

Pluralismo  
Compromiso  
Inclusión



## **ADOLESCENCIA Y APOYO SOCIAL**

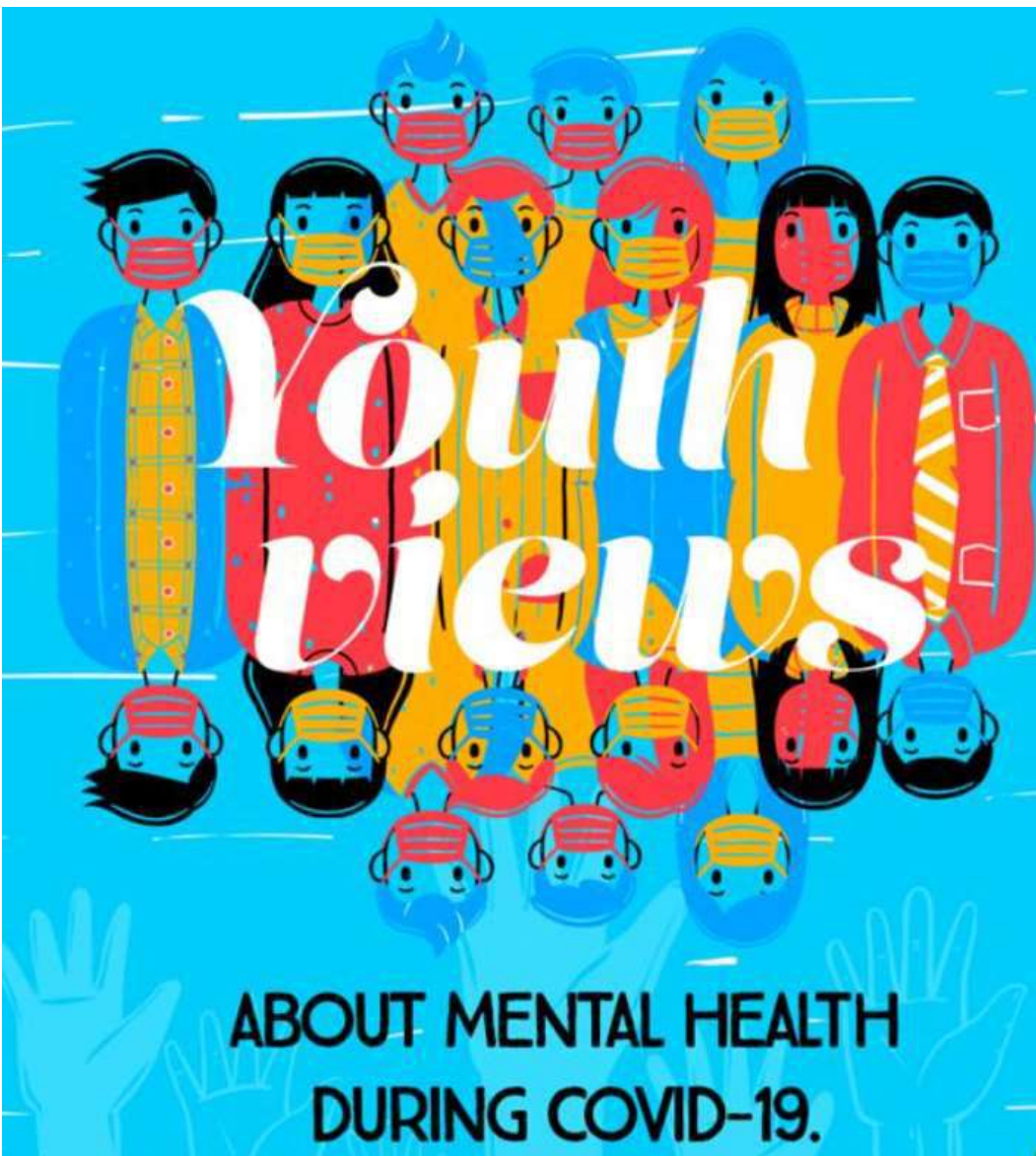
**Mg. Marcia Salinas Contreras – Universidad Central de Chile**

**Pandemia y  
Salud Mental  
en  
Adolescentes**

**Adolescencia**

**Apoyo social**

**Evaluación  
de Apoyo  
Social**



## El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes

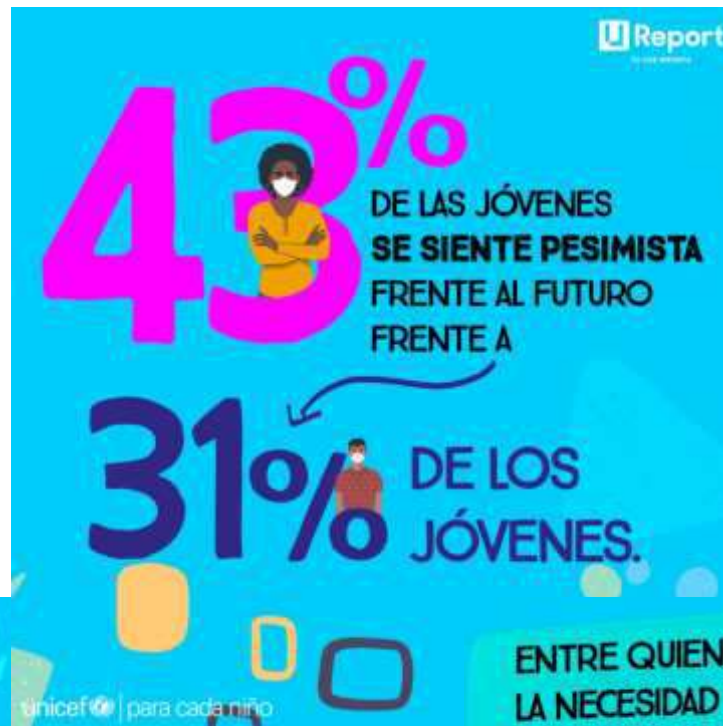
*Estudio efectuado por UNICEF evidencia que la crisis del COVID-19 ha tenido un importante impacto en la salud mental de las y los adolescentes y jóvenes de Latinoamérica y el Caribe*

Por lo menos 1 de cada 7 niños y jóvenes ha vivido confinado en el hogar durante gran parte del año, lo que supone un riesgo para su salud mental y su bienestar, según UNICEF

*Cuando se cumple un año de la pandemia, UNICEF insta a invertir más en servicios de salud mental*

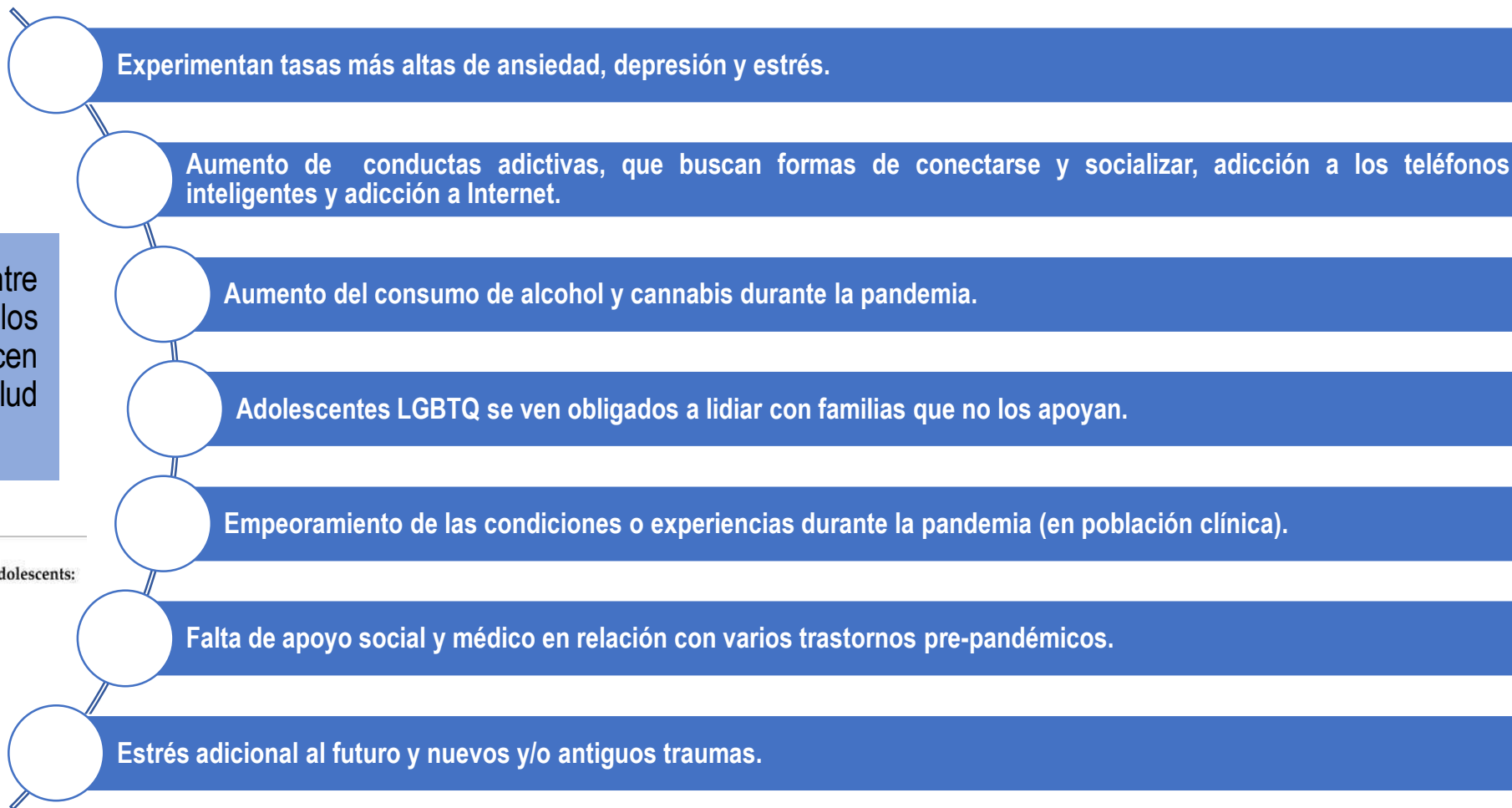
04 Marzo 2023





# Salud mental adolescente y Pandemia:

A nivel mundial: Entre el 10% y el 20% de los adolescentes padecen problemas de salud mental.



# Factores que afectan la salud mental de los adolescentes durante la pandemia.

Elizabeth AK Jones , Amal K. Mitra y Azad R. Bhuiyan (2021)



Universidad  
Central



Acontecimientos  
estresantes de la  
vida

Confinamiento  
prolongado en el  
hogar

Preocupación

Uso excesivo de  
internet y redes  
sociales





## En Conclusión

Las posibilidades de practicar el distanciamiento social parece ser difíciles para adolescentes, lo que impacta en la salud mental.

El apoyo social, las habilidades de afrontamiento positivas y la relación entre padres e hijos posee un impacto positivo en la salud mental de los adolescentes.

Ayudar a los adolescentes a mediar en los ajustes causados por la pandemia.

Es importante buscar y utilizar todos los recursos y terapias disponibles.



**El apoyo social es un factor importante en la sostenibilidad de la salud mental de adolescentes durante períodos de crisis y pandemia.**

**Ansiedad y depresión están asociadas a falta de apoyo social y pandemia.**





Universidad  
Central

# ADOLESCENCIA



La etapa de la vida entre la niñez y la edad adulta.

Entre los 10 a los 19 años.

Una etapa única del desarrollo humano.

Un momento importante para otorgar las bases de una buena salud.

Los/as adolescentes experimentan un rápido crecimiento físico, cognitivo y psicosocial.

Esto afecta cómo se sienten, piensan, toman decisiones e interactúan con el mundo que los rodea.

Se le considera una etapa saludable de la vida.

Existen enfermedades y riesgos importantes

Pueden ser prevenidos o tratados.

Se establecen comportamiento de riesgo y desprotección de su salud y en la salud de los que los rodean.

La adolescencia es un período de exploración y experimentación.

Compromiso con la propia identidad.

Desarrollo cognitivo y moral.

Exploración de preferencias sexuales y adscripción de significado de la actividad sexual.

La individuación como un proceso de integración de dimensiones psicológicas y sociales.

Cambios en la forma en que aprecian la intrusión de los padres y sus efectos en la autonomía.

Jeffrey Waid & Maia Uhrich (2019): *Una revisión del alcance de la teoría y práctica del desarrollo juvenil positivo.*



## Grupos de Pares

- El grupo de pares es una fuerza poderosa para la socialización, la adopción de normas y el refuerzo de actitudes, ideas y comportamientos (Gardner y Steinberg, 2005)
- Se ha demostrado que los grupos no sólo influyen en los aspectos psicológicos y aspectos socio-relacionales del desarrollo adolescente (Jeffrey Waid y Maia Uhrich, 2019)
- Juegan un papel crítico para la adopción de conductas de riesgo. Promovido por las interacciones del grupo de pares (Albert et al.,2013)

# El contexto social



En la Adolescencia se desarrollan relaciones con pares, vecinos, profesores y miembros de organizaciones quienes pueden ser fuentes de apoyo social.

Comienzan a participar en organizaciones escolares, comunitarias y cívicas asumiendo diferentes roles y sintiéndose miembros de estas.

Los contextos fuera de la familia adquieren mas influencia en la transición desde la niñez.





Universidad  
Central

# Apoyo Social



[Acercas del Senado](#) ▾

[Sala de Sesiones](#) ▾

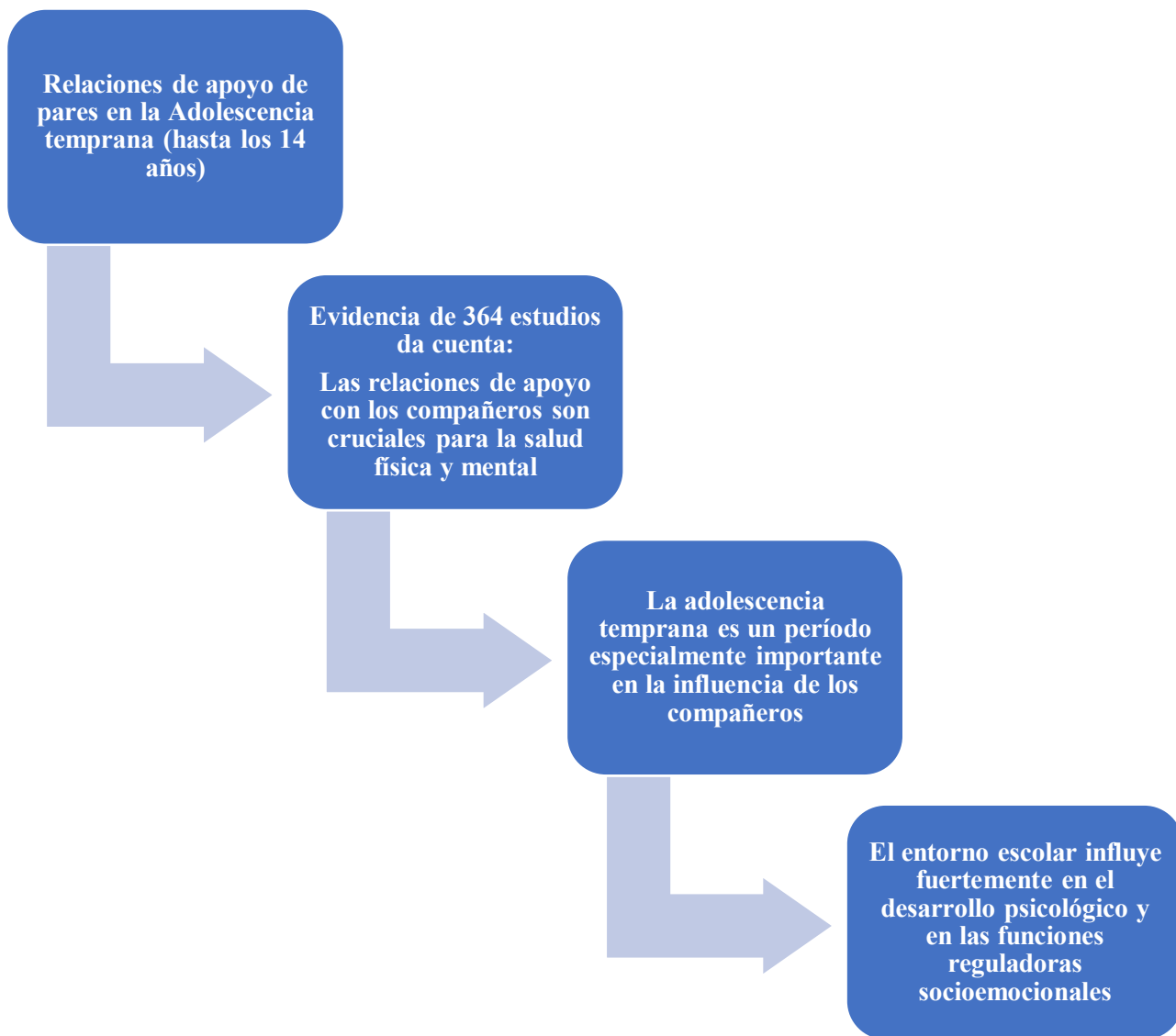
[Comisiones](#) ▾

Usted está en: [Inicio](#) / [Noticias](#) / [Salud Mental](#)

## Aislamiento social y efectos en estudiantes: un 80% no cuenta con un lugar propicio para concentrarse

Esa fue una de las estadísticas estudiadas en el marco del Seminario de Salud Mental, donde se hizo un testeo del estado anímico de la comunidad educativa. También se abordó la urgencia de entregar un mensaje claro a la población en general, porque la incertidumbre es el principal enemigo de la siquis.

*5 de mayo de 2020*



## **Toward an Integrated Model of Supportive Peer Relationships in Early Adolescence: A Systematic Review and Exploratory Meta-Analysis**

Marija Mitic , Kate A. Woodcock , Michaela Amering, Ina Krammer, Katharina AM Stiehl, Sonja Zehetmayer y Beate Schran (Febrero, 2021)



**Toward an Integrated Model of Supportive Peer Relationships in Early Adolescence: A Systematic Review and Exploratory Meta-Analysis**



### INDIVIDUAL

Habilidades y fortalezas individuales

Identidad

Comportamiento y salud

Afecto y bienestar



### •AMBIENTAL

•Familia

•Grupo de pares

•Escuela

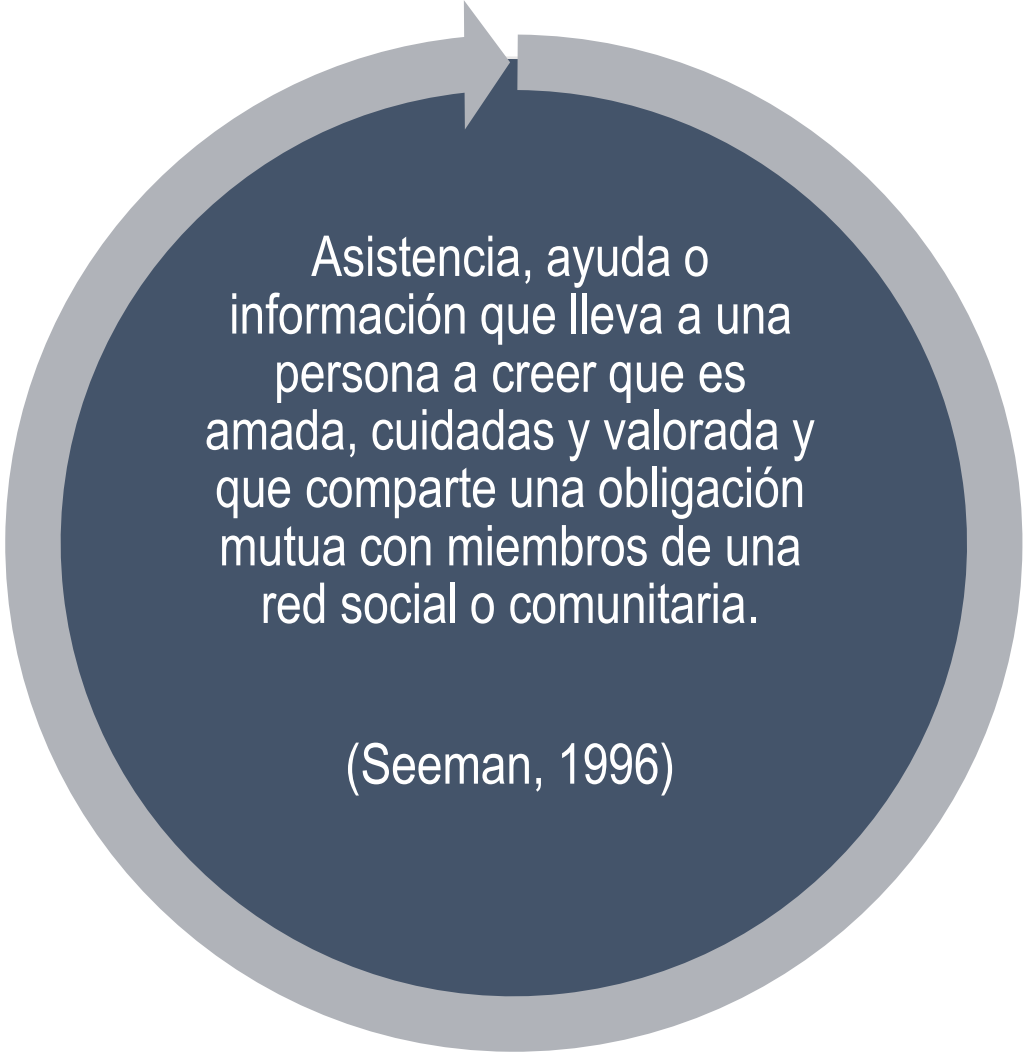
•Internet y tecnología

•Comunidad

Construcción de Relaciones Sociales Multidimensionales

**Determinantes de la calidad de la relación en la adolescencia temprana:**



A large circular graphic with a dark blue center and a light gray border. A white arrow points clockwise from the top of the circle. Inside the dark blue center, there is white text defining social support.

Asistencia, ayuda o información que lleva a una persona a creer que es amada, cuidada y valorada y que comparte una obligación mutua con miembros de una red social o comunitaria.

(Seeman, 1996)

# Apoyo Social

# Concepto de Apoyo Social

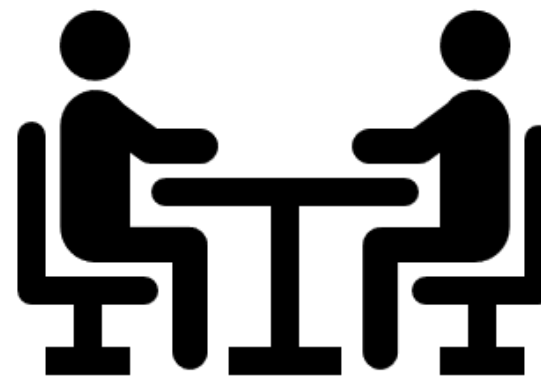
Cassel (1974) y Cobb (1976)

La importancia de las interacciones mutuas que protegen a las personas frente a los agentes estresores.

Orcasita&Uribe (2010)

Comprender las interacciones sociales y tendencia a buscar compañía especialmente en situaciones estresantes.

Recursos del entorno favorecedores del mantenimiento de las relaciones sociales, la adaptación, y el bienestar del individuo dentro de un contexto comunitario.



# Evidencia

- El efecto que tienen las relaciones interpersonales en estudios de la influencia de variables de la escuela en el bienestar subjetivo de estudiantes (Huebner y Gilman, 2002; Natvig, Albrektsen, y Qvarnstrom., 2003; Randolph, Kangas, y Ruokamo, 2009; Suldo, Riley, y Shafer, 2006; Verkuyten y Thijs, 2002).
- Durante la adolescencia ocurren cambios relativos a las relaciones sociales, lo que, a su vez, podría influir en las personas que él o la adolescente considera su principal fuente de apoyo social (Musitu y Cava, 2003).



# Fuentes de Apoyo Social

La influencia de la Familia, los amigos y otras personas significativas, es fundamental para los adolescentes, puesto que las redes de apoyo que de aquí se deriven pueden tener efectos positivos o negativos sobre este grupo etario (Barrón, 1992)

El apoyo de la familia, escuela, los pares y la comunidad son importante para el desarrollo positivo y bienestar, especialmente durante la adolescencia temprana (Benson y Scales, 2009)

# Concepto Multidimensional de Apoyo Social

- El apoyo social es un concepto o constructo multidimensional (Cohen & Ashby, 1985; Sarason et al., 1983).
- El apoyo social refiere a una variedad de comportamientos de apoyo generales o específicos que contribuyen a la percepción de bienestar de una persona.
- Existen diferentes tipos y fuentes de apoyo social que permite conocer de forma específica la experiencia de apoyo, considerando múltiples redes de relaciones.







# Tipo de Apoyo Social

## Demaray y Malecki (2003)

Es un proceso interactivo en el cual la persona obtiene distintos tipo de ayuda



### **APOYO EMOCIONAL:**

Confianza, amor y empatía.



### **APOYO INFORMATIVO:**

Conocimientos y habilidades.

Información del contexto.

Recibir información útil para enfrentar el problema.



### **APOYO DE EVALUACIÓN/VALORATIVO:**

Retroalimentación evaluativa.

Información relevante para la autoevaluación.



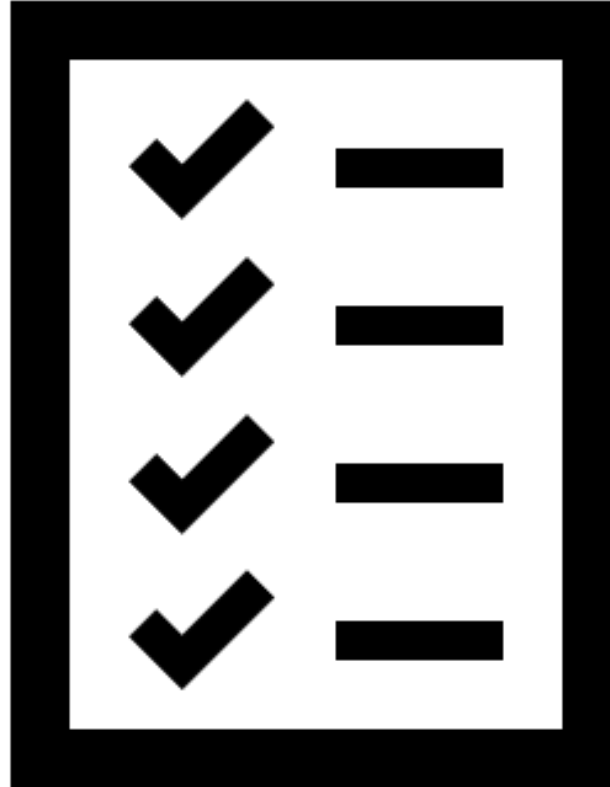
### **APOYO INSTRUMENTAL:**

Tiempos y recursos.

Bienes y servicios.

Conductas dirigidas a solucionar problemas.

# Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido MSPSS



- Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (Zimet et al., 1988)
- En Chile validada y adaptada transculturalmente en una muestra de adultos (Arechabala & Miranda, 2002)
- Aplicada a estudiantes secundarios de un mismo colegio (Mosqueda Díaz et al., 2015)
- Validada en adolescentes chilenos(as) por Oyarzún Gómez, D., & Iriarte Iluffi, I. (2020)



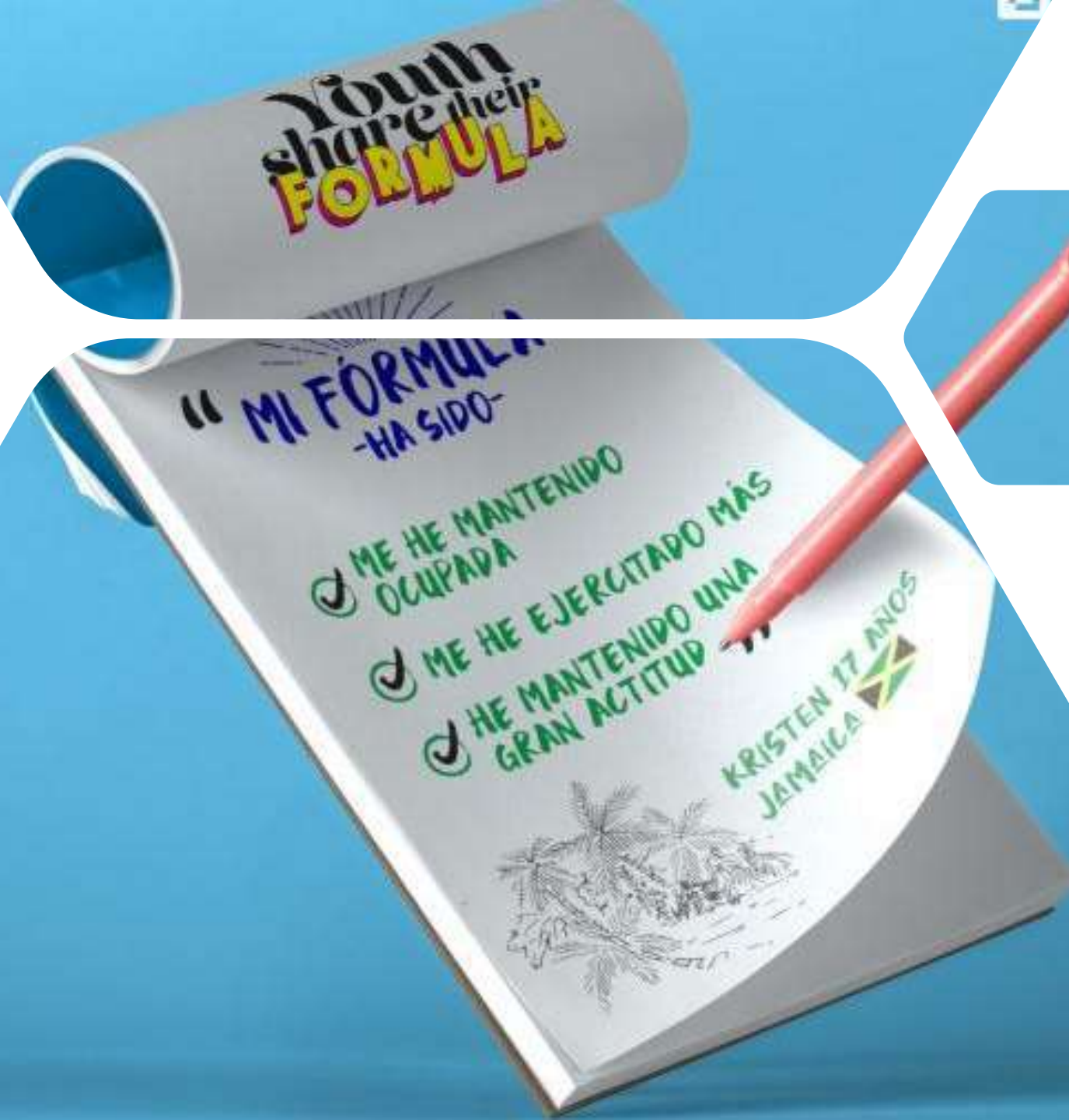
- Instrumento de Autorreporte breve y de fácil aplicación.
- Informa acerca de cómo los/as personas evalúan sus vidas.
- Un mayor puntaje obtenido significa un mayor apoyo social percibido.

Compuesta de 12 ítem para medir Apoyo Social percibido en tres fuentes:



## Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (Zimet et al., 1998)

3) ¿CON QUÉ FRECUENCIA TE IDENTIFICAS CON ESTAS AFIRMACIONES SOBRE FAMILIA, AMIGOS Y OTRAS PERSONAS?	1= CASI NUNCA	2	3	4=SIEMPRE
Hay una persona especial que está cerca cuando lo necesito	1	2	3	4
Hay una persona especial con quien puedo compartir mis alegrías y tristezas	1	2	3	4
Mi familia realmente intenta ayudarme	1	2	3	4
Obtengo la ayuda emocional y el apoyo que necesito de mi familia	1	2	3	4
Tengo una persona especial que es una verdadera fuente de consuelo para mí	1	2	3	4
Mis amigos(as) realmente tratan de ayudarme	1	2	3	4
Puedo contar con mis amigos(as) cuando las cosas van mal	1	2	3	4
Puedo hablar de mis problemas con mi familia	1	2	3	4
Tengo amigos(as) con los que puedo compartir mis alegrías y tristezas	1	2	3	4
Hay una persona especial en mi vida que se preocupa por mis sentimientos	1	2	3	4
Mi familia está dispuesta ayudarme a tomar decisiones	1	2	3	4
Puedo hablar de mis problemas con mis amigos(as)	1	2	3	4



## Voces de la Juventud:

*No tengo una fórmula exacta. Lo único es que trato de no estresarme, evitar el pánico y seguir con mi rutina habitual. Al final, me dije a mí mismo que el estrés daña más que el virus en sí.  
(James, 22 años, Haití)*

"Mi fórmula ha sido ayudar en un comedor comunitario para poder distraerme y no pensar en esta pandemia."

Ignacio, 15 años. Argentina

No todos tenemos las mismas posibilidades de mantener nuestro bienestar físico y emocional. Por eso no dudé en pedir ayuda.  
(Roberto, 17 años, Costa Rica)





**Jesús Martín Barbero**  
*(Entrevista, Abril del 2017)*

---

*“Son los jóvenes los que tienen que contar su cuento. No lo puede contar nadie por ellos”*

*“Contar es tener en cuenta o no al otro, eso es vital en las relaciones sociales”*





Instituto de  
Investigación y Postgrado  
de la Facultad de Ciencias  
de la Salud



UNIVERSIDAD  
COOPERATIVA  
DE COLOMBIA

UNIVERSIDAD  
CIENTÍFICA  
DEL SUR



#ConoceLaUCEN

## Ciclo de Seminarios Internacionales: **Bienestar en Comunidades Educativas**

15, 29 de junio/ 13 y 27 de julio

Enlace directo a Teams: [bit.ly/seminariobienestar1](https://bit.ly/seminariobienestar1)

<https://www.instagram.com/proyecto.id.ucen/>



Universidad  
Central



[www.ucentral.cl](http://www.ucentral.cl)