

**“El diseño no solo comunica ideas;
también puede proteger, educar y transformar la sociedad digital.”**

**HUELLA
DIGITAL**

PRESENTACIÓN

Las redes sociales forman parte de nuestra vida diaria. Despertamos viendo notificaciones, pasamos horas deslizando contenido y terminamos el día revisando publicaciones ajenas. Lo que comenzó como una herramienta de comunicación se transformó en una necesidad constante para muchas personas.

La adicción a las redes sociales no siempre se nota de inmediato. A veces aparece como la necesidad de revisar el teléfono cada pocos minutos. Otras veces se manifiesta mediante ansiedad, comparación, inseguridad o miedo a quedarse fuera de lo que ocurre en internet.

Este libro busca mostrar, de manera visual y emocional, cómo las redes sociales afectan la mente, las relaciones y la percepción personal. A través de una historia ficticia, pero basada en situaciones reales, se explora el impacto que puede tener el uso excesivo de las plataformas digitales.

Más que prohibir la tecnología, este libro busca generar conciencia porque estar conectado no siempre significa estar presente.

DEDICATORIA

Este libro es para todos aquellos que alguna vez se han perdido en una pantalla, para quienes han buscado aprobación, cometido errores o simplemente están aprendiendo en el camino.

Para ti, que estás construyendo tu historia día a día, y que poco a poco entiendes que cada decisión deja una huella.

Para quienes han querido borrar el pasado, sin darse cuenta de que también está lleno de aprendizajes que los han hecho crecer.

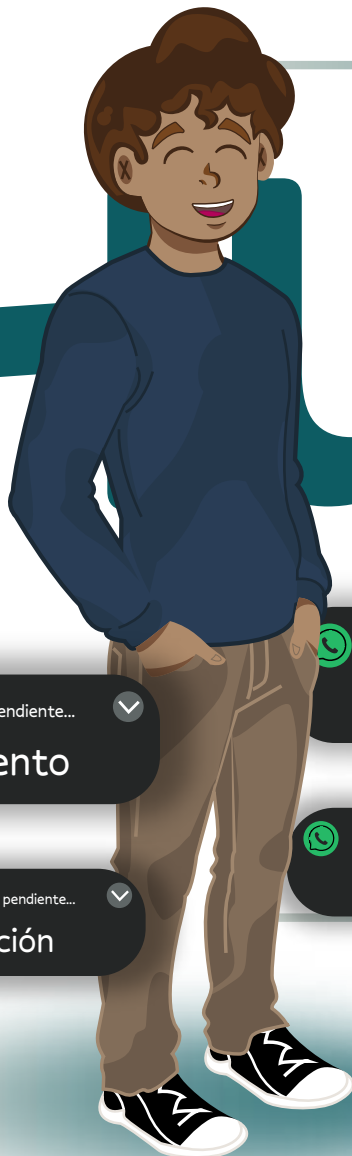
Ojalá estas páginas te inviten a reflexionar, a mirar tu historia con otros ojos y a entender que no se trata de ser perfecto, sino de ser consciente.

Y sobre todo, a recordar que siempre estás a tiempo de escribir una mejor versión de ti.

ÍNDICE

Ficha de personaje	10 a 11
Capitulo 1	12 a 15
Capitulo 2	16 a 19
capitulo 3	20 a 23
Capitlo 4	24 a 27
Capitilo 5	28 a 31
Capitulo 6	32 a 35
Capitulo 7	36 a 39
Moraleja	40
Reflexión	41
Colofón	43

CHUS



Una conversación pendiente...

Crecimiento

Una conversación pendiente...

Evolución

Una conversación pendiente...

Aprendizaje

Una conversación pendiente...

Conciencia

Nombre:

Jesús Mateo López Gómez

04:30 p. m. ✓✓

Apodo:

Chush

05:00 p. m. ✓✓

Edad:

20 años

05:30 p. m. ✓✓

Originario:

Guatemala

06:00 p. m. ✓✓

Historia:

Chus es un joven que, con el paso del tiempo, descubre que todo lo que hizo en internet dejó una marca en su vida. Entre recuerdos, errores y aprendizajes, comienza a entender que su historia digital también forma parte de quien es hoy.

06:30 p. m. ✓✓

LAS HUELLAS DEL PASADO

Todo lo que hacemos en internet deja un rastro, incluso cuando no lo notamos.

Cada publicación, comentario o fotografía forma parte de nuestra huella digital. Aunque muchas veces no lo notemos, estas pequeñas acciones digitales van construyendo una historia sobre nosotros. Por eso, lo que hacemos en línea tiene un impacto más grande del que imaginamos.

Muchas personas creen que lo que sucede en internet desaparece, pero no siempre es así. Gran parte de la información puede permanecer por mucho tiempo, incluso si se elimina.

Esto ocurre porque la información puede ser guardada, compartida o replicada por otros usuarios o plataformas. De esta manera, una acción impulsiva o descuidada puede tener consecuencias a largo plazo. Por ello, es fundamental reflexionar antes de actuar en el entorno digital.

Chus y las huellas del pasado

Jesús ahora de 20 años.

Una tarde, mientras revisaba fotografías antiguas, comenzó a recordar etapas de su vida que había intentado dejar atrás.

Recordó las noches que jugaba sin control.

Recordó las horas perdidas en redes sociales.

Recordó publicaciones que hoy le daban vergüenza.

En ese instante entendió que internet había guardado parte de su historia.

Y que algunas huellas seguían ahí.

Esperándolo.







Chush (Tú)

Envía mensajes a este chat privado

La ansiedad despierta junto a
viejos recuerdos que quisieran
ser borrados

12:00 p. m.

LO QUE INTERNET NO OLVIDA

Muchas personas creen que eliminar una publicación significa hacerla desaparecer por completo.

Sin embargo, en el mundo digital la información puede ser guardada, compartida o incluso capturada por otros usuarios en cualquier momento. Esto significa que, aunque borremos algo, puede seguir existiendo en otros lugares sin que lo sepamos.

Por eso, es fundamental pensar antes de publicar y reflexionar sobre lo que compartimos. Tomar unos segundos para analizar si ese contenido puede afectar nuestra imagen o a otras personas puede marcar una gran diferencia.

Ser conscientes de nuestra huella digital nos ayuda a evitar situaciones incómodas o consecuencias futuras. Al final, actuar con responsabilidad en internet es una forma de cuidarnos a nosotros mismos.

Chus y su pasado en internet

Mientras observaba perfiles antiguos, Chus encontró fotografías, comentarios y publicaciones que había hecho años atrás.

Algunas parecían inofensivas.

Otras reflejaban momentos difíciles de su adolescencia.

Verlas fue como abrir una cápsula del tiempo.

Cada publicación contaba una parte de su historia, mostrando quién fue en distintos momentos de su vida.

Incluso aquellas que ya no quería recordar.

Y, aunque algunas le causaban incomodidad, también le hicieron darse cuenta de cuánto había cambiado con el paso del tiempo.







Chush (Tú)

Envía mensajes a este chat privado

El pasado no cambia lo que
hayas hecho pero tampoco
define quien eres ahora.

12:30 p. m. //

LAS CONSECUENCIAS INVISIBLES

La huella digital puede influir en la forma en que otras personas nos perciben.

Todo lo que compartimos en internet contribuye a construir una imagen sobre quiénes somos, incluso sin darnos cuenta.

Empresas, universidades e incluso futuros empleadores pueden encontrar información pública sobre una persona. Esto significa que lo que publicamos hoy puede impactar decisiones importantes en el futuro.

Un comentario, una fotografía o una publicación pueden abrir oportunidades o, por el contrario, generar dificultades. Por eso, es fundamental ser conscientes de nuestra presencia en línea y actuar con responsabilidad.

Cuidar nuestra huella digital es también cuidar nuestra reputación y nuestro futuro.

Chus y las consecuencias invisibles

Un día, Chus asistió a una entrevista para una oportunidad importante.

Mientras esperaba, recordó algunas publicaciones impulsivas que había realizado años atrás.

Nada grave.

Pero tampoco eran cosas de las que estuviera orgulloso.

Sentado ahí, comenzó a cuestionarse cómo esas pequeñas acciones podían ser vistas por otras personas.

Por primera vez comprendió que el internet no separaba quién era hoy de quién había sido antes.

Ese pensamiento le generó inquietud, pero también le hizo reflexionar y no desvalorizar sobre el tipo de persona en la que se había convertido.







Chush (Tú)

Envía mensajes a este chat privado

El historial puede generar estragos a futuro, si no actúas como deberías.

12:30 p. m. //



LA IDENTIDAD DIGITAL

La identidad digital es la imagen que construimos mediante nuestras actividades en internet.

A veces coincide con quienes somos realmente.

Otras veces muestra una versión exagerada o distorsionada de nuestra personalidad.

Por eso es importante ser auténticos y responsables.

Lo que mostramos en línea también comunica nuestros valores y decisiones. Construir una identidad coherente nos permite proyectar una imagen más real y consciente.

Chus y su nueva identidad digital

Chus comenzó a comparar su perfil actual con el de años atrás.

Notó cuánto había cambiado.

Sus intereses.

Sus pensamientos.

Sus prioridades.

El adolescente que buscaba aprobación en redes sociales ya no existía.

Ahora veía todo con más claridad y entendía mejor sus decisiones pasadas.

Sin embargo, las huellas de aquella etapa seguían visibles. No como un peso que lo detenía, sino como un recordatorio de su proceso.

Y, de alguna manera, también le mostraban cuánto había crecido.







Chush (Tú)

Envía mensajes a este chat privado

Aceptar los fallos del pasado,
es aceptarte a ti mismo y tus
fallos.

12:30 p. m. ✓✓

APRENDER DE LOS ERRORES

Todos cometemos errores.

La huella digital no trata de ser perfectos, sino de comprender que nuestras acciones tienen consecuencias.

Cada decisión que tomamos en internet deja una marca que puede influir en nuestro presente y en nuestro futuro.

Reconocer errores del pasado también forma parte del crecimiento personal.

Aceptar nuestras fallas no nos define de forma negativa, sino que demuestra nuestra capacidad de cambiar. Al final, lo importante no es lo que hicimos, sino lo que decidimos hacer a partir de ello.

Chus y su aprendizaje

Chus dejó de sentir vergüenza por algunas de sus antiguas publicaciones. En lugar de eso, comenzó a verlas de otra manera.

Ya no eran errores que quería ocultar, sino recordatorios de todo lo que había vivido.

Eran pruebas de los desafíos que había enfrentado.

De las veces en que se equivocó.

Y también de las veces en que encontró la fuerza para levantarse.

Comprendió que crecer no significa borrar el pasado. Significa aprender de él, aceptarlo y usarlo como parte del camino.

Porque cada etapa, incluso las más difíciles, lo habían llevado a convertirse en quien es ahora.







Chush (Tú)

Envía mensajes a este chat privado

Voltear a ver el pasado te
ayuda a ver quien eres en el
presente.

12:30 p. m. ✓✓

JA JA JA
JA JA

RECONSTRUIR UNA HUELLA SANA

Cada día tenemos la oportunidad de construir una mejor presencia digital.

Las acciones responsables, el respeto hacia los demás y el uso consciente de internet ayudan a crear una identidad digital positiva.

Ser conscientes de nuestra huella digital nos permite tomar el control de nuestra historia en línea. No se trata de ser perfectos, sino de actuar con una mejor intención, de aprender constantemente.

Con el tiempo, estos pequeños cambios pueden generar un impacto significativo en nuestro futuro.

Construir una presencia digital positiva es una forma de crecer y avanzar con responsabilidad.

Chus y la reconstrucción de su huella digital

Chus decidió empezar a usar las redes sociales de una manera diferente.

Ya no buscaba aprobación, ni sentía la necesidad de demostrar algo a los demás.

En cambio, comenzó a compartir experiencias más reales y significativas.

Aprendizajes.

Momentos importantes.

Poco a poco entendió que el internet podía ser mucho más que un espacio para consumir contenido.

También podía ser una herramienta para construir, expresarse y crecer.

Y, por primera vez, sintió que lo que compartía realmente lo representaba.







Chush (Tú)

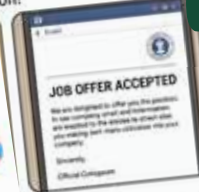
Envía mensajes a este chat privado

Nunca es tarde para seguir
demostrando tu valía, lo
importante es no dudar.

12:30 p. m. ✓✓



Octubre 2023: "¡Gente, lo logré! ¡CONSEGUÍ EL TRABAJO! 🎉 Empiezo el lunes. Mi arduo trabajo realmente dio sus frutos. ¡Muchísimas gracias a todos los que me apoyaron!"



Agosto 2023: "¡La presentación final del gran proyecto salió perfecta! ¡Miren esa puntuación final! Esto debe haber ayudado."



...es en la nieve en
...do encontrarlas."

EL LEGADO DIGITAL

La huella digital es mucho más que publicaciones y fotografías. Es el conjunto de acciones, decisiones y experiencias que dejamos en el mundo digital.

Cada comentario, cada reacción y cada contenido compartido forma parte de la historia que construimos en línea. Con el tiempo, todo eso crea una imagen que otros pueden ver, interpretar y recordar.

Por eso es importante preguntarnos qué queremos que otros encuentren cuando vean nuestra historia. Si refleja quiénes somos realmente, nuestros valores y lo que hemos aprendido.

Ser conscientes de nuestra huella digital nos permite tomar decisiones más responsables y construir una presencia más auténtica.

Porque, al final, lo que dejamos en internet también habla por nosotros.

Chus y su legado digital

Una noche, Chus cerró su computadora y mientras lo hacía.

Recordó al niño de trece años que descubrió la inteligencia artificial.

Recordó al adolescente que pasó demasiado tiempo buscando aprobación en redes sociales. Y recordó todas las lecciones que aprendió en el camino.

Por primera vez comprendió algo importante:

“La verdadera huella que quería dejar no estaba en internet”.

Estaba en las personas que había ayudado, en las experiencias que había vivido y en la persona que había llegado a ser.







Chush (Tú)

Envía mensajes a este chat privado

La fortaleza y la fuerza es
siempre seguir adelante sin
importar las fallas

12:30 p. m.



MORALEJA

La huella digital no define quién eres, pero sí refleja las decisiones que tomas.

Cada acción en internet deja una marca, y aunque no siempre podamos borrar el pasado, siempre podemos aprender de él. Ser consciente, actuar con responsabilidad y crecer a partir de los errores es lo que realmente construye una identidad valiosa.

Cada error puede convertirse en una oportunidad para cambiar, mejorar y tomar decisiones más conscientes en el futuro.

El internet no olvida fácilmente, pero nosotros sí podemos transformarnos.

Y en ese proceso, construir una historia que refleje quiénes somos realmente y quiénes queremos llegar a ser.

Porque al final, no se trata de ser perfecto, sino de ser mejor cada día.

REFLEXIÓN

Todo lo que hacemos en internet deja una marca.

Algunas huellas desaparecen rápidamente, perdiéndose entre la cantidad de contenido que circula cada día. Otras, en cambio, permanecen y pueden acompañarnos durante años, formando parte de nuestra historia digital.

La huella digital no debe verse como algo que genera miedo, sino como una responsabilidad. Es una oportunidad para construir una imagen consciente, auténtica y coherente con quienes somos.

Pensar antes de compartir no significa dejar de expresarnos, sino hacerlo de manera más reflexiva. Porque el internet puede guardar nuestras acciones, pero somos nosotros quienes decidimos qué historia queremos contar.

Y, con cada decisión, también elegimos el tipo de persona que queremos ser en el mundo digital.



UNIVERSIDAD
DA VINCI
DE GUATEMALA

Diseño e Innovación V
Artes Tipográficas II
Expresión Visual V
Software V

Facultad de Arquitectura y Diseño
Licenciatura en Diseño Gráfico
Carné 202405000

AUTOR

Luis David Méndez Vicente
luisdavimv@gmail.com
Tel: 57355527

Derechos de autor reservados.
2026

PÁGINA OFICIAL

webalertaedu.com

SUB PÁGINA OFICIAL

chusysuhuelladigital.webalertaedu.com



