

FACTORES DE RIESGO COMO CAUSANTES DE DEPRESIÓN ASOCIADO A LA SALUD MENTAL DE LOS ADOLESCENTES AFECTADOS POR SU ENTORNO FAMILIAR, ACADÉMICO, SOCIAL Y PERSONAL.

Sebastián Morales Ortega¹
Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium
Facultad de Salud- Programa de Psicología

Resumen

Este artículo se construyó a partir de la revisión de estudios de diferentes autores entre el año 2010 al 2020 obteniendo bases de datos con criterios de búsqueda, los distintos autores analizaron los factores de riesgos por los que pasa un adolescente y cómo esas situaciones de riesgo podrían llegar a causar depresión afectando a dicha población, en la mayoría de los estudios tienen distintas conclusiones en cuanto a los factores de riesgo del adolescente, puesto que la adolescencia es una etapa en donde hay diferentes situaciones que pueden perjudicar a estos jóvenes causando sintomatología depresiva, por ende, estas circunstancias hostiles pueden causar una deficiencia en la salud mental del adolescente. Este artículo concluye que los factores de riesgo más comunes son: las familias disfuncionales, un entorno académico hostil que no ayuda al adolescente, un contexto social peligroso (el fácil acceso al consumo de sustancias psicoactivas), los sucesos vitales por los que pasa los jóvenes, la sociedad que constantemente exige más cosas de esta población y el adolescente en sí mismo, debido a que es una transición en donde hay alteraciones en sus cuerpos y en su mentalidad.

Palabras claves: Adolescente, Factores de riesgo, depresión y salud mental

Abstract

This article was built from the review of studies by different authors between 2010 and 2020, obtaining databases with search criteria, the different authors analyzed the risk factors that an adolescent goes through and how those risk situations could to cause depression affecting this population, in most studies they have different conclusions regarding the risk factors of adolescents, since adolescence is a stage where there are different situations that can harm these young people causing depressive symptoms, therefore, these hostile circumstances can cause a deficiency in the adolescent's mental health. This article concludes that the most common risk factors are: dysfunctional families, a hostile academic environment that does not help the adolescent, a dangerous social context (easy access to the consumption of psychoactive substances), the vital events that young people go through , the society that constantly demands more from this population and the adolescent itself, because it is a transition where there are changes in their bodies and mentality.

Keyword: Adolescent, Risk factors, depression and mental health.

¹ Estudiante del programa de Psicología. Este artículo de revisión se elabora como opción de grado en el marco de desarrollo de la modalidad Seminario de Profundización: "Salud Mental con Enfoque Psicosocial y Derechos Humanos" en la Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium (Cali Colombia). Contacto: sebas0434@hotmail.com

INTRODUCCIÓN

La adolescencia es una etapa de vital importancia para el ser humano, es ese momento de transición en donde se deja ser niño a convertirse en una persona adulta, sin embargo, dicha etapa conlleva un sin número de acontecimientos que pueden llegar perjudicar el desarrollo mental y físico del joven, esos acontecimientos pueden ser biológicos o externos. Por lo tanto, es pertinente tener en cuenta esos factores de riesgo por el que pasa el adolescente.

Entorno familiar

Para empezar con este artículo el ambiente familiar y en especial las dinámicas familiares son entornos de vital importancia para el adolescente, para ello Sánchez, Aguirre, Solano y Viveros (2015) la define como ese ambiente que está sujeto a diversas dimensiones, donde se encuentran las relaciones afectivas, la autoridad, los límites, las leyes o normas, esa comunicación, la manera de usar esos tiempos libre y los roles.

De acuerdo con lo anteriormente mencionado Solórzano et al. (2016) nos aportan acerca de los cambios que existen en una estructura familiar, la falta de apoyo, el desinterés, la desorganización del entorno familiar, un

control demasiado rígido y autoritario, el que el padre tenga unos comportamientos negativos, pueden llegar a influir de manera directa o indirecta sobre la conducta de los adolescentes, evidenciado una disfunción familiar de carácter severa. Por ende, estos jóvenes estarán expuestos al consumo de alcohol en algún momento de su vida. A su vez Moscoso, Rodríguez, Reyes y Colón (2016) reiteran la importancia del entorno familiar y del entorno escolar para el desarrollo social y emocional en la etapa de la adolescencia debido a que, en esta, se evidencian un número de situaciones complejas y dependiendo de las condiciones en las que se encuentre el adolescente, ya sea positiva y negativamente, este podrá superar o no las situaciones que le generan alguna dificultad.

Entorno académico

Cabe resaltar también, que el ambiente escolar para algunos adolescentes es un entorno positivo o agradable y puede ayudarle a su proceso de desarrollo como ser humano, sin embargo, en algunos casos se puede tornar un ambiente hostil que podría, causar que los adolescentes se vean afectados a nivel físico y mental, alterando su vida diaria, como también su vida académica, para ello Muñoz (2007) afirma que el entorno

académico se puede comparar a un lugar de trabajo, puesto que es un centro donde el estudiante avanza en sus estudios y esto podría constituir en lugar donde el joven estudiante trabaje, por lo tanto, el aula de clase del estudiante es primordial que haya un muy buen ambiente laboral a la cual él este asistiendo, en relación con lo anterior, si el joven está en un ambiente laboral que perjudique su desarrollo el rendimiento de ese estudiante podría ser negativo, haciendo que se distraiga constantemente, que se podría traducir a un nivel poco productivo, es importante resaltar la importancia de la actitud de los estudiantes, ya que si generan un ambiente laboral bueno, generará un mayor nivel de compromiso por parte de los docentes de la institución, lo que atraerá logros para ambas partes siendo algo recíproco.

Entorno social

Cohen, Esterkind De Chein, Betina, Caballero y Martinenghi (2011) nos habla que el adolescente puede estar en contextos sociales difíciles y uno de ellos es el de la pobreza, sin embargo el adolescente adquirirá herramientas que le permitan socializar de manera saludable con todo lo que lo rodea, estos jóvenes en contextos difíciles serán más sensibles con su sociedad, puesto que

aumenta su preocupación por su comunidad, incrementando su confianza en sí mismo y este tipo de interacciones se dan gracias a esas habilidades sociales, al aprendizaje de ellas y a esa relación afectiva entre sus pares de su comunidad o de su institución académica a la cual este joven esté vinculado.

Factores de riesgo

En primera instancia los factores de riesgo pueden influir en la conducta de un individuo, modificando de alguna forma su manera de vivir y de ver ese mundo que lo rodea, para ello, Lucio, Rapp-Paglicci, & Rowe, (2011) define los factores de riesgo como aquellas variables que pueden incrementar la probabilidad de que un individuo desarrolle algún problema que afecte su vida cotidiana.

Factores de riesgo en la adolescencia

Ahora bien, dentro de los factores de riesgo que hay en los adolescentes. Cruz et al. (2017) expresan que esta población colombiana que se encuentran entre las edades de 12 a 17 años presentan una alta prevalencia de consumo de sustancias psicoactivas, en donde concluyen que aquellos que presentan disfunción familiar moderada o severa en sus casas tienen un alto

índice de empezar al consumo de sustancias psicoactivas.

Depresión en la adolescencia

En cuanto a la depresión en el adolescente Pacheco y Chaskerl (2016) indican que el trastorno depresivo es el principal causante de mortalidad en edades tempranas, asimismo este es un trastorno del humor que se compone por síntomas de índole afectivo, los cuales de acuerdo con Gómez et al. (2016) son: el ser mujer, vivir en hogares en donde se presente disfunción familiar grave, haber padecido trastornos de ansiedad y por último, haber sufrido un evento traumático en algún momento de la vida. Ahora bien la depresión en la etapa de la adolescencia según Pacheco et al. (2016) infieren que son síntomas como la tristeza, irritabilidad, agresividad, letargo o hiperactividad, además tienden a tener conductas de auto-riesgo, donde se observan actitudes negativas y disociales; por ende estos adolescentes podrían exponerse más fácilmente al consumo de alcohol y al de sustancias psicoactivas; presentando síntomas de agresividad acompañado de sentimientos de no aceptación, es decir, que se puede llegar a presentar un aislamiento social con hipersensibilidad y retraimiento, una autoimagen modificada de manera negativa, es decir descuido de su aspecto

físico, por lo tanto se evidencia una disminución en su autoestima; en ocasiones estos pensamientos y actitudes del adolescente lo llevarán a pensamientos suicidas, conductas que influyan negativamente como las auto agresiones, las cuales atenten con su integridad como ser humano.

Salud mental

Por último, es importante definir que es la salud mental, para ello la Organización Mundial de la salud (OMS, 2013) afirma que la salud mental y los trastornos mentales, no solo deben incluir características de índole individual, como podrían ser: los pensamientos, comportamiento, emociones y el cómo nos relacionamos con ese otro. Además, se deben incluir: la cultura, lo económico, lo político y lo ambiental en cuanto a esas políticas nacionales, el nivel de vida, la protección social, las condiciones laborales en las que está inmersa el sujeto, además el apoyo que se brinde entre su comunidad, estos nuevos parámetros se deben tomar en consideración, ya que si hay un desequilibrio en alguno de estos, la salud mental del individuo se verá afectada.

Haciendo una relación entre la importancia de la salud mental y la depresión. Ruvalcaba,

Gallegos, Caballo y Villegas (2015) afirman que hay que fomentar la comunicación y la autonomía en especial en la madre adolescente con el objetivo de aumentar los indicadores positivos que tiene la salud mental en el adolescente, por lo tanto esto permite prevenir la ansiedad y la depresión de aquellos adolescentes que estén pasando por la paternidad; además es de vital importancia que estos padres adolescentes eviten ejercer el control psicológico para prevenir las conductas disociales, por ende es necesario impulsar el control conductual, y más específicamente el de la madre.

Objetivo

El presente artículo pretende analizar aspectos teóricos sobre los factores de riesgo que inciden en el surgimiento de la depresión y que afectan en la salud mental del adolescente influido por su entorno familiar, académico, social y personal, es aquí donde surge la pregunta que dará un punto clave para realizar la discusión de este artículo y va a encaminada a saber ¿Cuáles son los factores de riesgo que pueden llegar a causar depresión en adolescentes afectando su salud mental, perjudicando de manera negativa su entorno familiar, académico, social y personal?

Este artículo es importante para la psicología, debido a que actualmente el índice de depresión en los adolescentes a causa de los factores de riesgo por los que pasan van en aumento, este tipo de situaciones hace que el adolescente tenga un estado de salud mental en desequilibrio, puesto que los trastornos depresivos van ligados a ideación suicida y a conductas suicidas, por esta razón es importante que el psicólogo cree estrategias para el bienestar de esta población acompañada nuevas normas de salud pública, para mitigar el impacto de estos factores de riesgo en los adolescentes.

METODOLOGÍA

El presente artículo de revisión consiste en el rastreo de documentos electrónicos desde el 2010 a 2020, las unidades de búsqueda y análisis fueron:

- ❖ “factores de riesgo del adolescente”,
- ❖ “salud mental del adolescente”,
- ❖ “depresión en la adolescencia”,
- ❖ “factores de riesgo causantes de depresión en adolescentes”
- ❖ “factores de riesgo y salud mental del adolescente”.

Estas unidades se combinaron de distintas formas para obtener la información precisa y

ampliar los criterios de búsqueda, de los cuales se derivaron palabras claves como:

- ❖ Factores de riesgo,
- ❖ Depresión, adolescencia y Salud mental.

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014) nos dirán que la consulta de documentos deberá ir estrechamente relacionado al tema que se va a investigar, en este caso dichos conceptos ayudaran a la búsqueda del tema principal en este caso sobre los factores de riesgo como causantes de depresión asociado a la salud mental de los adolescentes afectando su entorno familiar, académico, social y personal, hallándose un total de treinta y siete documentos revisados, de los cuales se utilizaron treinta de esos documentos para la realización de este artículo, las principales bases de datos que se utilizaron fueron:

- ❖ SCIELO
- ❖ GOOGLE ACADÉMICO
- ❖ DIPOSIT
- ❖ PROQUEST
- ❖ DIALNET
- ❖ PSYCHOLOGICAL REPORTS
- ❖ REDALYC
- ❖ RESEARCHGATE

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La adolescencia es una etapa que marca la vida del ser humano. Por ende, es importante tener en cuenta los distintos factores que podrían poner en riesgo su desarrollo físico y mental inmersos en él, adolescente, en donde si se presenta alguna alteración a nivel mental podría empezar a desarrollar trastornos que los acompañarán durante gran parte de su vida afectando su calidad de vida. A partir de esto surge la hipótesis sobre la cual se basará la discusión de este artículo y es la siguiente: ¿Cuáles son los factores de riesgo que causan depresión en los adolescentes afectando la salud mental, influido por su entorno familiar, académico, social y personal?

En primera instancia uno de los factores de riesgo a tener en cuenta son sus estados de ánimo y cómo el adolescente se percibe así mismo, además del cómo lo percibe la sociedad, para ello Siabato, Forero y Salamanca (2016) comentan que, si el adolescente tiene estados de ánimo bajos y por ende una autoestima baja acompañado de sentimientos negativos, tienen una alta probabilidad de empezar a desarrollar síntomas depresivos, debido a que los estados de ánimo están estrechamente relacionados con la depresión.

El adolescente pasa por diferentes estados de ánimo, es aquí donde juega un papel importante del cómo se perciben al momento de realizar un trabajo o un taller, con base a esto Galicia, Sánchez y Robles (2013) afirman que si el adolescente tiene conceptos de sí mismo negativos en relación a su autoeficacia, ya sea al momento de desempeñar una actividad escolar o a nivel social, podría llegar a tener indicios de síntomas depresivos, mientras que aquellos adolescentes que se perciben de manera positiva sus estados de ánimo se mantienen estables sin presentar ningún problema a futuro.

No solo es la percepción a nivel mental ni el cómo están los estados de ánimo, el adolescente también observa su parte física e intenta que esa figura del cuerpo “perfecto” impuesto por la sociedad esté lo más cercano a él, lo cual si para el adolescente existe diferencias entre lo que espera la sociedad y el físico que posee en la actualidad, podría ser un factor de riesgo para iniciar síntomas depresivos; esto se debe a que para Compte (2012) el adolescente se encuentra constantemente insatisfecho por su imagen corporal, y presenta bajos niveles de autoestima, lo cual es un predisponente al surgimiento de síntomas que conllevarían a la

depresión, además esa baja autoestima por su imagen corporal y su relación a síntomas de índole depresivo atraerá conductas sexuales de riesgo de ambos sexos, y este tipo de conductas provocará que haya un alto índice de afectados por enfermedades de transmisión sexual más específicamente el VIH/SIDA. Sin embargo, cuando la mujer denota una actitud positiva con respecto a su imagen corporal, actuará como un factor protector de los síntomas relacionados con la depresión, al contrario que pasa con los varones donde una valoración positiva de su imagen corporal llegaría a actuar de manera positiva o negativa en las conductas sexuales de riesgo. Además hay una relación entre depresión y el estrés por el que pasa el adolescente, puesto que estos síntomas son muy frecuentes en esta etapa y es de vital importancia diagnosticarlos de manera temprana con el objetivo de brindar una atención oportuna. Se debe agregar que, si estos síntomas no son atendidos de manera eficiente y rápida esos podrían empeorar y desarrollar trastornos mayores, afectando la salud mental de los niños y adolescentes, por ende, es importante fortalecer los factores protectores los cuales son: autoestima y la resiliencia. También es relevante que las comunidades de respuestas al mundo tan cambiante en el que se vive actualmente,

refiriéndose más a la aparición de trastornos y comportamientos que afectan la salud mental de esta población. (Ospina, Hinestrosa, Paredes, Guzmán y Granados, 2011).

Un factor de riesgo donde se ve afectada la salud mental y que aparece en la adolescencia es la ideación suicida o intentos de suicidio. Cubillas, Ramón, Abril y Galaviz (2012) nos habla de la relación significativa que hay entre los comportamientos suicidas y la depresión, además de que estos tipos son más frecuentes en mujeres que en varones, y esto es debido a la falta de oportunidades que puede tener un joven adolescente y los pocos espacios para hablar de su situación emocional.

Con relación a esto, Paniagua, González y Montoya (2010) afirma que la salud mental del adolescente es un fenómeno multidimensional, por lo tanto existen distintas asociaciones significativas para ello, dentro de estas se encuentran: riesgo suicida, las malas dinámicas familiares, el consumo de sustancias psicoactivas y la depresión que encabeza estas problemáticas para el adolescente; los autores también añaden que existen diferentes perfiles de salud mental unos más positivos que otros por grupos de edades y sexo, concluyendo que existen

diferencias dependiendo de la comunidad y comuna en la que esté ubicado el adolescente.

La familia es parte fundamental para el adolescente, sin embargo cuando hay alteraciones en dicha estructura el adolescente podría tener indicios de síntomas de conductas depresivas, como indican Salazar, Veytia, Márquez y Huitrón (2013) en su investigación con un muestra de 448 estudiantes, concluyeron que el 12,9% de los estudiantes sufría depresión, además que el 24,8% tenían insatisfacción de su núcleo familiar, encontrando que hay una gran relación entre la inconformidad familiar y los síntomas de depresión de los adolescentes. Algo muy similar fue lo que se evidencia en los resultados de Borja *et al.* (2018) en donde afirma que los factores patogénicos en el ámbito familiar, la depresión de los padres, los cambios en la técnica familiar, el abandono o transgresión, son impulsores de trastornos depresivos en adolescentes.

Por otro lado Casassus *et al.* (2011) nos comenta que los adolescentes que lleguen a percibir un apoyo continuo de sus figuras parentales, con temas respecto a la exploración social y acompañado de un respeto mutuo a la individualidad del joven, el porcentaje de aparición de síntomas depresivos bajan considerablemente, además

hay que tener en cuenta que la mejor manera para mitigar esos síntomas depresivos es la creación de espacios de socialización, donde los padres de estos adolescentes entren a programas destinados hacia ellos, esto con tal de mejorar la calidad de vida y la salud mental de los padres de familia y sus hijos. Sin embargo, no solo las familias parentales pueden causar síntomas de depresión en los adolescentes.

Con respecto a lo anterior, según Gordillo, Del Barrio y Carrasco (2018) cuya muestra fue 525 niños, obtuvieron que hay una relación con síntomas de depresión en familias monoparentales y con un estrato socioeconómico bajo con un 12%, además que cuando hay índices de violencia verbal y física es mucho más fácil la aparición trastornos depresivos en estas edades, su estudio mostro que la agresión predice la depresión, y que aparecen al mismo tiempo en un periodo determinado, cuando la agresión física y verbal aparecen en la vida del niño la edad en donde inicia sus síntomas depresivos, según la muestra es de 11 años de edad, indicando que hay una necesidad a la cual hay que resolver mediante diagnósticos idóneos e intervenciones que estén centrado en los jóvenes que padecen esta sintomatología, la violencia dentro del

ambiente familiar puede afectar al adolescente creando alteraciones de sus estados de ánimo.

Teniendo en cuenta lo anterior, Vargas (2017) nos indica que cuando hay casos de violencia contra la mujer por parte de la pareja sentimental, la salud mental de todos los integrantes de ese entorno familiar serán afectados, esto conlleva a una posible aparición de trastornos que no solo tendrá los hijos quien observan constantemente casos de violencia en contra de su madre, sino que también la madre podría iniciar una sintomatología de trastornos que influirán en la calidad de vida de ella y de sus hijos.

Durante la recolección de datos se encontró que si el entorno escolar no es adecuado el adolescente podría mostrar inicios de síntomas de depresión, con base a esto Hoyos, Lemos y Torres (2012) afirman que es fundamental desarrollar planes de prevención hacia los trastornos depresivos, estos deben incluir tanto a los padres y docentes dándoles las herramientas para ayudar a esta población en cuanto a sus relaciones interpersonales y el desempeño académico, debido a que se ha encontrado relación entre el entorno académico y síntomas depresivos, puesto que la depresión es un proceso difícil por el cual transita el

adolescente y lamentablemente estos incluyen en sus factores familiares, sociales, académicos y personales; por esto es indispensable impactar en estos factores de riesgo, ya que si se hace un buen desarrollo de planes de promoción relacionado a la salud y a la prevención de la depresión, estos factores de riesgo serán sustituidos por factores que protejan la integridad física y mental del adolescente afectado por síntomas depresivos.

Cabe destacar que para Langer, Schmidt, Aguilar, Cid y Magni (2017) el adolescente que presenta síntomas de depresión afectará áreas que son de vital importancia para el adolescente, y esas son: el ambiente escolar, donde muestra una baja en su rendimiento escolar y el desempeño psicosocial e individual, conllevando esto a un menoscabo en su salud mental, cabe aclarar que si no se brinda una solución rápida el adolescente podría recaer en el consumo y abuso de alcohol, los autores añaden que el Mindfulness es una técnica que ayuda a los adolescentes con sintomatología depresiva y de ansiedad, gracias a que es una técnica que ayuda a la promoción de habilidades y le permite brindar herramientas de regulación emocional y las conductas de aquellos jóvenes que no pueden controlar sus

emociones ni las demandas que exige el entorno escolar.

Varios trabajos concluyen que un entorno escolar inadecuado puede afectar la salud mental del estudiante, en estas investigaciones se encontraron que un factor de riesgo para el adolescente es el Bullying y el cyberbullying, concluyendo que quienes padezcan este tipo de situaciones en su ambiente escolar, es más factible que inicien con trastornos depresivos y al no atenderse de manera inmediata, estos jóvenes podrían empezar a consumir sustancias psicoactivas, alterando en su totalidad la salud mental. (Garaigordobil & Larrain, 2020; Mota, Bottino, Gómez, Villa Lobo y Silva, 2015; Sandoval, Vilela, Mejía y Caballero, 2018).

Algo que se relaciona con lo anterior, además de ser algo actual y que hoy en día es objeto de estudio, son el uso constante de redes sociales, desde la mirada de Gracia, Quintana y Rey (2019) nos hablan que el adolescente tiene un déficit en la regulación de sus emociones, debido al uso excesivo de estas nuevas tecnologías, ocasionando entonces que inicie una sintomatología depresiva en los jóvenes.

Según Acosta *et al.* (2011) nos menciona que existen diferentes factores de riesgo por el

que pasa el adolescente, estos incluyen: los antecedentes de la familia, el género y las situaciones de alto estrés por el que pasa los estudiantes causando depresión y provocando la incapacidad de placer, alteraciones de sueño, aislamiento social y pérdida del apetito, incapacitando al joven en su calidad de vida y manifestando alteraciones en su salud mental.

Respecto al género Ortiz y Valencia (2011) afirman que por más avances que haga la sociedad en cuanto a instituciones y leyes que protejan a la población LBH², actualmente se mantiene índices altos de discriminación por la orientación sexual que tenga el joven adolescente, estos por la constante discriminación a la que son sometidos empiezan a aparecer síntomas que afectan la salud mental como lo son: la depresión, ideación suicida e intento suicida y un consumo de alcohol, además de otras drogas que son nocivas para la salud, tristemente en la mayoría de los casos la familia y el entorno académico en el que está el adolescente son los principales victimarios.

Sin embargo, para Espada, Morales, Orgiles y Ballester (2012) los adolescentes no heterosexuales han evolucionado a nivel

social y legal en los últimos años, ahora bien, estos jóvenes al ser rechazados por la sociedad impactará de manera directa un posible desarrollo de trastornos emocionales, además se encontró una relación entre depresión y jóvenes no heterosexuales.

La policía y los entes que garanticen los derechos del adolescente, tienen que prestar la suficiente atención a un factor de riesgo por el cual muchos adolescentes han sido víctimas y es el abuso sexual, puesto que si no se atendió de la forma correcta, podría causar desequilibrios en su salud mental que se prolongará hasta la edad adulta, con base a lo anterior Cortés, Cantón y Cortés (2011) igualmente comentan que las mujeres que fueron víctimas del abuso sexual infantil tienen un alto porcentaje de sufrir trastornos depresivos entre moderado y grave; esto conlleva a más trastornos que afectaran la salud mental de la víctima, finalizando con un deterioro en la calidad de vida, además, en su estudio añade que la mayoría de las universitarias que entrevistaron y que fueron víctimas de abuso sexual se han adaptado en ese tipo de situaciones, sin embargo, este se puede constituir como un factor de riesgo para un posible deterioro de su salud mental, cabe resaltar que estas mujeres víctimas

² LESBIANAS, BISEXUAL Y HOMOSEXUALES

pueden sufrir trastornos como depresión y ansiedad más comúnmente que las universitarias que no han sido víctimas de abuso sexual.

Con respecto a lo anterior, además de que es un factor que cada vez se hace más recurrente en la población adolescente, es el tema del embarazo a temprana edad, para ello Urdaneta *et al.* (2011) referencia que las adolescentes después del parto recaen en una depresión post-parto, esto entonces debido a factores como la enfermedad del neonato, la manera en que nació el niño (cesárea o parto natural), el apoyo que brinde la familia, el no contar con el apoyo de la pareja y haber tenido antecedentes de depresión o melancolía, y por último haber tenido un nivel educativo bajo antes y durante el embarazo.

Teniendo en cuenta las conductas del adolescente donde pueden estar permeadas por el contexto social, cultural y económico, en donde si ese contexto es hostil o presenta situaciones de alto riesgo para esta población pueden considerarse un factor de riesgo, siguiendo lo mencionado anteriormente, como lo mencionan González, Pineda y Gaxiola (2015) el entorno en el que está rodeado el adolescente es negativo, además de que si su grupo de pares se encuentran en

dicho territorio y los sucesos vitales del adolescente, hacen parte de factores de riesgo que posteriormente constituirán en síntomas de depresión, la mejor manera de contrarrestar estos síntomas depresivos son a través de programas sociales y políticas públicas que ayuden a fomentar la seguridad de las comunidades y a una mejora en la infraestructura de los centros educativos. No obstante, es indispensable que el nivel psicológico también tenga las competencias para realizar estrategias que ayuden al adolescente a contrarrestar los sucesos de la vida que aqueja a estos y que lo lleva a tener puntos elevados de estrés.

Por otra parte, Ribeiro, Corrêa & Pires (2019) afirman que la sociedad en la que se encuentra inmerso el adolescente podría ser un factor de riesgo, ahora bien los factores sociales si impactan de manera significativa al adolescente, por ende es vital que la intervención se tenga presente los factores culturales y del contexto social en el que se encuentra inmerso, para qué esa intervención tenga un mayor impacto en ellos, si es el caso que esa sociedad no sea protectora ni garante del adolescente, el joven podría empezar a adquirir trastornos depresivos e ideación suicida; hay que resaltar el trabajo que tienen que hacer los profesionales de la salud, ya que

es un servicio multi e interdisciplinar que comprenda y entienda esa situación generadora de depresión por la que pasa el adolescente, sin embargo no se puede depender del uso farmacológico para el tratamiento de estos síntomas, pues se ha descubierto que la psicoterapia favorece al joven.

En relación con lo anterior, Gómez, Gutiérrez y Londoño (2013) hablan que, si el adolescente está inmerso en una sociedad que pueda adquirir fácilmente sustancias psicoactivas, ese tipo de situaciones se considerará un factor de altísimo riesgo, debido a que, en su trabajo, aquellos jóvenes que consumían regularmente, eran muy propensos a adquirir patologías depresivas, puesto que evidenciaron que estos jóvenes sentían sensaciones de soledad constante, en especial en las mujeres.

Otro punto es el que plantea Cruz, Gómez y Rincón (2017) nos plantean que hay una relación estrecha entre depresión y consumo de sustancias psicoactivas, ya que si el adolescente a estado con síntomas depresivos y de ansiedad es más factible que inicie al

consumo de SPA³ a una edad más temprana afectando su salud mental.

El siguiente punto a tratar es acerca de los sucesos vitales por las que pasa el adolescente durante esta etapa, por ende, Veytia, González, Andrade y Oudhof (2012) infieren que los sucesos vitales por el cual pasa un adolescente los cuales la mayoría de los casos son: sociales, familiares, de pareja, económicos, salud y escolares. Están estrechamente relacionados a síntomas de depresión, por eso es pertinente programas que ayuden a la promoción y prevención por medio de la atención clínica, hay que tener en cuenta que esos sucesos vitales con grandes índices de estrés se relacionan de manera directa a síntomas de depresión.

Con base a lo anterior y a las experiencias de vida del adolescente, Castaño y Sánchez (2015) añaden que la salud mental de aquellas niñas y jóvenes que viven en situación de calle se ve seriamente afectado por las condiciones vulnerables en las que están involucrados, encontrando una relación entre depresión y las condiciones en las que viven estas adolescentes, esto se debe a la marginación social y las innumerables restricciones a las oportunidades de mejora

³ SUSTANCIAS PSICOACTIVAS

de su calidad de vida, logrando que el crecimiento de esta problemática aumente con el pasar del tiempo, es pertinente que se desarrolle propuestas para la salud mental y el bienestar físico de esta población.

En relación con los sucesos vitales, Chávez, Orozco, Sánchez y Hernández (2017) nos comenta que, si el adolescente ha pasado por intentos de emigrar a los EE.UU. o el simplemente de intentarlo, puede constituirse como un factor de riesgo, puesto que este tipo de situaciones estresantes causa en los adolescentes un desequilibrio en su salud mental tales como: depresión, baja autoestima, ideación suicida e intento suicida. Para los autores es importante crear intervenciones desde la salud pública, para que haya una disminución de la violencia intrafamiliar, en las escuelas e institutos y el barrio en el que vive el adolescente, para ello es fundamental que esto incorpore la salud mental de dicha población. Esto permitirá que el adolescente no se vea en la necesidad de arriesgar su integridad física y mental para construir un estilo de vida idóneo en otro país totalmente desconocido.

Otro rasgo que tiene que ver con los sucesos vitales del adolescente es el trabajo infantil por el que pasa algunos de ellos, es aquí donde Mercado, Madariaga y Martínez

(2012) concluyen que el adolescente trabajador desarrollan resiliencia que les permite disfrutar de la vida a pesar de iniciar a edades entre los 11 a los 17 años a entornos laborales, esto les permitió a los adolescentes gozar de autonomía, autocontrol, manifestar apego hacia aquellas personas que los rodea, además estar a en una mejor tónica a ayudar a quien lo necesite, sin embargo en algunos jóvenes se evidencian dificultades en sus relaciones interpersonales, no obstante estos adolescentes vinculados a trabajos tienen una buena salud física comparado con aquellos jóvenes que no tienen ningún empleo, los autores añaden que hay un claro agotamiento y una baja de sus energías notando que estos jóvenes empiezan a tener síntomas relacionados con la ansiedad la depresión, conllevando en algunos casos problemas de índole emocional, debido a su necesidad de ayudar en el hogar.

En cuanto a la salud mental y política actual de Colombia en la población adolescente donde se presenta alteraciones en su salud mental, y se observa que hay negligencia, para ello Alvarado (2011) habla acerca que el derecho a la salud pasó a hacer un privilegio, dejando por fuera trastornos mentales como: los relacionados con la alimentación, alcoholismo, el consumo de sustancias

psicoactivas, etc. Además de las pocas oportunidades de una consulta con algún psicólogo y psiquiatra, lo cual empeora la situación del adolescente logrando que su salud mental empeore y que esos síntomas que eran posibles tratar de manera inmediata con un cuerpo interdisciplinario idóneo para la dificultad por la que pasa el adolescente, cada vez sea más complejo el tratamiento y el trastorno que padezca el adolescente, además de las difíciles condiciones en la que vive el país y a esa pocas oportunidades que brinda el gobierno, puede llegar a ser un factor de riesgo para los adolescentes, debido a que si esa enfermedad por la que pasa ese adolescente no es tratada oportunamente, afectar su desarrollo como ser humano, su bienestar y la familia a la cual el conforma.

Durante la revisión de bibliografía se encuentra que las mujeres adolescentes tienen una tendencia a manifestar síntomas depresivos, debido a su contexto social, educativo, familiar e individual.

CONCLUSIONES

En conclusión, lo que se encontró en las investigaciones, es que son múltiples los factores de riesgo que causan depresión en el adolescente, esto causa que los jóvenes padezcan afectaciones a nivel psicológico,

atentando en muchos casos su integridad física y mental.

En definitiva el adolescente pasa por un momento importante en su vida, puesto que es aquí donde no solo hay cambios a nivel mental, sino que también hay modificaciones en la estructura física de estos jóvenes. Por ende, el entorno en el que se encuentre ubicado el adolescente es de vital importancia, debido a que sus conductas y pensamientos se pueden modificar de acuerdo al entorno. La etapa de la adolescencia trae situaciones muy difíciles para los jóvenes y más aún en la actualidad en la que vivimos, donde se deja llevar por estereotipos de belleza o de conductas, estos estereotipos hacen que el adolescente sea más exigente con el mismo llevándolo a puntos extremos, y al no cumplir con esos estándares el adolescente podría entrar en un desequilibrio en su salud mental, por consiguiente muchos de estos jóvenes inician con un autoestima baja, acompañada de un grupo de emociones negativas que giran alrededor de él, es aquí donde surge trastornos que imposibilitan que el adolescente lleve una calidad de vida óptima, favoreciendo su desarrollo físico y mental.

Dentro de esos factores de riesgo más recurrentes son el entorno familiar,

académico, social e individual del adolescente. En el entorno familiar se encuentra que es uno de los factores más frecuentes, pues es aquí donde los jóvenes se pueda sentir seguro o no, es decir, si el entorno familiar es hostil y atente con la salud del adolescente, es muy probable que se genere trastornos depresivos a acompañado de trastornos como: la ansiedad, la ideación suicida y la conducta suicida. Esto es algo que se debe tratar de inmediato, ya que es la familia quien tiene que ser el primer factor protector para evitar que ese adolescente recaiga en síntomas depresivos que con el tiempo serán trastornos más difíciles de manejar.

Otro factor de riesgo que afecta al adolescente es un entorno escolar que ponga en peligro su salud física y mental, el instituto académico debe ser un factor protector que vele por los derechos de sus estudiantes, sin embargo en muchas de las instituciones son negligentes con respecto a la salud mental de sus estudiantes, omitiendo en muchos casos lo que sienten y las emociones frecuentes por las que pasa quienes estudian en sus instalaciones, las principales prácticas que se hacen en las instituciones son: el bullying y el cibera-acoso, ahora bien esa negligencia inicia con los docentes que están en contacto

frecuente con sus estudiantes, estos al no estar capacitados para manejar las situaciones que amenazan a esta población, prefieren omitir o simplemente dar concejos que al adolescente cuya integridad física y mental ha sido vulnerada y amenazada no le servirá. Por lo tanto esto ayuda a que los síntomas de depresión surjan con mayor facilidad, para posteriormente en el caso que no sea tratado a tiempo formar un trastorno depresivo, induciendo a estos jóvenes a terapias acompañada con fármacos.

La experiencia del adolescente y los sucesos vitales por el que vive, podría ser causantes de depresión en casos muy específicos, se debe agregar que el entorno social es fundamental para los jóvenes en esta etapa del desarrollo, dado que si el joven que vive en un entorno peligroso o hostil, donde es fácil adquirir sustancias psicoactivas, y si se encuentra ubicado en una situación económica precaria, las posibilidades de que aparezca síntomas asociados a la depresión es alta, ya que si el joven no ve entes protectores en su entorno y lo único que ve a su alrededor es el consumo por parte de sus pares, si esto es así el joven podría iniciar en el consumo de SPA, afectando su salud mental, por consiguiente el consumo atrae en ciertos

casos diferentes trastornos incluyendo el de depresión.

A modo de recomendaciones es pertinente investigar regularmente las nuevas tendencias que hay en la sociedad, debido a que en muchas ocasiones dichas tendencias impactaran al adolescente de manera positiva o negativa, por esta razón es pertinente crear espacios en las comunidades y en instituciones educativas para poder brindar los primeros auxilios psicológicos cuando esta población los necesite, también es de vital importancia brindar espacios en el que la familia sea el principal factor protector mediante actividades o talleres, ya que la mayoría de la sintomatología depresiva que muestra el adolescente es por la falta de apoyo que esta les brinda. Sin embargo, las entidades de salud deberán estar atentos a estos casos de depresión, por la gran relación que tiene la depresión y la conducta suicida, así mismo, brindar campañas en pro de la salud mental a esta población.

Referencias

Acosta, M., Mancilla, T., Correa, J., Saavedra, M., Ramos, F., Cruz, J. & Duran, S. (2011). Depresión en la infancia y adolescencia: enfermedad de nuestro tiempo. *Arch Neurocién*,

16 (1), 20-25. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/arcneu/ane-2011/ane111e.pdf>

Alvarado, H. (2011). Los problemas de salud mental en los adolescentes, el derecho a la salud en la actual política de salud y el papel del profesional de enfermería. *Investigación en enfermería: imagen y desarrollo*, 13 (1), 79-92. Recuperado de <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/imagenydesarrollo/article/view/1635>

Borja, C., Ruilova, E., García, D., Sánchez, S., Guevara, K. & Morales, A. (2018). Factores que inciden en la presencia de la depresión en adolescentes. *Polo del conocimiento*, 4 (2), 165-180. doi: 10.23857/pc.v4i2.900

Casassus, M., Valdés, M., Florenzano, R., Cáceres, E., Aspillaga, C. & Santander, S. (2011). Parentalidad y salud mental adolescente: diferencias entre ciudades y tipo de dependencia escolar. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 20 (2), 125-146. doi: 10.5354/0719-0581.2012.17935

- Castaños, S. & Sánchez, J. (2015). Niñas y adolescentes en riesgo de calle: Bienestar subjetivo y salud mental. *Revista CES Psicología*, 8 (1), 120-133. Recuperado de <http://revistas.ces.edu.co/index.php/psicologia/article/view/3208/2319>
- Chávez, R., Orozco, E., Sánchez, M. & Hernández, C. (2017). Violencia y salud mental asociados a pensar o haber intentado emigrar internacionalmente por adolescentes mexicanos. *Cadernos de Saude Publica*, 33 (6), 1-14. doi: 10.1590/0102-311X00119516
- Cohen, S., Esterkind de Chein, A., Betina, A., Caballero, S. & Martinenghi, C. (2010) Habilidades sociales y contexto sociocultural. Un estudio con adolescentes a través del BAS-3. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 1 (29), 167-185. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459645441010>
- Compte, E. (2012). Imagen corporal y conductas sexuales de riesgo en adolescentes: Un estudio teórico. *Revista de Psicología GEPU*, 3 (2), 235-254. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4392359>
- Cortes, M., Cantón J. & Cantón, D. (2011). Naturaleza de los abusos sexuales a menores y consecuencias en la salud mental de las víctimas. *Gaceta Sanitaria*, 25 (2), 157-165. doi: 10.1016/j.gaceta.2010.10.009
- Cruz, V., Gómez, C. & Rincón, C. (2017). Salud mental y consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes colombianos. *Health and addictions: salud y drogas*, 18 (1), 97-106. doi: 10.21134/haaj.v18i1.363
- Espada, J., Morales, A., Orgiles, M. & Ballester, R. (2012). Autoconcepto, ansiedad social y sintomatología depresiva en adolescentes españoles según su orientación sexual. *Ansiedad y estrés*, 18 (1), 31-41. Recuperado de <http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/66935/53119.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Galicia, I., Sánchez, A. & Robles, 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. doi:10.6018/analesps.29.2.124691
- Garaigordobil, M. & Larrain, E. (2020). Acoso y ciberacoso en adolescentes LGTB: Prevalencia y efectos en la salud mental. *Revista científica iberoamericana de comunicación y educación*, 28 (62), 79-90. doi: 10.3916/C62-2020-07
- Gómez, C., Bohórquez, A., Tamayo, N., Rondón, M., Bautista, N., Rengifo, H. & Medina, M. (2016). Trastornos depresivos y de ansiedad y factores asociados en la población de adolescentes colombianos, Encuesta Nacional de Salud Mental 2015. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 45 (1), 50-57. doi: 10.1016/j.rcp.2016.09.009
- Gómez, D., Gutiérrez, M. & Londoño, S. (2013). Depresión y consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes en la ciudad de Bogotá. *Psychologia: avances de la disciplina*, 7 (1), 45-51. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v7n1/v7n1a05.pdf>
- González, S., Pineda, A. & Gaxiola, J. (2018). Depresión adolescente: factores de riesgo y apoyo social como factor protector. *Universitas Psychologica*, 17 (3), 1-11. doi: 10.11144/Javeriana.upsy17-3.dafr
- Gordillo, R., Del Barrio, V. & Carrasco, M. (2018). Estudio longitudinal del efecto de primacía entre depresión y agresión física y verbal en una muestra infanto-adolescente. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 5 (2), 43-48. doi: 10.21134/rpcna.2018.05.2.6
- Gracia, B., Quintana, C. & Rey, L. (2019). Regulación emocional y uso problemático de las redes sociales en adolescentes: el papel de la sintomatología depresiva. *Health and Addictions salud y drogas*, 20 (1), 77-86. Recuperado de <https://ojs.haaj.org/index.php/haaj/article/view/77/pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista L. P. (2014). Metodología de la investigación 6 edición. México D.F.:

- McGraw-Hill. Recuperado de: <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wpcontent/uploads/2017/08/metodologia-de-lainvestigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Hoyos, E., Lemos, M. & Torres, Y. (2012). Factores de Riesgo y de Protección de la Depresión en los Adolescentes de la Ciudad de Medellín. *International journal of psychological research*, 5 (1), 109-121. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2990/299023539013.pdf>
- Langer, A., Schmidt, C., Aguilar, J., Cid, C. & Magni, A. (2017). Mindfulness y promoción de la salud mental en adolescentes: efectos de una intervención en el contexto educativo. *Revista médica de Chile*, 145 (4), 476-482. doi: 10.4067/S0034-98872017000400008
- Lucio, R., Rapp-Paglicci., L. & Rowe, W. (2011). Developing an Additive Risk Model for Predicting Academic Index: School Factors and Academic Achievement. *Child Adolesc Soc Work Journal*, 28 (2), 153–173. doi: 10.1007/s10560-010-0222-9
- Mercado, D., Madariaga, C. & Martínez, M. (2012). Salud mental positiva y calidad de vida en adolescentes trabajadores y no trabajadores del municipio de Toluviéjo, Sucre. *Cultura, Educación y Sociedad*, 3 (1), 157-174. Recuperado de https://revistascientificas.cuc.edu.co/culturaeducacionsociedad/article/view/962/pdf_182
- Moscoso, A., Rodríguez, L., Reyes, C. & Colon, H. (2016). Adolescentes de puerto rico: una mirada a su salud mental y su asociación con el entorno familiar y escolar. *Revista puertorriqueña de psicología*, 27 (2), 320-332. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2332/233247620009.pdf>
- Mota, S., Bottino, C., Gómez, C., Villa Lobo, A. & Silva, W. (2015). Cyberbullying and adolescent mental health: systematic review. *Cadernos de Saude Publica*, 31 (3), 463-475. doi: 10.1590/0102-311x00036114
- Muñoz, E. (2007). Contexto socioeconómico, percepción del contexto educativo y tiempo de estudio en relación con los resultados de aprendizaje en la

- educación superior. *Rev. Innovar*, 17 (30), 31-46. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/inno/v17n30/v17n30a03.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2013). Plan de acción sobre salud mental 2013-2020. Recuperado de https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/97488/9789243506029_spa.pdf;jsessionid=305FBD3B722DEA3EC2358DBF7748A114?sequence=1
- Ortiz, L. & Valencia, R. (2015). Disparidades en salud mental asociadas a la orientación sexual en adolescentes mexicanos. *Cad. Saude publica*, 31 (2), 417-430. doi: 10.1590/0102-311X00065314
- Ospina, F., Hinestrosa, M., Paredes, M., Guzmán, Y. & Granados, C. (2011). Síntomas de ansiedad y depresión en adolescentes escolarizados de 10 a 17 años en Chía. *Colombia. Revista de salud pública*, 13 (6), 908-920. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v13n6/v13n6a04.pdf>
- Pacheco, P. & Chaskel, R. (2016). Depresión en niños y adolescentes. *Precop SCP*, 15 (1), 30-38. Recuperado de <https://scp.com.co/wp-content/uploads/2016/04/3.Depresi%C3%B3n.pdf>
- Paniagua, R., González, C. & Montoya, B. (2010). Tres tipologías de salud mental de los adolescentes de una zona de Medellín-Colombia, 2006. *Revista de salud pública*, 12 (1), 51-60. Recuperado de <https://scielosp.org/pdf/rsap/2010.v12n1/51-60/es>
- Ribeiro, I., Corrêa, M. & Pires, F. (2019). Depressão e suicídio: o adolescente frente a fatores de risco socioculturais. *Research, Society and Development*, 8 (12), 1-15. doi: 10.33448/rsd-v8i12.1882
- Ruvalcaba., N, Gallegos., J, Caballo., V. & Villegas, D. (2015). Prácticas parentales e indicadores de salud mental en adolescentes. *Revista del Programa de Psicología de la Universidad del Norte*, 33 (3), 223-236. doi: 10.14482/psdc.33.3.7378

- Salazar, Y., Veytia, M., Márquez, O. & Huitrón, G. (2013). Relación entre satisfacción con el ambiente familiar y depresión en adolescentes. *Psicología y salud*, 23 (1), 141-148. doi: 10.25009/pys.v23i1.524
- Sánchez, G., Aguirre, M., Solano, N. & Viveros, E. (2015). Sobre la dinámica familiar. *Revisión documental. Cultura Educación y Sociedad*, 6 (2), 117-138. Recuperado de <https://repositorio.cuc.edu.co/bitstream/handle/11323/3107/SobRe%20la%20din%20c3%a1mica%20familiaR.%20ReviSi%20c3%b3n%20documental.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sandoval, R., Vilela, M., Mejía, C. & Caballero, J. (2018). Riesgo suicida asociado a bullying y depresión en escolares de secundaria. *Revista chilena de pediatría*, 89 (2), 208-215. doi: 10.4067/S0370-41062018000200208
- Siabato, E., Forero, I. & Salamanca, Y. (2016). Asociación entre depresión e ideación suicida en un grupo de adolescentes colombianos. *Pensamiento Psicológico*, 15 (1), 51-61. doi: 10.11144/Javerianacali.PPSI15-1.ADIS
- Solórzano, F., Narváez, A., Alvarado, G., Silva, X., Guerrero, J., Poveda, X.,... Proaño, C. (2016). La familia y los amigos como riesgo de consumo de alcohol en adolescentes. *Revista Ciencia UNEMI*, 9 (17), 85-91. doi: 10.29076/issn.2528-7737vol9iss17.2016pp85-91p
- Urdaneta, J., Rivera, A., García, J., Guerra, M., Baabel, N. & Contreras, A. (2011). Factores de riesgo de depresión posparto en puérperas venezolanas valoradas por medio de la escala de Edimburgo. *Revista chilena de obstetricia y ginecología*, 76 (2), 102-112. doi: 10.4067/S0717-75262011000200007
- Vargas, H. (2017). Violencia contra la mujer infligida por su pareja y su relación con la salud mental de los hijos adolescentes. *Revista Médica Herediana*, 28 (1), 48-58. doi: 10.20453/rmh.v28i1.3074
- Veytia, M., González, N., Andrade, P. & Oudhof, Hans. (2012). Depresión en adolescentes: El papel de los sucesos

vitales estresantes. *Salud mental*, 35 (1), 37-43. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2012/sam121f.pdf>