



ESTUDIO DESCRIPTIVO SOBRE LOS FACTORES DE RIESGO ASOCIADOS A LA IDEACIÓN SUICIDA EN LA POBLACIÓN COLEGIAL ADSCRITAS AL ÁREA DE SALUD DE SANTA BÁRBARA DE HEREDIA, EL HOSPITAL SAN CARLOS Y EL HOSPITAL DR. MAX TERÁN VALLS

DESCRIPTIVE STUDY ON THE RISK FACTORS ASSOCIATED WITH SUICIDAL IDEATION IN THE SCHOOL POPULATION ASSIGNED TO THE SANTA BÁRBARA DE HEREDIA HEALTH AREA, SAN CARLOS HOSPITAL AND DR. MAX TERÁN VALLS HOSPITAL

ARTÍCULO ORIGINAL



Melissa Bérenzon Quirós*, Marianela Matarrita Galagarza*, Katherine Murillo Conejo*, Ana Catalina Calderón Jiménez*, María Lisseth Quesada Quesada*, Evelyn Rodríguez Calderón*, Karina Alfaro Solís*, Elmer Valverde Alfaro*, Fanny Karina Picado Arce*, Maritza Chaves Castro*, Carol Arrieta Cabalceta*, Carlos Vega Montero*

Resumen

Esta investigación es de carácter descriptivo y tiene como propósito fortalecer los esfuerzos para la comprensión de los posibles factores de riesgo asociados a las ideaciones suicidas de los adolescentes que cursan el colegio. La recolección de los datos se llevó a cabo con población adscrita al Área de Salud de Santa Bárbara de Heredia, el Hospital San Carlos y el Hospital Dr. Max Terán Valls, durante el 2024. Se combinaron técnicas cuantitativas y cualitativas empleando un cuestionario

autoadministrado para estudiantes de 12 a 19 años y se realizaron grupos focales con adultos que tienen relación directa con este grupo poblacional. Para el análisis de los resultados se utilizó además la bibliografía existente. Por último, se dan recomendaciones para el fortalecimiento de la salud mental de la población adolescente e intervención oportuna desde la Red de Servicios de la Caja Costarricense del Seguro Social y el involucramiento interinstitucional y multidisciplinario.

*Promotora de Salud-Área de Salud de Santa Bárbara de Heredia. Investigadora principal correo: melissa.berenzon@gmail.com

*Nutricionista - Área de Salud de Santa Bárbara de Heredia mmatarri@ccss.sa.cr

*Promotora de Salud- Área Rectora de Salud de Santa Bárbara de Heredia katydahty@gmail.com

*Psicóloga- Dirección Regional Rectoría de la Salud Central Norte catalina.calderon@misalud.go.cr

*Trabajadora Social- Hospital San Carlos lisquesadaquesada@gmail.com

*Psicóloga- Hospital San Carlos evelyn.rc89@hotmail.com

*Enfermera en Salud Mental- Hospital San Carlos kalfaros@gmail.com

*Psiquiatra- Hospital Dr. Max Terán Valls ejvalver@ccss.sa.cr

*Enfermera en Salud Mental- Hospital Dr. Max Terán Valls fkpicado@ccss.sa.cr

*Psicóloga- Hospital Dr. Max Terán Valls mchaveca@ccss.sa.cr

*Enfermera- Hospital Dr. Max Terán Valls ctarrieta@ccss.sa.cr

*Médico General-CCSS dr.cvega.montero@gmail.com



Palabras clave: Adolescencia, ideación suicida.

Abstract

This research is descriptive in nature and aims to strengthen efforts to understand the possible risk factors associated with suicidal ideation among adolescents in school. Data collection was carried out with the population assigned to the Santa Bárbara de Heredia Health Area, San Carlos Hospital, and Dr. Max Terán Valls Hospital, during 2024. Quantitative and qualitative techniques were combined using a self-administered questionnaire for students aged 12 to 19, and focus groups were conducted with adults who have a direct relationship with this population group. Existing bibliography was also used to analyze the results. Finally, recommendations are given for strengthening the mental health of the adolescent population and timely intervention from the Service Network of the Costa Rican Social Security Fund and inter-institutional and multidisciplinary involvement.

Key words: Adolescence, suicidal ideation.

Introducción.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), cada año cerca de 700 000 personas mueren por suicidio, siendo en el año 2019, la cuarta causa de muerte entre los jóvenes de 15 a 19 años, donde más del 77% de los suicidios ocurridos en ese año tuvieron lugar en países de ingresos bajos y medianos.

El suicidio es un problema de salud pública, multicausal, de alta prevalencia y progresivo aumento en la población adolescente, según la OMS (2019) es necesario conocer los diferentes factores de riesgo que existen para abordarlos y evitar que el problema se agrave. Sin embargo, a pesar de que las estadísticas de suicidio a nivel mundial en esta población son altas solo un 2% del presupuesto anual de los sistemas de salud de América Latina y el Caribe según la misma fuente es destinado a la promoción y la prevención en salud mental, por lo que se insta a realizar más investigación y acciones que puedan mejorar la respuesta que se le está dando a este problema de salud pública de manera interinstitucional y multidisciplinaria.

En Costa Rica, según la Dirección de Vigilancia del Ministerio de Salud, en los últimos 5 años los intentos de suicidio han tendido a incrementarse de manera simbólica incluso llegando a duplicarse entre un año y otro, en el 2023 se registraron 3959, mientras que el primer semestre del año 2024 se cuantifican más de 1800, señalando que los grupos de 10 a 14 años y de 15 a 19 años son los que más reportan intentos de autoeliminación, para el 2024 la tasa de intento de suicidio del primer grupo es 80.8, mientras que del segundo es de 121.3 por cada 100 000 habitantes, siendo una de las principales causas de consulta en estos rangos de edad a nivel de la Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS)



temas relacionados con salud mental. Otro dato importante de señalar es que, en relación con el sexo biológico, las mujeres superan en más de un 60% los intentos de suicidio, siendo más evidentes en los rangos de edad ya especificados.

Esta investigación nace de manera local en el cantón de Santa Bárbara de Heredia, a raíz de una solicitud de apoyo por parte de los departamentos de orientación del Liceo de Santa Bárbara de Heredia sobre el incremento de estudiantes con ideaciones suicidas y conductas autolesivas como el “cutting” (cortarse), se unieron esfuerzos con el EISAA del Hospital de San Carlos y el Hospital Dr. Max Terán Valls debido a que los profesionales también identificaron una alta demanda de los servicios de salud de esta población en temas de salud mental.

Por último, este proyecto responde a la Política Nacional de Salud Mental 2012-2021, donde se fomenta crear las sinergias para el abordaje del proceso salud enfermedad no solo desde la perspectiva de la atención del daño, sino también desde la salud pública, interviniendo las condiciones de vida que mejoran la salud y aquellos factores psicosociales relacionados con la conducta humana.

Materiales y métodos.

Esta investigación tuvo un diseño tipo observacional, cuyo objetivo fue registrar

los acontecimientos del estudio sin intervenir en el curso natural de estos para generar propuestas. Al ser un estudio mixto se combinaron técnicas cuantitativas y cualitativas para el análisis descriptivo

La población del estudio fueron los estudiantes de los colegios adscritos al Área de Salud de Santa Bárbara de Heredia, el Hospital San Carlos y el Hospital Dr. Max Terán Valls

Para el cálculo de la muestra se utilizaron datos de las oficinas de estadística de cada uno de los centros de salud que participan del estudio, siendo esta de 403 adolescentes, la cual se repartió en los 3 centros de salud, cuya distribución fue proporcional al tamaño de la población de la siguiente manera: 40 en el Área de Salud de Santa Bárbara, 283 en el Hospital San Carlos y 83 en el Hospital Dr. Max Terán Valls

Es importante mencionar que tanto el protocolo como los instrumentos que se utilizaron y los documentos legales (consentimientos y asentimientos informados) de esta investigación fueron revisados y aprobados por el Comité Ético Científico Central de la CCSS en fases previas al trabajo de campo y se cumplieron las normas de bioética durante todo su desarrollo. Se procede a describir las fases que se realizaron:



Fase 1: Recolección de la información o datos:

En esta primera fase se realizaron dos procesos de manera simultánea que se detallan a continuación:

1. Encuesta autoadministrada para estudiantes de colegio

El instrumento fue de elaboración propia con base a la teoría y cumplió con todos los procesos correspondientes de criterio de expertos y probatoria antes de ser aplicado

A la hora de pasar el instrumento como el tipo de muestreo fue a conveniencia, dependió de la firma de los consentimientos informados de los padres de familia (o encargados y/o los asentimientos informados de los estudiantes, al final se superó la muestra y se aplicaron un total de 415 instrumentos.

2. Grupos focales:

Se entrevistaron padres de familia y/o encargados legales, personal docente, personal administrativo de colegios (públicos y privados), líderes de grupos de adolescentes (Ejemplo: religiosos, scouts), entrenadores, personal de salud que atiende adolescentes, funcionarios de instituciones públicas integrantes de los ILAIS y fundaciones u organizaciones no gubernamentales que trabajan con jóvenes.

Las personas se seleccionaron por conveniencia, participaron los que aceptaron la invitación y firmaron el consentimiento informado respectivo. En la provincia de Heredia se ejecutaron 6 grupos focales con un total de 46 participantes, mientras en Alajuela fueron 8 con una participación de 76 personas y por último en Puntarenas se realizaron 7 con 50 asistentes para un total de 172 personas.

Fase 2: Se hizo el análisis descriptivo de la información obtenida con la literatura existente. Y se formularon recomendaciones.

Resultados

Para la obtención de los datos cuantitativos se aplicó un total de 415 cuestionarios autoadministrados a estudiantes de colegio de 12 a 19 años de la siguiente manera:



**Tabla 1:
Distribución de estudiantes por centro educativo que participaron en el estudio, 2024**

Sexo biológico				
Institución Educativa	Cantón	Hombre	Mujer	Total, de Estudiantes
Unidad Pedagógica de El Roble	Santa Bárbara	2	10	12
Liceo de Santa Bárbara de Heredia	Santa Bárbara	6	11	17
IPEC Santa Bárbara de Heredia	Santa Bárbara	5	6	11
CINDEA San Carlos	San Carlos	5	4	9
Colegio Diocesano Padre Eladio Sancho	San Carlos	1	0	1
Colegio Técnico Profesional de Aguas Zarcas	San Carlos	7	15	22
Colegio Técnico Profesional De La Fortuna	San Carlos	8	15	23
Colegio Técnico Profesional de San Carlos	San Carlos	16	31	47
Colegio Técnico Profesional de Santa Rosa	San Carlos	4	7	11
Colegio Técnico Profesional Nataniel Arias Murillo	San Carlos	3	3	6

Green Forest School	San Carlos	6	5	11
Liceo Boca Arenal	San Carlos	9	7	16
Liceo Cristo Rey	Los Chiles	3	7	10
Liceo de Sonafluca	San Carlos	12	14	26
Liceo Experimental Bilingüe Claudio Bonilla Alarcón	San Carlos	1	6	7
Liceo Florencia	San Carlos	19	20	39
Liceo Gastón Peralta Carranza	San Carlos	24	25	49
Liceo Rural de San Joaquín	San Carlos	6	8	14
Colegio Académico Londres	Quepos	2	4	6
Colegio Técnico Profesional de Jaco	Garabito	5	10	15
Colegio Técnico Profesional de Matapalo	Quepos	10	7	17
Colegio Técnico Profesional de Parrita	Parrita	8	5	13
Colegio Técnico Profesional de Quepos	Quepos	7	18	25
Ecoturístico del Pacífico	Quepos	8	6	14
Total, de Estudiantes		174	241	415

Fuente: Elaboración propia con base en las respuestas recopiladas en el cuestionario autoadministrado a población estudiantil 2024



Aunado a lo anterior y como dato complementario en cuanto a la etnia un 4% de los participantes eran negros y 1.25% dijeron ser indígenas, el resto de los estudiantes eran blancos o mestizos.

Para la obtención de los datos cualitativos se entrevistaron en total 172 personas distribuidas de la siguiente manera:

Tabla 2:
Distribución grupos focales del estudio, 2024

Número	Lugar	Descripción	Cantidad de participantes
1.	Santa Bárbara	Personal de Salud no de la Caja Costarricense del Seguro Social que atiende a jóvenes de 12-19 años de Santa Bárbara de Heredia (Fundaciones, consultorios psicológicos privados, OFIFAM, Colegio de Psicólogos y universidades)	6
2.	Santa Bárbara	Profesores guías de la Unidad Pedagógica El Roble	8
3.	Santa Bárbara	Padres de familia del Liceo de Santa Bárbara	8
4.	Santa Bárbara	Profesores guías y orientadores del Liceo de Santa Bárbara	8
5.	Santa Bárbara	Adultos que se relacionan con los estudiantes en espacios no formales como entrenadores de equipos deportivos, líderes religiosos, coordinadores de scouts	8
6.	Santa Bárbara	Personal docente y administrativo del IPEC	8
7.	San Carlos	ILAIS de Aguas Zarcas con representantes instituciones públicas	12

8.	San Carlos	ILAIS de Florencia con representantes de instituciones públicas	17
9.	San Carlos	ILAIS de Ciudad Quesada con representantes de instituciones públicas	11
10.	Los Chiles	Personal de la CCSS del Hospital Los Chiles	10
11.	San Carlos	Padres de familia Colegio Técnico Amparo	8
12.	San Carlos	Padres de familia en Aguas Zarcas	5
13.	San Carlos	Personal de la CCSS del Hospital San Carlos	11
14.	San Carlos	Estudiantes mayores de edad del Liceo de Boca Arenal	14
15.	Garabito	ILAIS Garabito con representantes de instituciones públicas y líderes comunales	7
16.	Quepos	ILAIS Quepos con representantes de instituciones públicas y líderes com	6
17.	Quepos	ILAIS Parrita con representantes de instituciones públicas y líderes comunales	7
18.	Quepos	Orientadores y docentes de los colegios de Quepos	7
19.	Parrita	Orientadores y docentes de los colegios de Parrita y líderes comunales	9
20.	Quepos	Personal de la CCSS del Hospital Dr. Max Terán Valls	7
21.	Garabito	Orientadores y docentes de los colegios de Garabito y líderes comunales	7

Totales: 172

Fuente: Elaboración propia con base a los grupos focales realizados en el 2024



Con base a la revisión bibliográfica previa y los datos obtenidos se hizo el análisis de los datos agrupándolos en 21 variables: La dinámica familiar de los adolescentes, los antecedentes de suicidio en la familia, el manejo del duelo o pérdida de un ser querido, el consumo de sustancias psicoactivas, padecer de dolores físicos, la realización de actividad física, la práctica de una religión o culto, el rendimiento académico, el acoso escolar o bullying, la práctica o adopción de conductas autolesivas, el haber experimentado ideaciones e intentos suicidas previos, las relaciones entre pares, las relaciones de pareja, el inicio de la vida sexual, el haber sufrido abuso sexual, su identidad de género y orientación sexual, haber tenido problemas con la ley, la calidad del sueño, la autopercepción de su apariencia física, el manejo de sus emociones como la tristeza, la ansiedad, el estrés, el enojo, la frustración y el miedo y los orígenes de las mismas y por último el tener expectativas y planes a futuro.

Discusión

El tema de las relaciones de familia se identificaron padres ausentes y poco comunicativos justificados en la necesidad de trabajar para poder darles sustento a sus hijos lo cual afecta el tiempo y la calidad para compartir en familia. Además del trabajo otro factor que podría marcar distancia entre los padres de familia y adolescentes es el uso constante del celular, lo que ha generado

que los progenitores no sean percibidos por los adolescentes como figuras de autoridad, incluso se comentó que el acceso a la información sobre sus derechos como menores de edad la utilizan de forma errónea para desafiar órdenes y hasta amenazar a los adultos, también en contraste a esto, varios mencionaron sentirse presionados por cumplir las expectativas de sus familias por hacer cosas que no quieren y que esperan de ellos incluso en términos de su futuro, Maratuech (2022) afirma que existe una relación directa entre el entorno familiar, el respeto a los padres, la salud mental según el autor mientras exista un ambiente familiar positivo, que cuente además con una mayor cohesión y comunicación, se favorecerá a que los adolescentes experimenten menores ideaciones suicidas en situaciones de conflicto o ansiedad. (p. 7).

En los grupos focales se identificó que los adolescentes no se sienten escuchados y que les invalidan sus emociones desde una visión adultocentrista, además al referirse a sus situaciones les indican que están llamando la atención y no les dan la importancia que requieren, pero si perciben presión ante los resultados académicos, bajo esta línea es importante recalcar que la seguridad es una necesidad básica, por lo que sí el adolescente no siente un ambiente de confianza puede comprometer su sentido de pertenencia esencial en esta etapa del desarrollo.



En los cuestionarios se reflejó un porcentaje significativo de estudiantes que viven solo con uno de sus progenitores y en menor porcentaje con otros familiares o tutores, según Bravo et al (2019), los patrones de organización familiar como por ejemplo la presencia de una separación, distanciamiento o muerte de un progenitor, la comunicación y resolución de problemas en casa están relacionados a la madurez emocional de los adolescentes (p. 27). bajo la línea de violencia, solo un porcentaje menor de los estudiantes mencionaron que existían violencia en sus hogares, sin embargo, el resultado de bullying fue mucho mayor y en algunos grupos focales se mencionó que provenía de estudiantes de familias con dinámica conflictiva, donde los adolescentes se enfrentan a situaciones de confusión en cuanto a las órdenes de sus padres separados, siendo un desafío para éstos llevar el control de los límites.

Otro factor importante que mencionan los autores está en la facilitación de los recursos económicos entendiéndose como casa y alimentación, en los adolescentes funciona como motivación, por lo que la familia que sí facilita los medios básicos se visualiza como como red de apoyo, el tema de los problemas económicos en casa si fue identificado por varios jóvenes como motivo de emociones como estrés y ansiedad, además en los grupos focales de la población adscrita a Quepos sí se hizo mención de que los

estudiantes comenzaban en negocios como la explotación sexual comercial, venta y transporte de drogas para obtener dinero, en San Carlos y Garabito también se mencionó que una práctica común en las familias es normalizar las relaciones impropias a cambio de cubrir necesidades básicas como alimentación, acceso a la educación, entre otros, se señaló que el sistema y las instituciones deben de trabajar en la raíz y no solo enfatizar en el castigo, porque en algunas casos se podría convertir en el modus vivendi como adultos e incrementar sus acciones a niveles superiores por sentido de supervivencia a falta de vínculos y redes de apoyo o incluso suicidio.

Durante el cuestionario se les consultó a los jóvenes si en sus familias existían personas que habían fallecido por suicidio o presentado intentos o gestos suicidas, aunque no se encontró un porcentaje del 15%, las estadísticas nacionales indican que en los últimos 5 años el suicidio ha tenido una tendencia a duplicarse entre un año y otro, Gómez y Araujo (2019), hacen mención de que cuando una persona se suicida las repercusiones de esta muerte alcanzan diversos niveles, afectando familiares y personas cercanas al fallecido en contexto individual y social puesto que es un tipo de duelo que se vive de manera distinta a otros tipos de muertes, poniendo a sus seres cercanos vulnerables a cometer suicidio (p. 333).



Alrededor de un 8% de los estudiantes exteriorizó que se encuentran atravesando por un proceso de duelo y sienten que no pueden avanzar a causa del dolor, Vedia (2016) menciona que inmediatamente ante cualquier fallecimiento de una persona conocida comienza el proceso de duelo, el cual se caracteriza por una serie de manifestaciones que normalmente están limitadas en el tiempo, al ser un proceso va a estar compuesto por distintas fases cuya intensidad va a depender de muchas variables como el vínculo o cercanía con la persona.(p. 24)

En cuanto el uso de sustancias psicoactivas los resultados reflejan las más reportadas fueron el licor, los vapeadores, la marihuana y el cigarrillo, en la información proporcionada por la población adulta de los grupos focales expresaron que los padres de familia son quienes facilitan los dispositivos electrónicos a sus hijos abriendo camino a la experimentación con muchas situaciones como drogas, sexo, alcohol y fiestas a muy corta edad, Gómez y Araujo (2019), en su estudio sobre la relación de la depresión y consumo de sustancias mencionan que el uso frecuente de las mismas, aunque originalmente pueda ser meramente por curiosidad puede generarles desajustes químicos que puedan ocasionarles depresión o una dependencia mayor. (p. 17). Por otro lado, mediante los grupos focales los

docentes mencionaron que existen muchos medios en redes como TikTok para encontrar contenido que invita a la persona adolescente a la experimentación con distintas sustancias, incluso mencionan sobre consumo de medicamentos como clonazepam.

Durante esta investigación se les consultó a los jóvenes sobre padecimientos asociados con dolores físicos, y si utilizaban algún medicamento para eliminarlos, se encontró que aproximadamente el 18% de los jóvenes de cada uno de los lugares respondió que sí de los cuales un porcentaje menor se encontraban bajo tratamiento, aunque en esta variable no se profundizó sobre los tipos de padecimientos, el dolor crónico que no se ve a tiempo o no se le da la importancia también puede llevar al adolescente a tener cansancio excesivo y necesidad por eliminar su padecimiento adoptando pensamientos o conductas de riesgo.

La falta de espacios físicos y opciones para desarrollar actividades recreativas saludables se reflejó como un reto en los lugares visitados, estos datos ilustraron que los jóvenes no tienen lugares para hacer ejercicio, pocos de ellos mencionaron que no les gustaba realizarlo pero además no tienen las motivaciones necesarias para hacerlo un hábito, Hoyos y Bernal (2021), concluyeron que la práctica habitual de actividad física representa beneficios en la reducción de los niveles de depresión en los jóvenes



debido a que permite generar espacios de socialización positiva y generación de endorfinas, además funciona para su salud cardiovascular, (p. 78). En los grupos focales se habló sobre la importancia del sueño pues este afecta el crecimiento y desarrollo, dentro las principales causas por las que consideran que no poseen buena calidad del descanso mencionaron la falta de actividad física, el uso excesivo de dispositivos electrónicos.

En cuanto a la práctica de una religión el porcentaje fue bajo, Farinha et al (2018) menciona que la religiosidad y la espiritualidad pueden tener diversos significados, influenciando actitudes, decisiones y comportamientos de los adolescentes por establecer un sentido para la existencia y estimular la vivencia compartida de creencias y visiones del mundo (p. 571), en algunos grupos focales se habló de que la falta de acercamiento que existe entre los padres a los jóvenes ha tenido como consecuencia que ellos se alejen de la religión y por ende de los valores que les inculcan en las iglesias por otro lado, la materia de religión como tal dentro del sistema educativo en donde se educaban sobre temas de buena convivencia es ahora opcional o inexistente depende del consentimiento de los padres.

En contraparte, Gallardo et al (2022), hace referencia que cuando existen apegos religiosos, luchas espirituales y/o

afrontamientos religiosos negativos, podrían existir efectos perjudiciales en la salud mental principalmente desde el punto de vista de cumplir con las expectativas o las normas acorde a la doctrina que practican (p. 52), acorde con algunos participantes de los grupos focales, en los adolescentes por ejemplo podría verse desde el tema de las orientaciones sexuales, muchas veces el rechazo de las familias proviene de las creencias religiosas lo cual representa problemas de identidad, autoestima y depresión en ellos.

En términos generales los jóvenes que participaron durante esta investigación tienen un buen concepto de ellos mismos como estudiantes, sin embargo en los grupos focales si se mencionó que muchos estudiantes no se sienten cómodos con la metodología o les cuesta aprender bajo la misma lo cual los hace sentirse estresados y hasta frustrados con las bajas calificaciones, Galicia et al (2013), comentan que el rendimiento académico afecta directamente la autoeficacia académica percibida por el adolescente por ende su autoestima, un estudiante con buenas calificaciones es percibido de manera positiva por sus familias y la sociedad en general a diferencia del que posee notas bajas, (p. 493), otro factor que se conversó en los grupos focales fue que a los que se les cuestan las materias son más vulnerables a abandonar el colegio.



El tema del acoso escolar o el bullying más de un 20% de los estudiantes de cada uno de los sectores dijo haber sido víctima de bullying a nivel presencial y aunque pocos afirmaron haber recibido cyberbullying directamente, más de la mitad de los jóvenes mencionaron que conocían páginas donde esta práctica era común entre sus compañeros de colegio, Azua et al (2020), encontraron una relación significativa entre la exposición al bullying y desarrollo de depresión e ideación suicida en adolescentes, los sentimientos de impotencia, miedo, soledad y dolor generan baja autoestima y pocos deseos de exponerse al mundo (p. 433).

Se reportaron en los centros educativos páginas de la red social Instagram donde se suben fotografías de estudiantes con el fin de “quemarlos”, dichas páginas a pesar de ser reportadas en varias ocasiones se vuelven a abrir con otros nombres, los principales son: “quemados”, “patos”, “secretos revelados” junto con los nombres de los colegios. Según datos dentro de la evaluación del Programa para la Evaluación Internacional de los Estudiantes (PISA), en Costa Rica el 44% de los estudiantes se han sentido acosados en algún momento siendo el país con más bullying en el mundo.

Un tema frecuente en las consultas de los adolescentes en los centros de salud es la práctica de conductas autolesivas, Flores

et al (2018), explican que las conductas autolesivas son realizadas por los jóvenes como un daño físico y método inconsciente de expresión y alivio al sufrimiento psicológico, del cual en la mayoría de los casos se excluye cualquier deseo de causarse muerte, son descritos para liberar tensiones, regresar a la realidad, lo cual demuestra un débil manejo de emociones y resolución de conflictos de las personas que las practican (p. 210). Es importante destacar que este estudio encontró que este tipo de conductas es mucho más frecuente en las mujeres que en los hombres, más del 60% de los participantes marcó que si practicaba conductas autolesivas, entre las más mencionadas fueron producirse dolor por medio del cutting, golpeándose y arrancándose el cabello, otros manifestaron tener trastornos del comportamiento alimentario como anorexia y bulimia y un grupo menor indicó que dejaban de tener hábitos de higiene o de utilizar medicamentos y coincidió con el artículo referido que al consultarles los motivos para hacerlo lo asociaban a sacar emociones fuertes o necesidad de sentirse bien de manera inmediata un porcentaje menor indicó desconocer el motivo. En los grupos focales incluso se mencionó que los adolescentes usan estas prácticas como parte de su identificación y pertenencia, es decir adolescentes de un mismo grupo se autolesionan.



Al igual que las conductas autolesivas las ideaciones e intentos de suicidio fueron mucho más frecuentes en las mujeres en esta investigación, con más del 40% de los participantes y en cuanto a intentos de suicidio un 18% en promedio en los tres sectores señalados.

La mayoría de los estudiantes dijeron que tenían un grupo de amigos de edad similar a la suya con los cuales se sentían cómodos para compartir, aunque en porcentajes menores algunos jóvenes dijeron que no se sentían cómodos con personas de su misma edad, incluso algunos los asocian con bullying, Lacunza y Contini (2016), enfatizan que las relaciones interpersonales en la adolescencia son de vital importancia ya que favorecen el desarrollo de fortalezas personales, proporcionan apoyo emocional (p. 82). El no reconocimiento por sus iguales en la etapa de adolescencia, así como estar insertos e insertas en dinámicas de violencia en su grupo de pares, podría generar malestar emocional y por ende conductas de aislamiento.

A través de los grupos focales se comentó que diversas circunstancias como la pandemia obligaron a los estudiantes a tener un menor contacto con personas de su edad ya que no asistieron a clases, el mundo cambió a ser todo virtual, de acuerdo con De la Calle (2020) los jóvenes llegaron a tener una relación casi nula con la sociedad

encerrándose en sus habitaciones, haciendo uso extendido de internet y juegos online (gamers), a este síndrome se le conoce como el Hikikomora, también se caracteriza por padres permisivos y que no se relacionan mucho con sus hijos, el autor menciona que los adolescentes que adoptan este tipo de comportamientos les cuesta adaptarse a la sociedad, pueden sufrir ansiedad, tornarse violentos y adoptar conductas autolesivas cuando se les saca de su zona de seguridad (p. 120), aunque el síndrome puede romperse con la reintegración en el sistema educativo presencial, los docentes afirmaron que se les dificulta las habilidades sociales lo cual ha generado olas de violencia y ataques de ansiedad. Se comentó que consumen mucho anime con temas depresivos y violentos (género Isekai), en algunos de ellos se puede crear una adicción y dificultar su relación con pares que tienen gustos distintos.

Otro dato señalado durante los grupos focales son las nuevas relaciones que se están generando por medio de plataformas virtuales, como apps de citas, videojuegos en línea y redes sociales donde los jóvenes interactúan de manera virtual y donde se exponen algunos riesgos como el grooming donde un adulto se hace pasar por un adolescente para diferentes propósitos desde conseguir fotografías para pornografía hasta incluso un rapto.



En el cuestionario se encontró que entre la cantidad de estudiantes que se encontraban en una relación de pareja y los que ya habían tenido una anteriormente, superaba el 50% en los cantones bajo investigación, lo cual demuestra que más de la mitad de los participantes ya han tenido un vínculo amoroso, por otro lado, alrededor de un 4% hicieron mención de que se encontraban en una relación de pareja donde no se sentían felices mismos que al consultarles por la edad de sus parejas actuales o pasadas respondieron que tienen 10 años o más que ellos, lo cual demuestra la presencia de relaciones impropias, en este caso todas eran mujeres.

Se les hizo la consulta sobre cómo se sentían en cuanto a las rupturas amorosas, encontrando que un porcentaje pequeño pero presente en todos los cantones que manifestaron sentirse muy mal al haber terminado su relación y no sabían cómo continuar después de eso, Sánchez et al (2008) describen que las rupturas amorosas, en la adolescencia tienden a generar emociones que se viven con una intensidad mayor, lo cual a sentir depresión tras finalizar con su pareja ya que muchas veces crean dependencia (p. 102).

Calero et al (2017), hacen referencia que la sexualidad se caracteriza por cambios biológicos, psicológicos y sociales, que no debe de ser visualizado desde un enfoque

meramente reproductivo y la posibilidad de concebir un embarazo, el inicio de las relaciones sexuales por presión puede conducir a una depresión y aislamiento, siendo este último comportamiento más presente en las mujeres quienes por patrones culturales (p. 580). Se identificó que más del 30% de los jóvenes participantes de en la muestra dijo que si había tenido relaciones sexuales de este alrededor del 5% del porcentaje sexualmente activo exteriorizaron sentirse mal por haber tomado la decisión de haber iniciado su sexualidad, todas las que marcaron esta opción fueron mujeres. En los grupos focales en el mismo contexto de las relaciones impropias y su asociación con las familias se conversó de que existe la presencia de copia de patrones, por ejemplo, tendencias a embarazos adolescentes en familias donde sus antecesoras han tenido hijos en edades tempranas. El uso del Implanon ha disminuido mucho el embarazo adolescente en los últimos años, sin embargo, todas las variables expuestas anteriormente han demostrado que el inicio de las relaciones sexuales es cada vez más joven y que la experimentación es mayor entre hombres y mujeres de manera heterosexual u homosexual.

Durante esta investigación también se encontró que alrededor del 18% de los jóvenes en su mayoría mujeres ha sufrido



de acoso sexual y les han tocado su cuerpo sin su consentimiento y un promedio del 10% dijo haber sufrido un abuso sexual, al obligarlos a tener relaciones sexuales este último dato si fue únicamente marcado por mujeres. Muy acorde con lo descrito en párrafos anteriores, Arrom et al (2015), concluyeron en su estudio que los adolescentes que han sido víctimas de violencia sexual son personas que pueden presentar depresión a lo largo de su vida y en muchos de los casos sus agresores son parte de su núcleo familiar, lo cual incrementa el sentimiento de abandono en ellos (p. 41)

En promedio 3% de los participantes dijeron identificarse como no binarios, el resto de los jóvenes se identificaban como hombres o mujeres coincidiendo en la mayoría de los casos tradicionalmente con el sexo biológico hombre (masculino) o mujer (femenino). Serón y Catalán (2021), afirman que la identidad de género es un constituyente de la existencia humana donde se interaccionan elementos, con la globalización y el auge en los medios masivos como las redes sociales en cuanto a estos temas, con personajes populares que fomentan la inclusión y la identificación con ellos imponiendo modas, se ha detectado disforia de género en los adolescentes inclusive teniendo cambios drásticos de un día para otro,

convirtiéndolos en posibles víctimas de discriminación social y cultural de la construcción de su identidad individual expresada por medio de sus gustos como la forma en la que se visten, que en contraste a temas familiares de rechazo, podrían desarrollar una ideación suicida (p. 234).

En cuanto a la orientación sexual en promedio un 83% se consideran heterosexuales, 10% bisexuales, 3% homosexuales (gays o lesbianas), 2% pansexuales y un 2% aún están por definirse, La preocupación principal exteriorizada por los adultos participantes fue que al existir hoy en día un pensamiento más abierto en temas de no discriminación y libertad de derechos de la población LGTBIQ+ está en que los estudiantes han experimentado una presión social por identificarse en alguna de estos grupos lo cual en algunas ocasiones los lleva a experimentar conductas sexuales de riesgo por experimentación justificada para definir su identidad de género y orientación sexual que genera un vacío en los jóvenes que también puede ocasionar depresión, rechazo familiar y adopción de conductas de riesgos.

El autoconcepto según Silva y Mejía (2015) de las personas adolescentes puede constituirse como un constructo fluctuante y muy definido por conceptos externos como las modas, ellos buscan pertenencia, empatía,



sobresalir, diversión, la construcción de su identidad, y de manera indirecta aislarse de los adultos (p. 244). Según los participantes la percepción del físico en los adolescentes está relacionado directamente con factores como sus gustos, y forma de vestir, un adolescente disconforme con su apariencia puede ocasionarle baja autoestima y problemas de habilidades sociales, además ser el detonante por ser víctima de bullying, esto se pudo apreciar en los resultados donde en promedio un 9% de los participantes dijeron sentirse mal con su apariencia debido a que les hacían bromas por como lucían, el 15.5% también mencionaron que no se sienten cómodos por cómo se ven en el espejo, pero no dijeron recibir agresión por eso.

A manera de complemento y por lo comentado por los docentes participantes en este estudio, Copa y Poma (2017) hacen referencia a las últimas tendencias y la expansión de la música asiática conocido como el “Hallyu” representados por los grupos K-pop cuyos fans se denominan Fandoms, los modelos de belleza que estos presentan son estándares poco alcanzables para los latinos (p. 210) sin embargo, los adultos participantes comentan que a raíz de las comparaciones se evidencia trastornos alimenticios, baja autoestima y aislamiento social, en algunas seguidoras mujeres.

En términos generales en las respuestas de los adolescentes se pudo encontrar que, los jóvenes expresaron en altos porcentajes que no identifican el origen de sus emociones, solo las sienten con frecuencia, particularmente, en la población adscrita al Hospital San Carlos en comparación al resto de los participantes fue mucho mayor. Caqueo et al (2020) en su estudio aseguran que desde la niñez existe un reconocimiento de las emociones, la inteligencia emocional no es únicamente la manera en cómo se reacciona ante ellas, también es poder identificarlas, a los que les cuesta identificar el origen y regular sus emociones son más vulnerables a experimentar estados de ánimos disfóricos, preocupaciones recurrentes o comportamientos disruptivos o hasta suicidio. (p. 204).

Tanto en los grupos focales como en las respuestas de los jóvenes se encontró que las mujeres presentan mayor tristeza, ansiedad y problemas de regulación emocional que los hombres, sin embargo, también se hizo mención por los orientadores de los colegios participantes tienden a hablar más las mujeres que los hombres de sus emociones.

También se les consultó a los jóvenes si poseían expectativas y planes a futuro, positivamente más del 78% de las muestras de cada uno de los centros de salud dijeron



tener una idea de lo que quieren estudiar y tener metas a futuro, el porcentaje más bajo se encontró en la población adscrita al Hospital Dr. Max Terán Valls, Silva et al (2022), concluyeron que la adolescencia es determinante para el desarrollo de un proyecto de vida y hábitos. los que no son capaces de visualizarse en el futuro podrían estar pasando episodios de desesperanza y falta de motivación característicos de una depresión. (p. 2)

En cuanto al sexo se encontró que las mujeres identifican mejor los obstáculos que les impiden lograr sus metas, los hombres son más optimistas y expresan más sus emociones, aunque son más susceptibles a las expectativas, alrededor de un 11% manifestó sentir ansiedad al pensar en el futuro o miedo por no cumplir con las expectativas de los demás y un 3% les han dicho que no es posible conseguir lo que sueñan, ambos puntos se desarrollan en párrafos anteriores.

Por último, en cuanto a la atención recibida en la CCSS en temas de salud mental de adolescentes se coincide que es muy lento y burocrático, existe poco profesional en salud mental a nivel nacional y especializado es escaso, además se topan con muchos filtros que no siempre se realizan con personal sensibilizado con la causa, los códigos del EDUS son muy generales y no permiten al profesional incluir información detallada, los

seguimientos son muy distanciados en las atenciones, además no se trabaja de manera multidisciplinaria ni interinstitucional viendo la necesidad de trabajar no solo desde la atención si no desde el campo con temas de promoción y prevención dentro de los sistemas educativos en conjunto con las instituciones que tienen relación con el tema y que conforman los ILAIS, incluyendo también dentro de las capacitaciones al padres de familia y al personal docente y administrativo y no meramente a los orientadores.

Conclusiones.

Durante esta investigación se encontró que el vínculo familiar tiene un peso importante en las vida del adolescente, los estilos de vida de los padres de hoy en día, debido al trabajo u otros temas no tienen una relación cercana y comunicativa con ellos, siendo está más superficial y de sustento de sus necesidades básicas, sin embargo si se encontró relación acorde a lo expresado por los estudiantes con los sentimientos de ansiedad y estrés temas de presiones familiares por cumplir expectativas y los problemas en sus hogares incluyendo los económicos, que acorde a la teoría y estudios similares representa un factor de riesgo asociado a las ideaciones suicidas, ya que el hogar da origen a la identidad y sentido de pertenencia de los jóvenes, por lo que conductas como la violencia que se vive



en casa puede generar comportamientos agresivos o aislamiento del joven, incluso problemas de autoestima.

Se encontró además un porcentaje bajo pero representativo de estudiantes con antecedentes de suicidio en sus familias, el sustento bibliográfico y las estadísticas mundiales lo catalogan como factor de riesgo en los jóvenes, máxime cuando no se trabaja el duelo por suicidio como tal ni los orígenes de este con los familiares. En la misma línea en el tema del manejo del duelo independientemente de la causa del fallecimiento, un grupo más bajo de jóvenes dijo estar sufriendo un dolor muy grande al grado de no saber qué hacer con su vida, lo cual también evidencia la presencia de un riesgo y la necesidad de trabajar el tema de manera más profesional y desde un acompañamiento, donde también se trabaje el tema de la muerte ya que durante esta investigación dicho tema fue mencionado por varios de los participantes como un motivo para experimentar miedo.

Múltiples estudios relacionan el uso de sustancias psicoactivas con las conductas suicidas, ya sea por un tema inicial de experimentación y/o de manejo de emociones hasta llegar a una posible adicción y sus consecuencias, las principales utilizadas por los jóvenes acorde a sus respuestas fueron el alcohol, los vapeadores, la marihuana y el cigarrillo, que según la teoría evidencia un

factor de riesgo en sus vidas por asociación a problemas físicos, mentales y sociales que conlleva su consumo, acotando que existe un auge en los últimos años con el uso de los vapeadores y no hay aún suficiente evidencia científica sobre ellos.

Se halló además que existe baja consulta a nivel del sistema de salud de la población adolescente y que un grupo significativo dijo experimentar dolores físicos constantes pero muy pocos han ido al médico a revisarse, al no indagar a profundidad sobre esto, no se tiene suficiente información, pero estudios similares apuntan que los dolores físicos y padecimientos son factores asociados a ideaciones suicidas en los jóvenes por el deseo de sentirse sanos y eliminar el malestar.

En todos los cantones que se trabajó, se identificó la necesidad de espacios físicos, actividades y grupos agradables acordes a la población adolescente para realizar actividad física, deportiva y/o recreativa, siendo estos factores protectores de la salud física y mental de esta población quien a través de sus respuestas señalaron deseos de realizar o formar parte, pero no existen las condiciones en sus comunidades para hacerlo o no se adaptan a sus gustos y necesidades.

En cuanto a la religión, se encontró una disminución en la práctica de estas por



parte de la población de 12-19 años, lo cual, en la misma línea del párrafo anterior, es un reto para las iglesias involucrar más a esta población con actividades llamativas para ellos, ya que también varios autores la señalan la práctica de una religión como un factor protector en cuanto a normas, identidad y sentido de pertenencia a estas edades. Sin embargo, este estudio también encontró que las doctrinas religiosas para este grupo de edad también simbolizan en algunos jóvenes un factor estresor asociado a baja autoestima e ideaciones suicidas cuando las familias son muy religiosas y el joven posee una identidad u orientación sexual no aceptada por la religión de sus familias generando rechazo.

Al indagar sobre el rendimiento académico, durante esta investigación a pesar de que pocos mencionaron no sentirse buenos estudiantes, si expresaron preocupación en el tema diciendo que el estudio les causaba sentimientos como estrés, ansiedad y frustración, tanto los antecedentes bibliográficos como los adultos participantes en los grupos focales coincidieron en que las metodologías y mallas curriculares son muy viejas y no siempre se adaptan a las necesidades y habilidades de los estudiantes, lo que podría generar consecuencias negativas en la autoestima de los jóvenes o la toma de decisiones que los aparten del

sistema educativo como el narcotráfico y la explotación sexual comercial, indicada principalmente en Garabito y Quepos, sin embargo, pocos jóvenes que participaron en esta investigación afirmaron tener problemas con la ley y donde más se identificaron fue en los estudiantes del IPEC de Santa Bárbara, los autores referenciados proponen que cada caso debe de estudiarse de manera integral ya que puede ser reflejo de problemas en el hogar y que estos adolescentes son propensos a sentirse deprimidos y sufrir crisis de identidad. Justificado por todo lo anterior también se mencionó que es necesario impartir temas como la educación emocional dentro de los centros educativos.

Los números reportados de bullying y cyberbullying, tanto en esta investigación como en informes internacionales que evalúan esta variable a nivel nacional como PISA son muy altos y acotan que son temas prioritarios de abordar de manera multidisciplinaria e interinstitucionalmente en los centros educativos en Costa Rica, tanto la teoría como los profesionales en salud confirman que un adolescente bajo el estrés que le causa ser víctima de estos tipos de violencia, puede llegar a padecer de depresión, ansiedad social e ideaciones suicidas ya que en el momento de la adolescencia la aceptación social cobra un valor importante en la vida de ellos. Durante



los grupos también se mencionó que cada caso debe de ser evaluado de manera individual ya que un agresor también puede ser resultado de familias agresoras.

La adopción de conductas autolesivas de acuerdo con los jóvenes participantes son una manera de comunicar emociones e incluso la práctica de las mismas, crean una identidad entre los grupos, los expertos citados confirman que conductas como el cutting pocas veces están relacionadas con deseos de acabar con su vida y son más una manera de expresar las emociones intensas, en esta investigación al consultarles sobre el manejo de emociones como estrés, ansiedad, tristeza, enojo, frustración y miedo un porcentaje significativo dijo no conocer el origen de su emoción pero si identificaba que la sentía con frecuencia y muchos afirmaron que producirse dolor los liberaba, explicado por los profesionales en salud participantes como la necesidad de dopamina, esto refuerza la urgencia de incluir educación emocional ya que más del 60% de los participantes en este estudio práctica al menos una conducta autolesiva, en esta caso no se confirmó relación con ideaciones suicidas.

Alrededor de la investigación se encontró que las mujeres son más vulnerables a padecer ideaciones o intentos de suicidio que los hombres, tanto los números como las referencias consultadas lo demostraron

así, al preguntarles sobre si habían tenido alguna vez una ideación suicida el mayor porcentaje que respondió afirmativo fueron mujeres aunque si algunos hombres expresaron haber tenido ideas de acabar con su vida, mientras en los intentos únicamente mujeres afirmaron haber realizado acciones. De manera positiva la mayoría de los participantes si poseen planes y metas a futuro, porcentaje muy bajos dijeron no poder visualizarse en el futuro o sentirse presionados por cumplir con las expectativas de otros como de sus padres por ejemplo en Quepos de ir a una universidad pública, a pesar de ser un número bajo evidencia de que si existen jóvenes que según la teoría podrían estar experimentando depresión y falta de motivación.

Las relaciones entre pares se han visto afectadas por temas como la pandemia, haciendo que los jóvenes utilicen los dispositivos electrónicos como sus celulares no solamente como herramientas para estudiar si no generando una adicción hacia ellos, evidenciado en un mal manejo de emociones y frustración en ausencia del teléfono o cuando no pueden resolver un problema por medio de internet. La comunicación tiende a ser impersonal, los jóvenes se comunican por escrito en el celular a pesar de estar uno al lado del otro, e incluso sus amistades son por medio



de redes de juegos, aplicaciones de citas o redes sociales exponiéndolos a riesgos como el grooming. El personal docente reportó que volver a la presencialidad ha sido un reto porque no poseen desarrolladas sus habilidades sociales, reportando casos de violencia y ansiedad en las aulas. Además, también se menciona que por la adicción al celular la calidad del sueño es menor, dato que se confirmó por los adolescentes participantes donde un número importante de ellos dijo no sentirse descansados tras dormir o padecen de insomnio.

Se identificó influencia de la cultura asiática, tanto en programas de televisión como en la música, por admiración o enamoramiento a las celebridades y seguir tendencias de las publicaciones en redes sociales, los adolescentes según lo que se indaga en los grupos focales tienden a tener comportamientos depresivos por imitación o la adopción de conductas de riesgo como la anorexia y la bulimia para alcanzar estándares de belleza difíciles para los rasgos físicos costarricenses, lo cual genera problemas de autopercepción y autoestima, incluso, algunos estudiantes dijeron ser acosados por la manera como lucían y se hizo referencia a páginas de la red social Instagram para ese fin convirtiéndoles en víctimas de ciberbullying.

Más de la mitad de los estudiantes participantes mencionaron haber tenido ya

una primera relación de noviazgo (ya fuese en el momento de llenar el cuestionario o en tiempo pasado), de los que ya habían experimentado una ruptura amorosa un porcentaje pequeño dijo no saber cómo continuar con su vida tras ese incidente, lo cual acorde con estudios anteriores puede ser motivo para una depresión y riesgo de crear dependencias emocionales. En cuanto a los que se encontraban con pareja un segmento pequeño dijo no sentirse a gusto con su relación, aunque durante el estudio no se les indaga los motivos, si se encontró que fueron solo mujeres y que estadísticamente se encontró un número similar en las respuestas que afirmaron tener una pareja igual o mayor a 10 años, casos que también fueron una preocupación reportada principalmente en Garabito, San Carlos y Los Chiles, donde se menciona que culturalmente son aceptadas y normalizadas estas relaciones impropias inclusive por necesidades materiales de las familias, las cuales según la teoría las coloca en condiciones de vulnerabilidad superiores y riesgos a estas menores de edad como problemas de autoestima, embarazos adolescentes, uso de sustancias psicoactivas, enfermedades y rechazo social.

En la misma línea se encontró que alrededor del 30% de los participantes ya habían iniciado su vida sexual, pero solo un grupo de mujeres reportaron no sentirse del todo cómodas con ello, los



estudios relacionan estos sentimientos con temas culturales, morales y de reputación que pueden generar problemas de autoestima y depresión. Al consultarles si habían sido víctimas de acoso y abuso sexual, un porcentaje representativo conformado principalmente por mujeres dijo que les habían tocado su cuerpo sin su consentimiento mientras un porcentaje menor reportó haber tenido relaciones sexuales forzadas, este último grupo conformado por solo mujeres, situaciones que están directamente relacionadas con depresión e ideaciones suicidas según la bibliografía.

En esta investigación los adultos reportaron que la apertura en cuanto a temas de identidad y orientación sexual en los jóvenes a pesar de que se ha avanzado y se sigue trabajando en eliminar la discriminación, el reconocimiento de los derechos y el acceso a todos los servicios de manera igualitaria a las personas independientemente de su identidad u orientación sexual, siguen existiendo estigmas culturales que los hace vulnerables, como las doctrinas religiosas en sus familias causándoles rechazo de las mismas y de los sistemas sociales. Por otro lado, también se mencionó que la apertura a experimentar los hace sentirse presionados a identificarse con un grupo,

adoptando conductas sexuales riesgosas, cambios constantes y repentinos de gustos y expresiones como su ropa, lo cual los expone a problemas de identidad y autoestima, llegando también a ser posibles víctimas de bullying.

Por último, en cuando el uso de una aplicación como un recurso de apoyo para la atención en salud mental de los adolescentes, los participantes lo encontraron como impersonal y para algunos de difícil acceso, sin embargo para otros podría ser beneficioso ya que los adolescentes se sienten familiarizados más al contacto virtual, pero si se debería de contar con expertos en el tema a la hora de su implementación y que los jóvenes también participen para que sea acorde a sus necesidades y además sea atractiva. Se destacan los descubrimientos o aportes importantes del trabajo.

Agradecimientos

A todos los docentes que nos colaboraron en los centros educativos seleccionados, a los padres de familia y los jóvenes que participaron llenando el cuestionario, y a todas las personas que fueron entrevistadas en los grupos focales.



Referencias Bibliográficas

1. Arrom Suhurt, Cristina Haydée, Samudio, Margarita, Ruoti, Monica, & Orúe, Elizabeth. (2015). Síndrome depresivo en la adolescencia asociado a género, abuso sexual, violencia física y psicológica. *Memorias del Instituto de Investigaciones en Ciencias de la Salud*, 13(3), 39-44. [https://doi.org/10.18004/Mem.iics/1812-9528/2015.013\(03\)39-044](https://doi.org/10.18004/Mem.iics/1812-9528/2015.013(03)39-044)
2. Azúa Fuentes, Emilio, Rojas Carvallo, Pedro, & Ruiz Poblete, Sergio. (2020). Acoso escolar (bullying) como factor de riesgo de depresión y suicidio. *Revista chilena de pediatría*, 91(3), 432-439. <https://dx.doi.org/10.32641/rchped.v91i3.1230>
3. Bravo-Andrade, Héctor Rubén, López-Peñaloza, Judith, Ruvalcaba-Romero, Norma Alicia y Orozco-Solís, Mercedes Gabriela. (2019). Factores familiares de riesgo y protección ante el suicidio en adolescentes: una aproximación cualitativa desde el modelo de resiliencia familiar. *Revista Cultura Educación Sociedad*, 10(1), 25–41. <https://doi.org/10.17981/cultedusoc.10.1.2019.02>
4. Calderón, J. (2023). Verdad jurídica y verdad adolescente: una visión integral en derecho penal con adolescentes. *Derecho global. Estudios sobre derecho y justicia*, 8(24), 129-149. <https://doi.org/10.32870/dgedj.v8i24.507>
5. Calero Yera, Esmeralda, Rodríguez Roura, Sandra, & Trumbull Jorlen, Aniocha. (2017). Abordaje de la sexualidad en la adolescencia. *Humanidades Médicas*, 17(3), 577-592. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202017000300010&lng=es&tlng=es
6. Cañón Buitrago, Sandra Constanza, & Carmona Parra, Jaime Alberto. (2018). Ideación y conductas suicidas en adolescentes y jóvenes. *Revista Pediatría Atención Primaria*, 20(80), 387-397. Epub 00 de julio de 2019. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S113976322018000400014&lng=es&tlng=es
7. Caqueo-Urizar, Alejandra, Mena-Chamorro, Patricio, Flores, Jerome, Narea, Marigen, & Irrázaval, Matías. (2020). Problemas de regulación emocional y salud mental en adolescentes del norte de Chile. *Terapia psicológica*, 38(2), 203-222. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082020000200203>



8. Copa J y Poma, W. (2017). Fandoms. Agrupaciones juveniles seguidoras del K-pop en la ciudad de La Paz. *Temas Sociales*, (41), 205-232. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0040-29152017000200009&lng=es&tlng=es.
9. De la Calle, M. (2020) Hikikomori: el síndrome de aislamiento social juvenil. *Revista Asociación Española de Neuropsiquiatría*. 38(133): 115-129. <https://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/v38n133/0211-5735-raen-38-133-0115.pdf>
10. Farinha, F. T., Banhara, F. L., Bom, G. C., Kostrisch, L. M., Prado, P. C., & Trettene, A. D. (2018). Correlación entre espiritualidad, religiosidad y calidad de vida en adolescentes. *Revista Bioética*, 26(4), 567-573. <https://doi.org/10.1590/1983-80422018264275>
11. Flores-Soto, M. D. R., Cancino-Marentes, M. E., & Figueroa Varela, M. D. (2018). Revisión sistemática sobre conductas autolesivas sin intención suicida en adolescentes. *Revista Cubana de Salud Pública*, 44(4), 200-216. <https://www.scielosp.org/pdf/rcsp/2018.v44n4/200-216>.
12. Frías Armenta, M., & Gaxiola Romero, J. C. (2008). Consecuencias de la violencia familiar experimentada directa e indirectamente en niños: depresión, ansiedad, conducta Antisocial y ejecución académica. *Revista Mexicana de Psicología*, 25(2), 237-248.
13. Galicia Moyeda, I. X., Sánchez Velasco, A., & Robles Ojeda, F. (2013). Autoeficacia en escolares adolescentes: su relación con la depresión, el rendimiento académico y las relaciones familiares. *Anales de Psicología*, 29(2), 491-500. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.2.124691>
14. Gallardo-Vergara, René, Silva-Maragaño, Patricio, & Castro-Aburto, Yasna. (2022). Los efectos negativos de la religiosidad-espiritualidad en la salud mental: una revisión bibliográfica. *Revista Costarricense de Psicología*, 41(1), 43-64. <https://dx.doi.org/10.22544/rcps.v41i01.03>
15. Gomes Rocha, P., & Araújo Lima, D. M. (2019). Suicidio: Peculiaridades del luto de las familias sobrevivientes y la actuación del psicólogo. *Revista Psicología Clínica*, 31(2)., 323-344. <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/pc/v31n2/07.pdf>



16. Hoyos, J, & Bernal, C. (2021). Análisis de los beneficios de la actividad física en situaciones de crisis en jóvenes con síntomas depresivos. *Revista Formación universitaria*, 14(6), 175-182. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062021000600175>
17. Lacunza, A., & Contini, E. (2016). Relaciones interpersonales positivas: los adolescentes como protagonistas. *Revista psicodebate: psicología, cultura y sociedad*, 16(2), 73-94. <https://dx.doi.org/10.18682/pd.v16i2.598>
18. Maratuech Seminario, M. A. (2022). Relación entre el entorno familiar y las ideaciones suicidas en adolescentes [Trabajo de suficiencia profesional para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, Universidad de Lima]. Repositorio institucional de la Universidad de Lima. <https://hdl.handle.net/20.500.12724/18074>
19. Sánchez Jiménez, Virginia, Ortega Rivera, Fco. Javier, Ortega Ruiz, Rosario, & Viejo Almanzor, Carmen. (2008). Las relaciones sentimentales en la adolescencia: satisfacción, conflictos y violencia. *Revista Escritos de Psicología (Internet)*, 2(1), 97-109. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1989-38092008000300011&lng=es&tlng=es.
20. Serón, T., & Catalán, M (2021). Identidad de Género y Salud Mental. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 59(3), 234-247. <https://dx.doi.org/10.4067/s0717-92272021000300234>
21. Silva Gutiérrez, Cecilia, Andrade-Villegas, Cristina, Juárez-Loya, Angélica, & González-Alcántara, Karla Edith. (2022). Inteligencia emocional y establecimiento de metas en adolescentes. *Psicumex*, 12, e415. Epub 20 de enero de 2023. https://doi.org/10.36793/psicumex.v12i1.416_
22. Silva, I., & Mejía, O. (2015). Autoestima, adolescencia y pedagogía. *Revista Electrónica Educare*, 19(1), 241-256. http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-42582015000100013&lng=en&tlng=es.
23. Vedia, V (2016). Duelo patológico. Factores de riesgo y protección. *Revista digital de medicina psicosomática y psicoterapia*, 6(2), 12-34.