiantes. El análisis identifica las causas principales de estas dificultades, evaluando cómo afectan el rendimiento académico y la productividad. Además, se exploran las percepciones de los estudiantes sobre la efectividad de sus métodos actuales de gestión del tiempo, revelando una brecha significativa entre sus prácticas y sus metas académicas y personales.

## **2. Impacto de las distracciones digitales en la gestión del tiempo**

El entorno educativo actual de la Corporación Universitaria Remington sede Montería – Córdoba está fuertemente influido por el uso de herramientas tecnológicas. Aunque estas facilitan el acceso a la información y la comunicación, también generan distracciones que afectan la concentración, la organización del tiempo y el rendimiento académico de los estudiantes.

En la Corporación Universitaria Remington, sede Montería – Córdoba, se ha identificado un uso frecuente de teléfonos inteligentes y redes sociales durante los espacios de estudio, tanto dentro como fuera del aula. Esta situación ha modificado los hábitos de estudio, generando interrupciones constantes que dificultan la retención de información y el cumplimiento eficiente de las actividades académicas.

Para analizar esta problemática más a profundidad, se realizaron encuestas a una muestra de 50 estudiantes pertenecientes a distintos programas de pregrado y rangos de edad.

Además de la pérdida inmediata de tiempo, las interrupciones digitales generan dificultades para retomar la concentración, lo que prolonga el tiempo necesario para completar tareas y favorece la procrastinación. Esta situación también puede producir estrés, frustración y bajo rendimiento académico.

Ante este panorama, se hace necesaria la implementación de estrategias que permitan reducir las distracciones y fortalecer los hábitos de estudio. En este sentido, la metodología SCAMPER se presenta como una alternativa útil para proponer acciones orientadas a mejorar la gestión del tiempo y optimizar el desempeño académico de los estudiantes.

### **3. Percepción de los estudiantes sobre la efectividad de sus métodos actuales de gestión del tiempo.**

El análisis de la percepción de los estudiantes sobre la efectividad de sus métodos de gestión del tiempo es un elemento clave para comprender la problemática de las distracciones digitales. En el contexto actual, caracterizado por el uso constante de herramientas tecnológicas, los estudiantes enfrentan dificultades para organizar sus actividades académicas y mantener la concentración.

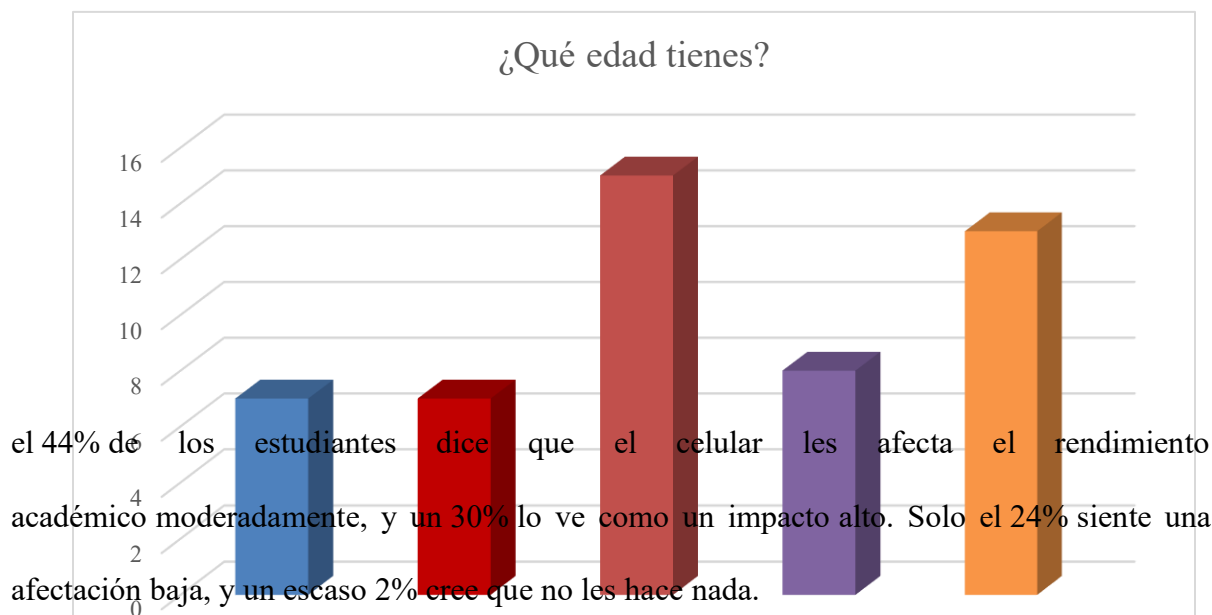
En consecuencia, se hace necesario implementar estrategias que permitan fortalecer los hábitos de estudio y mejorar la gestión del tiempo. En este sentido, la metodología SCAMPER se presenta como una herramienta útil para generar propuestas de mejora orientadas a optimizar la productividad académica de los estudiantes.

### Encuestas y recopilación de datos: Metodología y alcance.

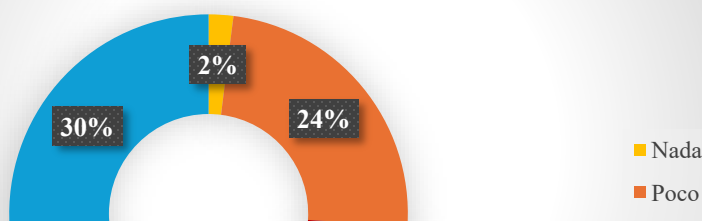
Queríamos entender más a profundidad cómo los estudiantes lidian con las distracciones digitales y cómo eso les afecta la gestión del tiempo, así que armamos una encuesta bien pensada. Incluimos preguntas de sí/no, escalas tipo Likert para medir opiniones, Así obtuvimos datos numéricos sólidos

Enlace de la encuesta: <https://forms.office.com/r/z0NiYGibyv?origin=lprLink>

La aplicamos a 50 estudiantes (entre los 18 y 22 años) de pregrado de la Corporación Universitaria Remington en Montería, de distintas edades y carreras. Esto nos dio una foto clara de cómo usan (o abusan) sus dispositivos digitales.

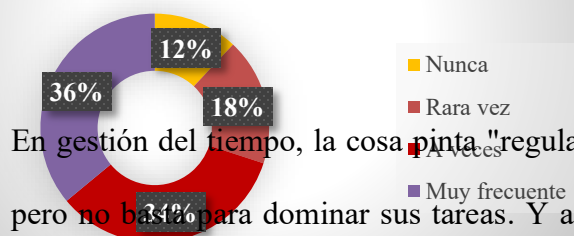


### ¿Consideras que el uso del celular afecta tu rendimiento académico?



Las redes sociales son el pan de cada día mientras estudian. WhatsApp lidera con holgura, seguido de TikTok, Facebook e Instagram. La mayoría dice que el celular les impacta el rendimiento académico de forma moderada o alta—nada.

### ¿Qué tan frecuente revisas las redes sociales mientras estudias?



En gestión del tiempo, la cosa pinta "regular" para la mayoría. Tienen algo de organización, pero no basta para dominar sus tareas. Y además el 86% de los estudiantes encuestados **no** utiliza una técnica para gestionar el tiempo de estudio.

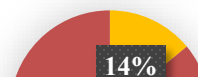
### ¿Qué redes sociales utilizas más durante el estudio?



### ¿Cómo calificas tu capacidad actual para gestionar el tiempo de estudio?

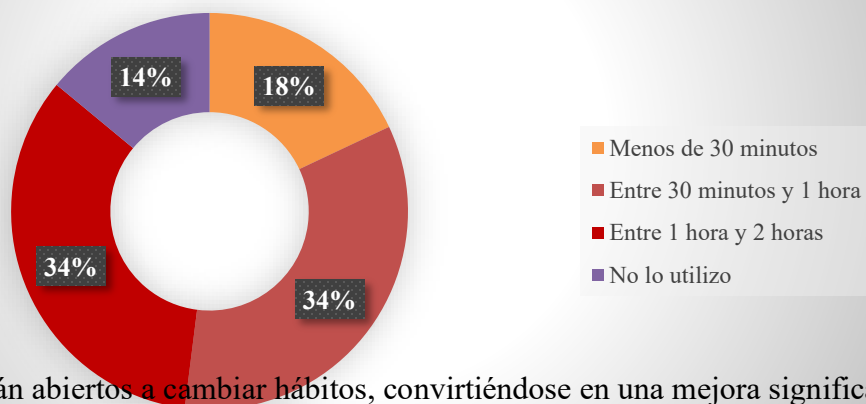


### ¿Utilizas alguna técnica para gestionar el tiempo de estudio?



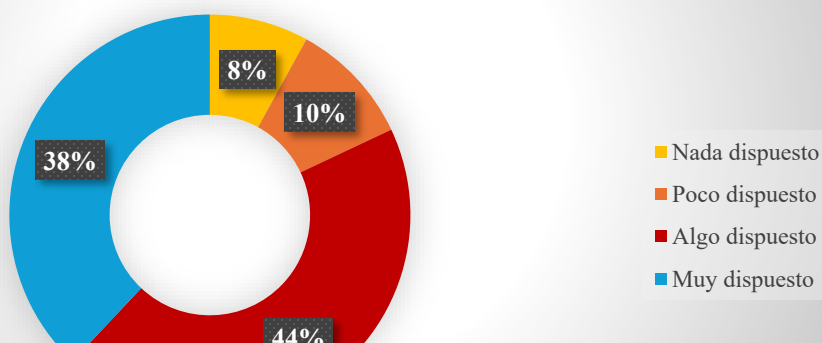
Durante las sesiones de estudio, revisan el celular entre 30 minutos y 2 horas, y muchos revisan redes "frecuentemente" o "muchísimo". Eso crea interrupciones que rompen la concentración.

### ¿Cuánto tiempo utilizas el celular mientras estudias?



La gran mayoría están abiertos a cambiar hábitos, convirtiéndose en una mejora significativa

### ¿Qué tan dispuesto estarías a cambiar tus hábitos digitales para mejorar tu rendimiento académico?



Estos resultados demuestran la necesidad de métodos prácticos para cortar distracciones y manejar mejor el tiempo. Ahí es donde entra la metodología SCAMPER, usando estos datos como base para ideas reales que impulsen la productividad de los estudiantes.

### **Aplicación de la metodología SCAMPER para la reducción de distracciones digitales**

#### **Enfoque de la aplicación**

Una vez identificado el problema, se procede a aplicar la metodología SCAMPER como estrategia de análisis y generación de propuestas de mejora. La aplicación de esta metodología está orientada a replantear y corregir hábitos de estudios, uso de dispositivos móviles y practicas relacionadas con la gestión del tiempo.

En esta fase buscamos analizar el problema identificado y transformarlo en oportunidades de mejora, aplicando cada uno de los componentes de SCAMPER para plantear estrategias que ayuden a reducir las distracciones digitales y mejorar la productividad de los estudiantes.

<b>TÉCNICA SCAMPER</b>	<b>ADAPTACIÓN PARA DISTRACCIONES DIGITALES</b>	<b>OBJETIVO EN EL ENTORNO ACADÉMICO</b>
<b>SUSTITUIR</b>	Reemplazar el uso del smartphone por temporizadores físicos o relojes tradicionales	Reducir la tentación de revisar notificaciones durante el estudio
<b>COMBINAR</b>	Integrar aplicaciones de bloqueo de sitios web con técnicas de gestión del tiempo (ej. Pomodoro)	Mejorar el enfoque y estructurar periodos libres de interrupciones
<b>ADAPTAR</b>	Adaptar técnicas de gestión del tiempo y concentración utilizadas en otros contextos, como el uso de planificadores, aplicaciones de control de tiempo o métodos como Pomodoro, al entorno académico de los estudiantes.	Fortalecer los hábitos de estudio y mejorar la organización del tiempo, permitiendo a los estudiantes mantener mayor concentración y reducir las distracciones durante sus actividades académicas.

<b>MODIFICAR</b>	Configurar los dispositivos móviles en modo "escala de grises" o "no molestar"	Disminuir el atractivo visual y las alertas auditivas de la tecnología
<b>PONER EN OTROS USOS</b>	Utilizar las redes sociales y herramientas digitales como medios de apoyo académico, por ejemplo, para compartir contenido educativo, organizar grupos de estudio o acceder a recursos de aprendizaje.	Transformar las herramientas digitales en recursos útiles para el aprendizaje, promoviendo un uso más productivo que contribuya al desarrollo académico de los estudiantes.
<b>ELIMINAR</b>	Desinstalar aplicaciones de redes sociales de los dispositivos de estudio principales	Erradicar fuentes directas de interrupción tecnológica
<b>REORGANIZAR</b>	Establecer horarios específicos para el uso de redes sociales y reorganizar las rutinas de estudio, separando claramente los	Mejorar la gestión del tiempo y fomentar una distribución equilibrada entre el estudio y el uso de herramientas digitales, reduciendo interferencias

	tiempos de ocio digital de las actividades académicas.	en el rendimiento académico.
--	--	------------------------------

### Aplicación paso a paso de la metodología SCAMPER

Aplicamos la metodología SCAMPER de forma clara y paso a paso para generar ideas prácticas que ayuden a resolver el problema de las distracciones al estudiar. Empezamos con **Sustituir**: en lugar de depender del teléfono móvil, ¿por qué no cambiarlo por algo más básico como un temporizador físico? Así reducimos las tentaciones de una vez.

Luego, en **Combinar**, pensamos en unir apps que bloquean otras aplicaciones con la técnica Pomodoro de gestión del tiempo. ¡lo cual permite mejorar significativamente la concentración de los estudiantes!

En **Adaptar**, tomamos trucos de organización que se usan en otros ámbitos y los ajustamos al mundo del estudio, para que los hábitos se vuelvan más sólidos y naturales.

Para **Modificar**, sugerimos tweaks en los celulares, como activar el modo "no molestar" o poner la pantalla en escala de grises, que baja los estímulos visuales que distraen.

En **Poner en otros usos**, la idea genial fue transformar las redes sociales en aliadas del aprendizaje, usándolas de manera productiva en vez de como ladronas de tiempo.

Con **Eliminar**, simplemente borramos las apps más problemáticas de los dispositivos que usamos para estudiar—directo al grano.

Y cerramos con **Reorganizar**, estableciendo horarios fijos para redes sociales y estudio, lo que realmente optimiza la gestión del tiempo.

### **Conclusiones**

El uso de metodologías ágiles aplicado en la Corporación Universitaria Remington permite resolver un problema identificado de gestión del tiempo y el uso excesivo de redes sociales en los estudiantes donde al aplicarse la metodología SCAMPER se lograron proponer estrategias que contribuyen a reducir las distracciones digitales, mejorar la organización del tiempo de estudio y fomentar hábitos académicos más productivos.



### Referencias bibliográficas

- Arcos Páez, VA, et al. (2025). Metodologías ágiles adaptadas a procesos educativos. *Revista ASCE* , 4(2), 757–772.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/10224483.pdf>
- Casa-Coila, MD, et al. (2026). Efectos del uso de redes sociales en el desempeño académico de estudiantes universitarios. *Revista europea de innovación pública y social* , 11, 01-21. <https://doi.org/10.31637/epsir-2026-1977>
- Cárdenas Hinostroza, VA (2021). *Influencia del método SCAMPER en la producción de textos escritos* . Repositorio ULadech. <https://repositorio.uladech.edu.pe>
- De la Cruz Medina, MS (2024). Implementación de metodologías ágiles en proyectos tecnológicos educativos de nivel superior. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades* , 5(5), 3942–3952.  
<https://doi.org/10.56712/latam.v5i5.2902>
- Eberle, B. (1971). *SCAMPER: Juegos para el desarrollo de la imaginación* . DOK Publishers.
- Corporación Universitaria Remington. (sf). *Historia* . recuperado de <https://www.uniremington.edu.co/nuestra-institucion/>
- Corporación Universitaria Remington. (2026). *Montería-Sede* . recuperado de <https://www.uniremington.edu.co/monteria/>

- Wikipedia. (2026). *Corporación Universitaria Remington* . recuperado de [https://es.wikipedia.org/wiki/Corporaci%C3%B3n\\_Universitaria\\_Remington](https://es.wikipedia.org/wiki/Corporaci%C3%B3n_Universitaria_Remington)
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (1992). *Ley 30 de 1992* . Bogotá: HOMBRES.
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2014). *Ley 1740 de 2014* . Bogotá: HOMBRES.