



UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y

BIENESTAR HUMANO

CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

**“APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN
ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA
DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO – QUITO”**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en
Psicología

Autor(a)

Ana Elisa Raza Quelal

Tutor(a)

Psic. Cl. Gilda Moreno Proaño, Msc.

QUITO – ECUADOR
2024

AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TÍTULACIÓN

Yo, Ana Elisa Raza Quelal, declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO”, como requisito para optar al grado de Licenciada en Psicología y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, a los 27 días del mes de julio de 2024, firmo conforme:

Autor: Ana Elisa Raza Quelal



Firma:

Número de Cédula: 0401874052

Dirección: Pichincha, Quito, La Magdalena

Correo Electrónico: annitaeli06@hotmail.com

Teléfono: 0988610554

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO”, presentado por Ana Elisa Raza Quelal para optar por el Título de Licenciado en Psicología.

CERTIFICO

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.

Quito, 27 de julio de 2024

Psic. Cl. Gilda Moreno Proaño, Msc.

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Licenciado en Psicología, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Quito, 27 de julio de 2024



.....
Ana Elisa Raza Quelal

0401874052

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: “APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO”, previo a la obtención del Título de Licenciado en Psicología, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.

Quito, 27 de julio de 2024

.....
Lcda. Paulina Perez Perez, Msc.
LECTORA

.....
Lcda. Irina Freire Muñoz, Msc.
LECTORA

DEDICATORIA

Este trabajo es fruto de un viaje lleno de aprendizajes, retos y satisfacciones; quiero dedicarlo a las personas más importantes en mi vida, quienes han sido mi fuente de inspiración y fortaleza a lo largo de este recorrido.

A mi amada madre, quien desde mi infancia me inculcó el valor del esfuerzo y la importancia de la educación. Su amor incondicional, sus sabios consejos y su constante apoyo han sido el motor que me ha impulsado a seguir adelante, incluso cuando las dificultades parecían insuperables. Ha sido mi ejemplo de perseverancia, dedicación; y, sin su respaldo este sueño no se habría hecho realidad. Le agradezco profundamente por creer en mí, por estar siempre presente, por brindarme todo lo que necesitaba para alcanzar mis metas.

A mis hijos, quienes son la luz de mis días y mi mayor orgullo. Su alegría, curiosidad y ganas de descubrir el mundo me inspiran a ser mejor cada día. Cada sonrisa, cada abrazo, cada momento compartido con ustedes ha sido un recordatorio constante de la importancia de seguir adelante, de nunca rendirme. Son mi razón de ser, y deseo que este logro les sirva como ejemplo de que con dedicación y esfuerzo, todo es posible. Este triunfo es para ustedes, con la esperanza de que siempre sigan sus sueños.

Y a mi querido esposo, mi compañero de vida, de sueños y desafíos. Gracias por estar a mi lado en cada paso de este camino, por ser mi apoyo incondicional y mi refugio en los momentos de incertidumbre. Tu amor, paciencia y comprensión han sido fundamentales para que hoy esté aquí, celebrando este logro.

A todos ustedes, les dedico con todo mi amor y gratitud este logro, esperando que sientan en él el reflejo de todo el amor y apoyo que me han brindado.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradezco a Dios, por darme la fortaleza, salud y sabiduría necesarias para enfrentar los desafíos que este camino académico ha presentado.

A mis padres, por su amor incondicional y apoyo constante. Sin su guía y sacrificios, este logro no habría sido posible.

A mi tutor, Magister Gilda Marianela Moreno Proaño, por su valiosa orientación y paciencia a lo largo de este proceso. Su conocimiento y dedicación han sido fundamentales para el desarrollo de este trabajo.

Y, por supuesto, a mi esposo e hijos, por su amor, comprensión y motivación constante. Su presencia ha sido mi fuerza en los momentos más desafiantes.

INDICE DE
CONTENIDO

<i>PORTADA</i>	<i>I</i>
<i>AUTORIZACIÓN</i>	<i>II</i>
<i>APROBACIÓN DEL TUTOR</i>	<i>III</i>
<i>CERTIFICO</i>	<i>III</i>
<i>DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD</i>	<i>IV</i>
<i>APROBACIÓN TRIBUNAL</i>	<i>VII</i>
<i>DEDICATORIA</i>	<i>VIII</i>
<i>AGRADECIMIENTO</i>	<i>IX</i>
<i>INDICE DE CONTENIDO</i>	<i>X</i>
<i>RESUMEN EJECUTIVO</i>	<i>1</i>
<i>ABSTRACT</i>	<i>2</i>
1. <i>INTRODUCCIÓN</i>	<i>4</i>
2. <i>MARCO TEÓRICO</i>	<i>10</i>
3. <i>MARCO METODOLÓGICO</i>	<i>22</i>
4. <i>RESULTADOS</i>	<i>26</i>
5. <i>DISCUSIÓN</i>	<i>36</i>
6. <i>CONCLUSIONES</i>	<i>48</i>
7. <i>RECOMENDACIONES</i>	<i>48</i>
8. <i>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</i>	<i>49</i>
9. <i>ANEXOS</i>	<i>59</i>

UNIVERSIDAD INDOAMERICA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO

CARRERA DE PSICOLOGIA

TEMA: “APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DELA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO”

AUTOR: Ana Elisa Raza Quelal

TUTOR: Psic. Cl. Gilda Moreno Proaño, Msc.

RESUMEN EJECUTIVO

Este estudio explora la relación entre el apego y los riesgos psicosociales en adolescentes de 17a 18 años en una unidad educativa en Conocoto, Quito. Dado el impacto del apego en el desarrollo psicológico y social, la investigación busca comprender cómo estas relaciones afectan la vulnerabilidad o resiliencia frente a riesgos psicosociales. El objetivo general es determinar la relación entre el apego y los riesgos psicosociales en los adolescentes. Además, los objetivos específicos incluyen describir los patrones de apego, enumerar los riesgos psicosociales presentes y correlacionar los patrones de apego con datos sociodemográficos. Para lograr esto, se utilizó un método cuantitativo con una muestra no probabilística de estudiantes, aplicando los instrumentos DASS-21 y CAMIR a través de Google Forms. Los resultados indicaron que los adolescentes con apego seguro mostraron menores niveles de estrés, ansiedad y depresión. Se identificaron tres patrones de apego predominantes: seguro, ansioso-evitante y ansioso-ambivalente. Además, el 60% de los adolescentes presentó niveles extremadamente severos de depresión, ansiedad y estrés. En conclusión, existe una relación significativa entre el apego y los riesgos psicosociales, y los adolescentes con apego seguro tienen mejores resultados en bienestar psicológico y rendimiento académico.

DESCRIPTORES: Adolescencia, Apego (Psicología), Estrés Psicosocial, Psicología Educativa, Riesgo Psicosocial.

THEME: ATTACHMENT AND PSYCHOSOCIAL RISKS IN ADOLESCENTS OF AN
EDUCATIONAL UNIT IN THE PARISH OF CONOCOTO - QUITO

AUTHOR: Ana Elisa Raza Quelal

TUTOR: Psic. Cl. Gilda Moreno Proaño, Msc.

ABSTRACT

This study explores the relationship between attachment and psychosocial risks in adolescents aged 17 to 18 years in an educational unit in Conocoto, Quito. Given the impact of attachment on psychological and social development, research seeks to understand how these relationships affect vulnerability or resilience to psychosocial risks. The general objective is to determine the relationship between attachment and psychosocial risks in adolescents. Additionally, specific objectives include describing attachment patterns, listing psychosocial risks present, and correlating attachment patterns with sociodemographic data. To achieve this, a quantitative method was used with a non-probabilistic sample of students, applying the DASS-21 and CAMIR instruments through Google Forms. The results indicated that securely attached adolescents showed lower levels of stress, anxiety, and depression. Three predominant attachment patterns were identified: secure, anxious-avoidant and anxious-ambivalent. In addition, 60% of adolescents presented extremely severe levels of depression, anxiety and stress. In conclusion, there is a significant relationship between attachment and psychosocial risks, and adolescents with secure attachment have better results in psychological well-being and academic performance.

KEYWORDS: Adolescence, Attachment (Psychology), Psychosocial Stress, Educational Psychology, Psychosocial Risk.

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO – QUITO

ATTACHMENT AND PSYCHOSOCIAL RISKS IN ADOLESCENTS OF AN EDUCATIONAL UNIT IN THE PARISH OF CONOCOTO - QUITO

Autor: Ana Elisa Raza Quelal
araza@indoamerica.edu.ec

Tutor: Psic. Cl. Gilda Moreno Proaño, Msc.
gyldamoreno@indoamerica.edu.ec

Lector: Lcda. Paulina Pérez Pérez, Msc.
pperez4@indoamerica.edu.ec

Lector: Lcda. Irina Freire Muñoz, Msc.
irinafreire@indoamerica.edu.ec

Trabajo de Titulación para la obtención del título de Licenciado/a en Psicología de la Universidad Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Cuantitativa.

RESUMEN

Este estudio explora la relación entre el apego y los riesgos psicosociales en adolescentes de 17 a 18 años en una unidad educativa en Conocoto, Quito. Dado el impacto del apego en el desarrollo psicológico y social, la investigación busca comprender cómo estas relaciones afectan la vulnerabilidad o resiliencia frente a riesgos psicosociales. El objetivo general es determinar la relación entre el apego y los riesgos psicosociales en los adolescentes. Además, los objetivos específicos incluyen describir los patrones de apego, enumerar los riesgos psicosociales presentes y correlacionar los patrones de apego con datos sociodemográficos. Para lograr esto, se utilizó un método cuantitativo con una muestra no probabilística de estudiantes, aplicando los instrumentos DASS-21 y CAMIR a través de Google

ABSTRACT

This study explores the relationship between attachment and psychosocial risks in adolescents aged 17 to 18 years in an educational unit in Conocoto, Quito. Given the impact of attachment on psychological and social development, research seeks to understand how these relationships affect vulnerability or resilience to psychosocial risks. The general objective is to determine the relationship between attachment and psychosocial risks in adolescents. Additionally, specific objectives include describing attachment patterns, listing psychosocial risks present, and correlating attachment patterns with sociodemographic data. To achieve this, a quantitative method was used with a non-probabilistic sample of students, applying the DASS-21 and CAMIR instruments through

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

Quito, Ecuador.
Julio de 2024.

Forms. Los resultados indicaron que los adolescentes con apego seguro mostraron menores niveles de estrés, ansiedad y depresión. Se identificaron tres patrones de apego predominantes: seguro, ansioso-evitante y ansioso-ambivalente. Además, el 60% de los adolescentes presentó niveles extremadamente severos de depresión, ansiedad y estrés. En conclusión, existe una relación significativa entre el apego y los riesgos psicosociales, y los adolescentes con apego seguro tienen mejores resultados en bienestar psicológico y rendimiento académico.

Palabras Clave: Adolescencia, Apego (Psicología), Estrés Psicosocial, Psicología Educativa, Riesgo Psicosocial.

Google Forms. The results indicated that securely attached adolescents showed lower levels of stress, anxiety, and depression. Three predominant attachment patterns were identified: secure, anxious-avoidant and anxious-ambivalent. In addition, 60% of adolescents presented extremely severe levels of depression, anxiety and stress. In conclusion, there is a significant relationship between attachment and psychosocial risks, and adolescents with secure attachment have better results in psychological well-being and academic performance..

Keywords: Adolescence, Attachment (Psychology), Psychosocial Stress, Educational Psychology, Psychosocial Risk..

1. INTRODUCCIÓN.

Contexto del Problema

La dinámica entre el apego y los riesgos psicosociales en adolescentes de 17 a 18 años en una Unidad Educativa Fiscal en la Parroquia de Conocoto, Quito, es objeto de este estudio. A pesar de la importancia de estos elementos en el desarrollo psicológico y social durante la adolescencia, hay pocos estudios que examinen estos elementos en profundidad en este entorno educativo. El objetivo de esta investigación es mejorar la comprensión de cómo las relaciones de apego influyen en la vulnerabilidad o resiliencia de los adolescentes frente a los

riesgos psicosociales en un contexto educativo ecuatoriano.

El apego, definido como el vínculo emocional que se desarrolla entre un adolescente y su cuidador, tiene un impacto significativo en la estabilidad emocional y las habilidades sociales del adolescente. La teoría del apego, propuesta originalmente por John Bowlby, postula que el apego seguro promueve la adaptación y la salud mental, mientras que el apego inseguro hace que los adolescentes sean vulnerables a una variedad de dificultades emocionales y conductuales (Meier, 2023).

Teóricamente, el apego se entiende como un vínculo emocional a largo plazo que afecta

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

significativamente la sensación de seguridad, la regulación emocional y el comportamiento social de un individuo. Según Bowlby, el apego seguro se caracteriza por relaciones que brindan a los jóvenes una sensación de seguridad y apoyo, mientras que el apego inseguro puede conducir a dificultades emocionales y de comportamiento (Martínez, 2024).

Para Arista (2022) en Ecuador, el estudio del apego en las instituciones educativas es muy importante porque incide directamente en la forma en que los adolescentes manejan las relaciones y enfrentan los desafíos en etapas críticas de la vida. Sin embargo, hay poca investigación específica en esta área, particularmente sobre cómo los estilos de apego influyen y son influenciados por el entorno educativo y cultural único del Ecuador.

En la educación, el apego se manifiesta no sólo en las interacciones con los cuidadores, sino también en las relaciones de los jóvenes con sus pares y educadores. Esta interacción es esencial para su adaptación social y éxito académico, lo que a su vez afecta su desarrollo general (Bennet et al., 2021).

Los estilos de apego, comúnmente clasificados como seguro, ansioso y evitativo, determinan en gran medida las respuestas emocionales y conductuales de los adolescentes hacia sus pares y las instituciones educativas. El apego seguro, caracterizado por la confianza y un equilibrio entre dependencia e independencia, tiende a asociarse con mejores resultados psicosociales y académicos (Henites, 2020). Por el contrario, los estilos de apego ansioso y evitativo pueden predisponer a los

adolescentes a problemas como ansiedad, depresión y dificultad para gestionar las relaciones (Rodríguez, 2024).

En las unidades educativas ecuatorianas es muy importante estudiar cómo las características culturales y socioeconómicas influyen en la formación del apego. Factores como la estructura familiar, las normas culturales de los padres y las circunstancias económicas pueden influir significativamente en las interacciones entre estudiantes y cuidadores y, a su vez, en los patrones de apego. Esta influencia cultural es particularmente importante en Ecuador, donde las diferencias regionales influyen en las expectativas y prácticas educativas (María et al., 2021).

Asimismo, el entorno educativo en sí puede reforzar los patrones de apego establecidos y actuar como puntos potenciales de intervención para cambiar los estilos de apego inseguros. Las interacciones diarias en la escuela brindan oportunidades para que los jóvenes experimenten y desarrollen relaciones basadas en el respeto mutuo y el apoyo emocional, que son fundamentales para el desarrollo de un apego seguro (Vega, 2022).

Sin embargo, la falta de formación especializada de los educadores en la teoría del apego y su aplicación puede limitar la capacidad de las escuelas para satisfacer estas necesidades (Nórica, 2020). Sin una comprensión clara de cómo crear un entorno que fomente un apego seguro, las instituciones educativas pueden perpetuar, sin saberlo, patrones de apego inseguros que impactan directamente el bienestar emocional y académico de los estudiantes.

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

Por lo tanto, es importante no sólo identificar los estilos de apego dominantes de la juventud ecuatoriana, sino también desarrollar estrategias para que los educadores y las instituciones puedan apoyar efectivamente el desarrollo de relaciones saludables. Este planteamiento no sólo beneficiará la salud mental y el rendimiento académico de los estudiantes, sino que también ayudará a crear comunidades educativas más cohesivas y resilientes.

Los riesgos psicosociales se refieren a factores en el entorno de un individuo que pueden provocar problemas de salud mental o bienestar. Esto incluye, entre otros, presión en la escuela, acoso por parte de compañeros, problemas familiares y exposición a la violencia. Estos riesgos son particularmente importantes en las instituciones educativas, donde los jóvenes pasan mucho tiempo y están expuestos a diversas influencias sociales (Camero & Ruiz, 2023).

Los riesgos psicosociales como la presión académica, el acoso entre pares y la exposición a la violencia son factores que pueden dañar gravemente la salud física y mental de los jóvenes. En el contexto ecuatoriano, estos riesgos pueden verse exacerbados o mitigados por características socioeconómicas y culturales específicas (Ocoró & Calvo, 2023).

Los riesgos psicosociales son una variedad de factores que pueden afectar negativamente la salud mental y el bienestar de los jóvenes, particularmente en entornos educativos. En Ecuador, el estudio de estos riesgos es muy importante porque pueden afectar significativamente el rendimiento

académico de los estudiantes, así como el desarrollo social y emocional. Sin embargo, la comprensión y el compromiso con estos factores a menudo son limitados, lo que enfatiza la necesidad de una investigación profunda y contextualizada.

En el entorno escolar, los riesgos psicosociales incluyen, entre otros, estrés académico, intimidación, discriminación, conflictos con compañeros o profesores y presión para desempeñarse. Estos factores son fundamentales porque la adolescencia es una época de vulnerabilidad psicológica y las experiencias negativas pueden tener un impacto profundo y duradero en la salud mental de un individuo (Pastrano et al., 2021).

En Ecuador en particular, las características socioeconómicas como la desigualdad económica y las diferentes condiciones de vida pueden exacerbar los riesgos psicosociales. Los jóvenes de zonas desfavorecidas pueden enfrentar mayores desafíos, como un acceso limitado a recursos educativos y apoyo psicológico, lo que aumenta su exposición a estos riesgos y sus consecuencias negativas (Agualongo & Garcés, 2020).

La cultura educativa y las expectativas sociales del Ecuador también son cruciales, la presión para tener éxito académico puede ser particularmente alta, lo que genera altos niveles de estrés en los estudiantes. Si este estrés no se maneja adecuadamente, puede provocar problemas como ansiedad y depresión, que afectan la capacidad del estudiante para funcionar eficazmente en la escuela y en otros aspectos de la vida (Espinosa J. , 2024).

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

Otro factor importante en el entorno educativo ecuatoriano es el acoso escolar, el cual es a la vez fuente de reflexión e inseguridad y conflicto entre los estudiantes. Los efectos del acoso van más allá de las emociones y pueden afectar el sentido de seguridad y pertenencia de los estudiantes, afectando así su participación y éxito en la escuela (Valencia, 2023).

La falta de políticas y programas específicos para abordar eficazmente estos riesgos psicosociales en las escuelas ecuatorianas limita la capacidad de las instituciones educativas para proporcionar entornos de aprendizaje seguros y de apoyo. Esto apunta a la necesidad de implementar y evaluar intervenciones diseñadas específicamente para reducir los riesgos psicosociales y aumentar la resiliencia de los estudiantes (Coello, 2023).

La falta de investigaciones que integren el apego y el riesgo psicosocial en modelos analíticos conjuntos limita significativamente la comprensión de cómo estos factores interactúan e influyen en el desarrollo de los jóvenes en Ecuador. Esto, a su vez, limita la capacidad de desarrollar programas de intervención eficaces basados en evidencia local (Pérez, 2022).

Un obstáculo importante es la falta de financiación específica para la investigación en ciencias sociales y psicología. A menudo los recursos financieros del Ecuador disponibles para la investigación científica se dirigen a áreas prioritarias como la salud pública, la agricultura o la biodiversidad, dejando atrás las ciencias sociales. Este enfoque puede quitar la oportunidad de considerar cuestiones que son fundamentales para el desarrollo social,

como aquellas que afectan directamente a los adolescentes y su entorno educativo (Aucanshala, 2023).

Es posible que los académicos locales carezcan de capacitación especializada y conocimientos actualizados sobre métodos de investigación de vanguardia. Esto puede deberse al acceso limitado a la educación avanzada y a los intercambios científicos internacionales, que fomentan una atención más profunda y específica al desarrollo de los adolescentes y a las cuestiones psicológicas educativas. La falta de experiencia en estas áreas específicas puede obstaculizar la investigación compleja y multidimensional necesaria para abordar los aspectos específicos del apego y el riesgo psicosocial (Morales y Almeida, 2022).

Una tercera razón es la falta de una cultura de investigación integral que respalde estudios longitudinales o de seguimiento, que son esenciales para comprender cómo se desarrollan el apego y los riesgos psicosociales con el tiempo. Los estudios longitudinales requieren inversiones de tiempo y recursos que a menudo exceden el alcance de los programas de investigación nacionales típicos (Isla y Loro, 2020).

Un cuarto factor es que los responsables de las políticas de educación y salud pueden subestimar la importancia de las cuestiones psicosociales. Si no se priorizan estos temas, será difícil asignar fondos o promover la investigación en estas áreas. Esto se manifiesta como una falta de programas especiales en las políticas públicas de educación y salud para satisfacer las necesidades emocionales y psicológicas de los adolescentes (Díez et al., 2023).

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

En muchos casos, puede haber resistencia cultural o prejuicios en contra de discutir y abordar abiertamente los problemas de salud mental en las escuelas. Este tabú puede ser una barrera para la investigación porque limita la voluntad de las instituciones educativas y las familias de participar en investigaciones que exploren estos temas delicados (Meier, 2023).

La relevancia de las cuestiones de desarrollo juvenil en comparación con otros problemas sociales o económicos inmediatos que enfrenta una nación puede influir en la priorización de otras áreas de investigación. Por lo tanto, la necesidad de investigar cómo los factores psicosociales y emocionales afectan a los jóvenes es de importancia secundaria, reduciendo así el potencial para desarrollar intervenciones específicas y efectivas para mejorar el bienestar y el rendimiento académico de los jóvenes.

Justificación

El interés en este tema surge de una creciente conciencia de la importancia de la salud mental y el bienestar emocional durante la adolescencia, un período crítico del desarrollo psicológico y social. El estudio del apego y el riesgo psicosocial proporciona una mejor comprensión de cómo estos factores influyen en el desarrollo de las habilidades emocionales y sociales de los jóvenes, así como en aspectos fundamentales de su funcionamiento y éxito como adultos.

La importancia de estudiar la atracción y los riesgos psicosociales entre los jóvenes es reconocida mundialmente, ya que estos factores tienen un impacto directo en el

desarrollo y el bienestar de un individuo a largo plazo. Investigaciones de todo el mundo muestran que el apego seguro puede servir como factor protector contra el desarrollo de problemas de salud mental y promover relaciones saludables. Por otro lado, la exposición a riesgos psicosociales como el acoso o el estrés académico se asocia con una serie de resultados negativos, incluidos los trastornos de ansiedad y la depresión (Marimón y otros, 2011).

La globalización ha aumentado la interconexión de las culturas y los sistemas educativos, lo que a su vez subraya la importancia de comprender cómo operan las variables psicosociales en diferentes contextos. Este conocimiento es esencial para desarrollar políticas y programas que sean culturalmente apropiados e internacionalmente efectivos. Al comprender las particularidades del apego y los riesgos psicosociales en diferentes contextos, los investigadores y profesionales pueden implementar estrategias que respeten y respondan a la diversidad cultural y social (Moya, 2015).

La adolescencia es un período de transición en el que los individuos son particularmente vulnerables a los problemas psicosociales. Investigar estos aspectos en el contexto educativo ecuatoriano es fundamental para identificar factores de riesgo y protectores que afectan directamente a los estudiantes (Varela J. y otros, 2020). Esto es particularmente importante dado que Ecuador ha experimentado cambios sociales y económicos significativos que pueden afectar la dinámica familiar y escolar y, por lo tanto, los patrones de apego y los riesgos psicosociales.

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

Desde una perspectiva de salud pública, comprender la relación entre el apego y el riesgo psicosocial es fundamental para desarrollar intervenciones preventivas y programas de apoyo para mejorar la salud mental de los jóvenes. Se trata de una gran ayuda para los sistemas sanitarios y educativos que tienen que hacer frente a las consecuencias de los problemas emocionales y de conducta de los jóvenes (Paja, 2021).

Esta investigación también es relevante para los formuladores de políticas y los educadores que necesitan una base sólida para formular y reformar las políticas de educación y salud. Al comprender las necesidades específicas de los jóvenes, se pueden desarrollar estrategias más efectivas para apoyar su desarrollo en un ambiente seguro y estimulante (González, 2022).

Esta investigación beneficiará a los profesionales de la psicología y la educación, quienes obtendrán una mejor comprensión de las complejidades del apego y los riesgos psicosociales. Esta comprensión les permitirá aplicar prácticas basadas en evidencia para fomentar relaciones positivas y un clima escolar saludable, que son elementos clave del éxito académico y personal de los estudiantes (Mercader, 2020).

Para las familias, especialmente los padres y cuidadores de adolescentes, esta investigación proporciona información valiosa sobre cómo sus interacciones afectan el desarrollo emocional y social de sus hijos. Esto permite a las familias participar más activamente en la vida educativa de sus hijos y buscar o construir redes de apoyo cuando

se identifican riesgos psicosociales (Benlloch, 2020).

Esta investigación es de gran valor para los propios jóvenes, quienes se benefician directamente de un entorno educativo que reconoce y satisface sus necesidades psicosociales y emocionales. Al mejorar la conciencia sobre estos temas, los jóvenes pueden recibir el apoyo que necesitan para gestionar los problemas de desarrollo de manera más eficaz (Andrei, 2020).

La investigación también es muy importante para la sociedad en su conjunto, porque promover el bienestar de los jóvenes ayuda a desarrollar adultos sanos, productivos y bien adaptados. Esto tiene un impacto a largo plazo en el crecimiento económico y la estabilidad social del país (González, 2022).

Este estudio tiene el potencial de hacer una contribución significativa y de proporcionar nuevos conocimientos y perspectivas sobre el apego y el riesgo psicosocial en entornos poco estudiados como Ecuador. Esto no sólo enriquece la literatura existente, sino que también sienta un precedente para futuras investigaciones que exploren estos temas en profundidad en diferentes contextos culturales y educativos (Leal, 2022).

Preguntas de la investigación

La interacción entre la participación juvenil y el riesgo psicosocial en el contexto educativo ecuatoriano ofrece importantes oportunidades para que la investigación comprenda y mejore el desarrollo social y emocional de este grupo. El apego, entendido como la relación emocional que se desarrolla entre un adolescente y su figura de referencia, puede tener un impacto

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

significativo en la capacidad de un adolescente para afrontar desafíos personales y académicos. Al mismo tiempo, los riesgos psicosociales como el estrés escolar y el acoso entre pares son factores ambientales que pueden dañar gravemente la salud mental y el rendimiento académico de los jóvenes.

A pesar de la importancia de estos factores, existe una clara falta de investigación en el contexto ecuatoriano que examine cómo estos factores interactúan y afectan a los jóvenes en las instituciones educativas. Esta brecha implica la necesidad de examinar en detalle no sólo cómo estos factores afectan a la juventud, sino también cómo el sistema de apego contribuye o amplifica el impacto de los riesgos psicosociales en la salud psicológica y académica.

Este estudio tiene como objetivo abordar estas dinámicas complejas y proporcionar una base sólida para que las escuelas desarrollen estrategias de intervención más efectivas, creando así un entorno más seguro y de mayor apoyo para el desarrollo y el aprendizaje de los jóvenes ecuatorianos. La importancia de esta investigación es su potencial para influir positivamente en el desarrollo de políticas educativas y programas de bienestar estudiantil que aborden las necesidades específicas de este grupo desfavorecido.

¿Cómo se relaciona el Apego con los Riesgos Psicosociales en Adolescentes de Unidad Educativa de la Parroquia de Conocoto?

¿Cuáles son los estilos de Apego que predominan en Adolescentes de Unidad Educativa de la Parroquia de Conocoto?

¿Qué Riesgos Psicosociales presentan los Adolescentes de Unidad Educativa de la Parroquia de Conocoto?

¿Qué relación existe entre los patrones de apego y los datos sociodemográficos (edad, sexo, nivel de estudio) de los Adolescentes de Unidad Educativa de la Parroquia de Conocoto?

Objetivos

Objetivo General

Determinar la relación existente entre el Apego y los Riesgos Psicosociales en los Adolescentes de una Unidad Educativa de la Parroquia de Conocoto.

Objetivos Específicos

- Describir los patrones de Apego de los Adolescentes de una Unidad Educativa de la Parroquia de Conocoto.
- Enumerar los Riesgos Psicosociales presentes en los Adolescentes de una Unidad Educativa de la Parroquia de Conocoto.
- Correlacionar los patrones de Apego y los datos sociodemográficos (edad, sexo, nivel de estudio) de los Adolescentes de una Unidad Educativa de la Parroquia de Conocoto.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Definición de Apego

El apego es un concepto básico en la psicología del desarrollo, propuesto por John Bowlby en los años cincuenta. El apego es el vínculo emocional que se desarrolla entre un niño y su cuidador.

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

Según Bowlby, la naturaleza de estos vínculos iniciales influye significativamente en el patrón de comportamiento interpersonal de un individuo a lo largo de su vida (Benlloch, 2020).

La colaboradora de Bowlby, Mary Ainsworth, amplió esto introduciendo el concepto de "base segura" y desarrollando un procedimiento llamado "Situaciones extrañas" para observar y clasificar los estilos de apego entre los niños y sus cuidadores. Ainsworth identificó tres tipos principales de apego: seguro, ansioso-evitante y ansioso-ambivalente. Más tarde, los investigadores añadieron un cuarto tipo, llamado apego desorganizado, para describir patrones de apego que no encajaban en las categorías anteriores (Galán, 2016).

La idea de apego seguro es la base de este marco teórico. Un niño con apego seguro explora el mundo con confianza porque sabe que tiene una base segura a la que regresar cuando sea necesario. Estos niños tienden a ser más resilientes y tener mejores habilidades sociales y emocionales, lo que les permite afrontar más eficazmente el estrés y la adversidad (Mónaco et al., 2021).

Por otro lado, los niños con apego ansioso o evitativo tienden a ser indiferentes hacia los cuidadores y pueden evitar activamente buscar consuelo en momentos de estrés (Rocha et al., 2019). Este comportamiento es a menudo el resultado del rechazo constante de las necesidades del niño por parte del cuidador, lo que resulta en una expresión emocional reducida y una tendencia hacia la autosuficiencia.

El apego ansioso-ambivalente se caracteriza por una intensa dependencia emocional del

Cuidador acompañada de una gran incertidumbre. Los niños con este estilo de apego muestran un comportamiento de búsqueda y resistencia al tacto y la comodidad. Esto a menudo refleja la inconsistencia del cuidador en su disponibilidad y capacidad de respuesta a las necesidades del niño (Retana & Sánchez, 2020).

El apego desorganizado aparece en niños que no muestran patrones claros de comportamiento hacia sus cuidadores. Esto puede estar relacionado con experiencias traumáticas o con las experiencias de los cuidadores que son fuente tanto de miedo como de consuelo. Los niños con este estilo de apego pueden exhibir comportamientos conflictivos y, a menudo, enfrentan mayores desafíos en el desarrollo emocional y social (Álvarez M., 2022).

La investigación moderna sobre el apego, dirigida por Alan Sroufe y Mary Main, entre otros, continúa explorando cómo estos patrones iniciales de interacción influyen en el desarrollo posterior. Estos estudios muestran que el apego afecta una amplia gama de resultados, incluida la salud mental, las relaciones y la capacidad de gestionar el estrés y los conflictos (Dávila & Solorzano, 2021).

2.2. Definición de Riesgos Psicosociales

Los riesgos psicosociales se refieren a aspectos de la planificación, organización y gestión del trabajo, así como a condiciones sociales y ambientales que pueden causar daños psicológicos, sociales o físicos. La definición de riesgo psicosocial cubre una amplia gama de cuestiones, que incluyen, entre otras, el estrés en el lugar de trabajo, la

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

violencia en el lugar de trabajo, el acoso o la intimidación y la sobrecarga de trabajo (Ordóñez et al., 2023).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo (EU-OSHA) proporcionan marcos y definiciones para comprender mejor estos riesgos, haciendo hincapié en factores como la falta de tiempo, la falta de control del trabajo, la inseguridad laboral, etc. afectan estos riesgos (Cabrera et al., 2022).

Desde una perspectiva psicológica, los riesgos psicosociales pueden provocar estrés crónico que, si no se gestiona adecuadamente, puede provocar trastornos psicológicos como la ansiedad y la depresión. Este estrés también puede afectar la salud física, aumentando el riesgo de enfermedades como hipertensión arterial, enfermedades cardíacas y trastornos del sueño (Patlán, 2019).

En las instituciones juveniles y educativas, los riesgos psicosociales pueden manifestarse como acoso, exigencias académicas excesivas, conflictos con pares o educadores y falta de apoyo social o emocional. Estos factores afectan no sólo su rendimiento académico sino también su desarrollo emocional y social.

2.3. Concepto de adolescencia

La adolescencia es una etapa crítica del desarrollo humano que marca la transición de la niñez a la edad adulta. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), esta etapa suele durar entre 10 y 19 años, pero los límites exactos pueden variar según los diferentes contextos culturales, sociales y biológicos. Durante la adolescencia, los

individuos experimentan cambios significativos en todos los niveles de la vida, incluido el desarrollo físico, psicológico y social (Borrás, 2014).

La adolescencia se caracteriza por la pubertad, un proceso que implica varios cambios físicos importantes, como crecimiento acelerado, desarrollo sexual y cambios hormonales. Estos cambios no sólo modifican la apariencia de un adolescente, sino que pueden afectar significativamente su comportamiento y salud emocional, ya que las fluctuaciones hormonales afectan su estado de ánimo y su percepción (Krauskopof, 1999).

Psicológicamente, la adolescencia es un período de considerable maduración cognitiva y emocional. Los adolescentes están empezando a desarrollar habilidades de pensamiento de orden superior, como el razonamiento abstracto y la capacidad de comprender y abordar conceptos más complejos. Esta etapa también es muy importante en la formación de la identidad, donde los jóvenes exploran diferentes roles y valores para construir una comprensión unificada de quiénes son (Mercader, 2020).

Socialmente, esta etapa se caracteriza por cambios en las relaciones con la familia y los compañeros. Los adolescentes tienden a buscar más independencia y autonomía, lo que puede generar conflictos con sus padres mientras luchan por definir sus propios límites y responsabilidades. Al mismo tiempo, las relaciones con sus pares se vuelven cada vez más importantes en sus vidas y desempeñan un papel crucial en la construcción de su autoestima y sentido de pertenencia social.

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

La educación durante la adolescencia es fundamental, ya que proporciona no sólo conocimientos académicos, sino también habilidades sociales y emocionales esenciales. La escuela es un entorno donde los jóvenes pueden interactuar con un grupo diverso de compañeros y adultos, enfrentar desafíos intelectuales y aprender a afrontar tanto el éxito como el fracaso, lo cual es esencial para su desarrollo personal (Pérez K., 2022).

La adolescencia es el período en el que los jóvenes comienzan a desarrollar sus orientaciones profesionales y laborales. Las decisiones educativas y profesionales que toman en esta etapa pueden tener un impacto significativo en su futuro, lo que resalta la importancia del asesoramiento y apoyo profesional para ayudarlos a identificar sus intereses y habilidades.

A nivel emocional, los adolescentes atraviesan montañas rusas emocionales debido a cambios hormonales y nuevas experiencias sociales. Aprender a gestionar estas emociones es importante y el apoyo de familiares, amigos y profesionales de la salud mental es esencial para ayudarles a desarrollar una buena salud emocional y resiliencia.

2.4. Orígenes y evolución de la teoría del apego

La teoría del apego es un marco conceptual en psicología que describe la importancia de los vínculos emocionales que se forman entre los niños y sus cuidadores. Esta teoría es fundamental para comprender cómo estas conexiones influyen en el desarrollo emocional, social y cognitivo de un individuo a lo largo de su vida. El origen y

desarrollo de la teoría del apego se atribuye principalmente a John Bowlby, un psiquiatra psicoanalista británico cuyas ideas cambiaron la forma en que entendemos las relaciones tempranas y su impacto en el bienestar y el comportamiento humanos (González, 2022).

John Bowlby comenzó a investigar la teoría del apego en las décadas de 1940 y 1950, inspirado por sus observaciones clínicas de niños separados de sus padres durante la Segunda Guerra Mundial. Bobby sugirió que desde una perspectiva biológica, el apego de los niños a sus cuidadores es un mecanismo de supervivencia. Creía que estos vínculos emocionales son esenciales para la seguridad, el desarrollo y la supervivencia de un niño (Salinas, 2013).

Al desarrollar su teoría, Bowlby influyó en varios campos de estudio, incluidos la etología, la psicología del desarrollo y el psicoanálisis. Los estudios de Konrad Lorenz sobre huellas de patos y gansos proporcionaron a Bowlby un ejemplo de cómo los patrones de comportamiento innatos desempeñan un papel central en la formación de vínculos entre los jóvenes y sus parientes.

Durante las siguientes décadas, la investigación sobre la teoría de la atracción se expandió significativamente.

Investigadores como Allan Schore y Peter Fonagy estudian cómo el apego afecta la neurobiología del cerebro en desarrollo y cómo los patrones de apego se internalizan y afectan las relaciones posteriores y la salud mental. Asimismo, exploran las implicaciones clínicas de la teoría y desarrollan terapias basadas en el apego para

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

una variedad de trastornos emocionales y conductuales (Wallin, 2012).

En los últimos años, la investigación sobre el apego ha seguido examinando la transmisión intergeneracional del apego y descubriendo cómo los estilos de apego de los padres influyen en el apego de los niños. Enfatiza la importancia de la intervención temprana en la vida de los niños para promover relaciones seguras y apoyar un desarrollo emocional saludable (Morán & Martínez, 2019).

El desarrollo de la teoría del apego desde sus orígenes hasta el presente ha cambiado nuestra comprensión de las relaciones humanas básicas. Su impacto se extiende más allá de la psicología infantil, influye en la práctica de la educación, la psiquiatría y la política social, y sigue siendo un área importante de investigación y aplicación clínica.

2.5. Tipos de apego

Propuestos originalmente por Mary Ainsworth en la década de 1970, los estilos de apego son categorías que describen la naturaleza de la relación entre los niños y sus cuidadores. Estas categorías se basan en observaciones de un experimento llamado "Situaciones extrañas", que analizó las reacciones de los niños al ser separados de sus cuidadores y luego reunirse con sus cuidadores. Ainsworth identificó originalmente tres tipos principales de apego: seguro, evitativo y ansioso/ambivalente. Un cuarto tipo, desorganizado/desorientado, se añadió posteriormente gracias a la investigación de Mary Main y Judith Solomon en los años 1980.

Tipo	Descripción
Apego Seguro	Los niños con apego seguro tienden a mostrar una clara preferencia por sus cuidadores sobre los extraños. Durante la Situación Extraña, estos niños se muestran molestos cuando el cuidador se va, pero se consuelan rápidamente al volver. Exhiben confianza en que sus cuidadores responderán a sus necesidades y están cómodos con la intimidad y la dependencia. Este tipo de apego se asocia con respuestas sensibles y consistentes por parte de los cuidadores a las necesidades del niño.
Apego evitativo	Los niños con un estilo de apego evitativo suelen evitar o ignorar al cuidador al regresar después de una ausencia. Estos niños parecen independientes y se muestran igualmente cómodos con los extraños que con sus cuidadores. Este estilo de apego puede desarrollarse como resultado de cuidadores que son

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

	emocionalmente distantes y rechazan las necesidades de dependencia del niño
Apego Ansioso/ Ambivalente	Los niños con un estilo de apego ansioso/ambivalente se muestran extremadamente angustiados durante la separación del cuidador y no se tranquilizan fácilmente al retorno de este. A menudo muestran comportamiento de búsqueda de atención combinado con resistencia al consuelo por parte del cuidador. Este tipo de apego puede surgir de interacciones con cuidadores inconsistentes en su disponibilidad y respuesta, lo que lleva a los niños a una hiperactivación de sus estrategias de apego
Apego Desorganizado/ Sesorientado	Este tipo de apego se observa en niños que no muestran un patrón claro de comportamiento de apego. Pueden exhibir comportamientos contradictorios, como acercarse al cuidador pero con la cabeza vuelta hacia otro lado,

	o pueden parecer aturridos o confusos. Este estilo se asocia con experiencias de miedo o trauma, y los cuidadores pueden ser a la vez fuentes de confort y miedo, lo que resulta en comportamientos desorganizados.
--	---

Adaptado de (Andrei, 2020)

Este tipo de apego desde la infancia afecta no sólo al desarrollo emocional y a las relaciones en la infancia, sino también a las relaciones en la edad adulta. Las investigaciones muestran que el estilo de apego de una persona puede tener un efecto duradero en sus relaciones con los demás, incluidos sus hijos, y mantener patrones de apego durante generaciones.

2.6. Tipos de riesgos psicosociales

En las instituciones educativas, los jóvenes enfrentan riesgos psicosociales que pueden afectar significativamente su salud mental y su rendimiento académico. Estos riesgos están relacionados con diversos aspectos del entorno escolar y las interacciones sociales que tienen lugar dentro de él. A continuación se detallan algunos de los principales tipos de riesgos psicosociales en esta situación:

Presión. Uno de los riesgos más comunes en el ámbito educativo es la alta demanda académica. Los adolescentes a menudo enfrentan presiones para obtener buenas calificaciones, competir por becas o cumplir con las expectativas de padres y profesores,

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

lo que puede llevar a estrés y ansiedad significativos

Acoso Escolar (Bullyng). El acoso entre compañeros es un grave problema en muchas escuelas y puede manifestarse tanto de manera física como psicológica, incluyendo ciberacoso. Este tipo de riesgo psicosocial afecta negativamente la autoestima del adolescente, su rendimiento escolar y su bienestar general (Azúa et al., 2020).

Conflictos con profesores o administradores. Las relaciones conflictivas con el personal de la escuela pueden contribuir a un ambiente estresante para los estudiantes. La falta de apoyo percibida o el trato injusto por parte de los educadores pueden desencadenar problemas emocionales y comportamentales (Morales A. , 2021).

Falta de apoyo social. La ausencia de una red de apoyo robusta, ya sea de amigos, familiares o maestros, puede dejar a los adolescentes sintiéndose aislados y desamparados, exacerbando otros riesgos psicosociales y afectando su capacidad para manejar el estrés (Narváez & Obando, 2021).

Transiciones escolares. Cambios significativos, como la transición de la escuela primaria a la secundaria, pueden ser periodos de alto riesgo psicosocial para los adolescentes. Estos cambios a menudo implican ajustes a nuevos entornos, expectativas y grupos sociales (Peñaloza, 2022).

Discriminación o estigmatización. Los estudiantes que enfrentan discriminación, ya sea por su raza, género, orientación sexual,

o discapacidad, están expuestos a mayores niveles de estrés psicosocial. Este tipo de ambiente puede afectar negativamente su salud mental y su participación escolar (Leal, 2022).

Inseguridad en el entorno escolar. La falta de seguridad física en la escuela, ya sea debido a la violencia, la delincuencia o condiciones de infraestructura deficientes, puede generar ansiedad y miedo, afectando la concentración y el aprendizaje del estudiante (Montero & Saltos, 2021).

Estos riesgos psicosociales requieren una atención cuidadosa por parte de las instituciones educativas y estrategias de intervención apropiadas para garantizar un entorno seguro y de apoyo en el que los jóvenes prosperen académica y emocionalmente.

2.7. Estrategias de mitigación de riesgospsicosociales.

Debido a su impacto significativo en la salud mental y física de los trabajadores, la mitigación de los riesgos psicosociales en el entorno laboral se ha convertido en un tema de creciente interés en la última década. Una variedad de factores que pueden afectar negativamente el bienestar de los empleados incluye el estrés laboral, la falta de apoyo social en el trabajo y las exigencias laborales excesivas, entre los riesgos psicosociales (Pérez, 2022). Para crear un entorno de trabajo saludable y productivo, es esencial implementar métodos efectivos para reducir estos riesgos.

La creación de políticas de trabajo flexibles es un método efectivo para reducir los riesgos psicosociales. Estas políticas dan a los empleados más control sobre sus

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

horarios de trabajo y les permiten equilibrar su vida personal y profesional. Las empresas pueden reducir significativamente el estrés y aumentar la satisfacción laboral al ofrecer opciones como el teletrabajo o horarios flexibles (Isla y Loro, 2020). Este método puede ayudar a los empleados a reducir la tensión entre sus responsabilidades laborales y personales, lo que aumenta la retención de talento y reduce las tasas de ausentismo.

El fortalecimiento de los sistemas de apoyo dentro de la organización es otra estrategia crucial. Esto incluye la creación de programas de mentoría y la mejora de las redes de apoyo entre compañeros, lo cual es esencial para promover un entorno laboral positivo y colaborativo. Los programas de mentoría ayudan a los empleados a navegar los desafíos laborales y personales, mientras que un sólido sistema de apoyo entre compañeros puede proporcionar una red de seguridad emocional y social que reduce el impacto del estrés laboral (Martínez, 2024).

La reducción de los riesgos psicosociales también depende de la educación en gestión del estrés y salud mental. Los empleados pueden gestionar efectivamente el estrés en el trabajo si participan en talleres y seminarios que enseñen métodos de manejo del estrés, como la meditación o la atención plena. Los pasos importantes para crear un entorno más inclusivo y comprensivo son la sensibilización sobre los problemas de salud mental y la desestigmatización de estos temas dentro de la empresa (Arista, 2022).

Por último, pero no menos importante, la evaluación continua y la retroalimentación son fundamentales para garantizar que los métodos utilizados para reducir los riesgos

psicosociales sean efectivos. Las empresas deben tener sistemas regulares para evaluar el ambiente laboral y obtener comentarios de los empleados sobre su bienestar y experiencia laboral. Este proceso ayuda a identificar áreas de mejora y fomenta una cultura de mejora constante para adaptarse a las necesidades cambiantes de los empleados.

2.8. Influencia del apego en la percepción y respuesta a los riesgos psicosociales.

El apego, que se define como la conexión emocional que se establece entre las personas desde la infancia, juega un papel importante en la forma en que las personas perciben y responden a los riesgos psicosociales en el lugar de trabajo. Según la teoría del apego de John Bowlby, las expectativas y el comportamiento en las relaciones posteriores, incluidas las profesionales, están influenciados por las experiencias tempranas de apego (Henites, 2020). Estas dinámicas de apego pueden tener un impacto en cómo los trabajadores manejan el estrés, se relacionan con sus colegas y superiores y abordan los desafíos laborales.

Los individuos que tienen un estilo de apego seguro tienden a tener una percepción más positiva de su entorno laboral. Para manejar eficazmente los riesgos psicosociales, se sienten cómodos buscando apoyo y expresando sus preocupaciones. Este estilo de apego ayuda a desarrollar una mayor resiliencia ante el estrés asociado con el trabajo y una mejor adaptación a las demandas cambiantes del trabajo (Azúa et al., 2020). Por otro lado, aquellos que tienen un estilo de apego ansioso o evitativo

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

pueden encontrar más dificultades para comunicarse y colaborar con sus colegas, lo que puede aumentar su percepción de los riesgos psicosociales y reducir su capacidad de respuesta efectiva.

La relación entre los empleados y sus supervisores se ve afectada por el apego. Los empleados que tienen un estilo de apego seguro suelen ver a sus supervisores como apoyo, lo que les permite enfrentar los desafíos laborales de manera más efectiva. Aquellos con estilos de apego inseguros, por otro lado, pueden pensar que las acciones de supervisión son críticas o amenazas, lo que puede empeorar su percepción de un entorno laboral hostil o estresante (Rebaza, 2021).

Además, la influencia del apego puede afectar la percepción de los riesgos psicosociales de una persona y el clima organizacional en general. Un entorno laboral que fomenta la seguridad emocional y el apoyo mutuo puede ayudar a los empleados a desarrollar hábitos de apego seguros, lo que mejora la capacidad general de la organización para gestionar y reducir los riesgos psicosociales (Meier, 2023). Este tipo de entorno fomenta la comunicación abierta y la resolución de problemas colaborativa, que son esenciales para una gestión efectiva del estrés y la prevención de conflictos.

Por lo tanto, reconocer y abordar las dinámicas de apego en el lugar de trabajo como parte de las estrategias para manejar los riesgos psicosociales es fundamental para las empresas. Una manera efectiva de mejorar los estilos de apego inseguros y promover un entorno laboral más resiliente y cohesivo es implementar programas de

desarrollo profesional y personal que incluyan capacitación en habilidades comunicativas y de relación (Borrás, 2014). De esta manera, la percepción positiva del entorno laboral se puede fomentar y la respuesta organizacional a los desafíos psicosociales se puede optimizar.

2.9. Rol de la escuela en el desarrollo del apego

La escuela juega un papel importante en el crecimiento del apego, especialmente durante los primeros años de la educación formal. Este papel va más allá de la instrucción académica y se enfoca en el desarrollo emocional y social de los estudiantes. Los patrones de apego de los niños pueden verse significativamente afectados por las interacciones que tienen con sus maestros y compañeros porque pasan mucho tiempo en la escuela (Martínez, 2024).

Los maestros, en particular, están en una posición única para modelar relaciones de apego seguro. Los maestros pueden convertirse en figuras de apego secundarias a través de un trato consistente y sensible a las necesidades académicas y emocionales de los estudiantes. Esta figura de apego en la escuela es fundamental, especialmente para los niños que pueden no tener experiencias de apego seguro en casa. Los maestros que brindan apoyo emocional constante y expectativas claras crean un entorno en el que los estudiantes se sienten apreciados y comprendidos (Varela J. et al., 2020).

El entorno escolar también ofrece a los niños numerosas oportunidades para desarrollar y mejorar sus habilidades sociales interactuando con sus compañeros. Estas

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

interacciones pueden ayudar o dificultar la creación de estilos de apego seguros. Los niños que participan en actividades grupales y cooperativas, por ejemplo, aprenden a confiar en otros, a negociar y a resolver conflictos, todas habilidades que contribuyen a un apego seguro (Álvarez y Saludas, 2022). Sin embargo, las situaciones de aislamiento o intimidación pueden conducir a estilos de apego inseguros, como el apego evitativo o ansioso.

La escuela también sirve como un puente entre el hogar y la sociedad en general, preparando a los estudiantes para relacionarse con personas en una variedad de contextos. La escuela puede reducir los efectos de las experiencias de apego negativas en el hogar al proporcionar un entorno organizado y seguro. Este soporte estructural no solo brinda apoyo emocional y regulación de la conducta, sino que también fomenta la resiliencia a través del refuerzo de las capacidades individuales del niño (Maurette, 2020).

Por último, pero no menos importante, es importante tener en cuenta el papel que juegan el plan de estudios y las políticas escolares en el apoyo al desarrollo del apego. Al enseñarles cómo manejar sus emociones y cómo relacionarse de manera efectiva con los demás, los programas que incorporan la educación socioemocional pueden mejorar significativamente la seguridad del apego de los estudiantes. Además, las políticas que fomentan la diversidad y la inclusión ayudan a crear un entorno de respeto y aceptación, que son esenciales para el desarrollo de relaciones de apego seguro (Rebaza, 2021).

2.10. Instrumentos para medir el apego en adolescentes

La Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés de 21 ítems, también conocida como DASS-21, es una herramienta ampliamente utilizada para evaluar los riesgos psicosociales en una variedad de poblaciones. Este dispositivo proporciona una medida precisa y confiable de la depresión, la ansiedad y el estrés que experimentan las personas en el trabajo y en otros entornos sociales. El DASS-21 permite a los investigadores y profesionales de la salud mental comprender mejor cómo los riesgos psicosociales afectan la salud emocional de las personas al identificar y cuantificar estos elementos (Carlos et al., 2023).

La escala consta de tres subescalas que evalúan la depresión, la ansiedad y el estrés por separado, lo que proporciona una visión detallada de los diversos aspectos del bienestar psicológico de una persona. Esta sección ayuda en la identificación de áreas específicas de vulnerabilidad y en la creación de intervenciones individualizadas para abordar los riesgos psicosociales que se han identificado. Además, DASS-21 es una herramienta adaptable que puede ser utilizada en una variedad de contextos, incluidos estudios de investigación y entornos laborales (Contreras et al., 2021).

El DASS-21 se administra rápidamente y fácilmente, lo que lo hace práctico para estudios epidemiológicos y clínicos. Utilizando una escala de respuesta de cuatro puntos que va desde "nunca" hasta "casi siempre", los participantes responden a una serie de preguntas que describen sus experiencias emocionales durante el período de tiempo especificado. Con esta estructura, es posible evaluar cuantitativamente los

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

síntomas psicológicos y compararlos con poblaciones de referencia (Güilgüiruca et al., 2023).

Es importante recordar que DASS-21 no proporciona un diagnóstico clínico definitivo, sino que es solo una herramienta de evaluación. Los hallazgos de la escala deben interpretarse teniendo en cuenta la historia clínica y las circunstancias particulares de cada individuo. Además, el DASS-21 no puede abarcar todos los aspectos pertinentes de los riesgos psicosociales, por lo que debe utilizarse en conjunto con otras medidas y métodos de evaluación para obtener una comprensión completa de la salud mental de un individuo o grupo (Orellana y Orellana, 2021).

El Cuestionario de Apego en la Infancia y la Adolescencia Revisado, también conocido como CAMIR, es una herramienta diseñada para evaluar el apego en adolescentes. Este instrumento se basa en la teoría del apego de Bowlby, así como en la investigación sobre la relación entre el desarrollo emocional posterior y la calidad del vínculo temprano. El CAMIR se ha convertido en un recurso esencial para investigadores y profesionales que buscan comprender las dinámicas de apego en la adolescencia y su impacto en la salud mental y el bienestar (Garrido et al., 2023).

El cuestionario aborda una variedad de aspectos del apego, incluida la percepción de los adolescentes sobre la disponibilidad y sensibilidad de sus figuras de apego, así como su capacidad para buscar apoyo en momentos de necesidad emocional. El CAMIR identifica tanto los patrones de apego seguros como inseguros a través de

una serie de preguntas cuidadosamente diseñadas (Morales y Almeida, 2022).

La adaptabilidad del CAMIR a diversas culturas y poblaciones es una de sus ventajas. El cuestionario se ha utilizado en estudios internacionales para investigar las variaciones en los patrones de apego entre diferentes grupos de adolescentes y ha sido validado en múltiples culturas. Esta adaptabilidad es fundamental para garantizar la validez y confiabilidad de las mediciones de apego en diversos contextos culturales (Vaca, 2022).

Además, el CAMIR proporciona una herramienta útil para la detección temprana de problemas de apego en la adolescencia, lo que permite a los profesionales de la salud mental intervenir de manera oportuna y brindar el apoyo necesario para promover un desarrollo emocional saludable. Identificar y tratar los problemas de apego en la adolescencia puede tener un impacto significativo en la salud mental a largo plazo en la capacidad de una persona para establecer relaciones interpersonales satisfactorias en el futuro.

2.11. Herramientas de evaluación de riesgos psicosociales.

La evaluación de los peligros psicosociales en el lugar de trabajo es una tarea complicada que requiere una variedad de herramientas y enfoques. El cuestionario de evaluación de riesgos psicosociales es una herramienta muy utilizada que permite a los empleadores identificar y medir una variedad de factores de riesgo, como el estrés laboral, la carga de trabajo, el apoyo social y el acoso psicológico. Estos cuestionarios suelen incluir preguntas

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

destinadas a evaluar cómo los empleados ven su entorno laboral y cómo afecta su salud y bienestar (Louzán, 2020).

Los grupos focales y las entrevistas estructuradas son herramientas útiles para evaluar los riesgos psicosociales en el lugar de trabajo. Estas técnicas permiten una exploración más profunda de los problemas particulares que enfrentan los empleados y pueden proporcionar información cualitativa valiosa sobre la naturaleza y la gravedad de los riesgos psicosociales. Los grupos focales y las entrevistas también animan a los empleados a participar activamente en el proceso de evaluación, lo que puede aumentar la validez y la aceptabilidad de las medidas tomadas para abordar los riesgos identificados (Vargas et al., 2022).

Las organizaciones están utilizando cada vez más la tecnología para evaluar y gestionar los riesgos psicosociales, además de las herramientas de evaluación convencionales. Las aplicaciones y plataformas en línea facilitan la recopilación de datos sobre el bienestar laboral y la detección de tendencias y patrones. Estas herramientas pueden incluir recursos para apoyo y autocuidado para los empleados, seguimiento del estrés y la salud mental y encuestas de satisfacción laboral periódicas.

Es importante destacar que la evaluación de riesgos psicosociales no es un proceso fijo; debe revisarse y actualizarse constantemente para adaptarse a los cambios en el entorno laboral y las necesidades de los empleados. Las organizaciones deben evaluar los riesgos psicosociales de manera proactiva y sistemática, con la participación de los empleados en todas las etapas del proceso y

el seguimiento regular de los resultados para asegurarse de que las medidas de prevención y control implementadas sean efectivas (Cedeño y Chávez, 2020).

Estas herramientas y enfoques combinados brindan a las organizaciones las herramientas necesarias para identificar, gestionar y reducir los riesgos psicosociales en el lugar de trabajo, lo que resulta en un entorno laboral seguro, saludable y productivo para todos los empleados.

2.12. Desafíos actuales en el estudio del apego y riesgos psicosociales.

Los problemas actuales en el estudio de los riesgos psicosociales y el apego reflejan la complejidad y el desarrollo de nuestra comprensión de estos temas. La necesidad de integrar enfoques multidisciplinarios para comprender plenamente la relación entre el apego y los riesgos psicosociales es uno de los desafíos principales. Esto implica combinar investigación psicológica con sociología, neurociencia y otros campos para obtener una comprensión más completa de cómo las experiencias de apego en la infancia y la adolescencia afectan la salud mental y el bienestar a lo largo de la vida (Espinosa J., 2024).

La necesidad de modificar las herramientas de evaluación de apego y riesgos psicosociales para adaptarlas a la diversidad cultural y contextual es otro desafío. Las experiencias de apego y los riesgos psicosociales pueden variar significativamente entre diferentes grupos de personas y comunidades, lo que requiere una sensibilidad cultural para medir y evaluar estos conceptos. Esto implica no solo traducir y adaptar herramientas

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

existentes, sino también crear nuevas formas de evaluar el apego y los riesgos psicosociales que sean culturalmente pertinentes y sensibles (Galán, 2016).

Además, los avances tecnológicos y la globalización han presentado nuevos obstáculos para la investigación del apego y los peligros psicosociales. La naturaleza de las relaciones humanas está siendo transformada por las redes sociales, la tecnología digital y la conectividad en línea, que pueden tener un impacto significativo en la formación del apego y la exposición a riesgos psicosociales. Para comprender cómo estas nuevas formas de interacción social influyen en el desarrollo del apego y la salud mental, los investigadores deben estar atentos a estos cambios y adaptar sus metodologías de investigación (Maurette, 2020).

Finalmente, la atención a la salud mental y el bienestar emocional está ganando cada vez más importancia en la sociedad moderna, lo que resalta la importancia de abordar de manera más efectiva los riesgos psicosociales. El desarrollo de intervenciones preventivas y terapéuticas basadas en evidencia que aborden los factores de riesgo psicosocial y fomenten relaciones de apego seguras y saludables es un desafío para los investigadores y profesionales de la salud mental (Louzán, 2020).

Esto requiere que investigadores, profesionales de la salud y responsables políticos trabajen juntos para desarrollar políticas y programas que aborden de manera integral los riesgos psicosociales en diferentes contextos y poblaciones. Estos obstáculos hacen que sea necesario

continuar investigando y aplicando la investigación sobre el apego y los riesgos psicosociales para mejorar la salud y el bienestar de las personas en todo el mundo.

3. MARCO METODOLÓGICO.

Cualquier estudio de investigación requiere un marco metodológico, ya que proporciona la estructura necesaria para recopilar, analizar e interpretar datos de manera sistemática. Este marco se establece en función del tipo de investigación que se pretende llevar a cabo, ya sea cualitativo, cuantitativo o mixto. El tipo de pregunta de investigación y los objetivos específicos del estudio también tienen un impacto significativo en la configuración del marco (Arias y Covinos, 2021).

Por ejemplo, la metodología cuantitativa se centra en la recopilación de datos cuantificables que se pueden utilizar para formular hechos y descubrir patrones de investigación. Para medir y evaluar los datos, esta metodología utiliza herramientas estadísticas. Las encuestas, los cuestionarios y otras técnicas que permiten la recopilación de grandes cantidades de datos numerables son métodos comunes. Por otro lado, la investigación cualitativa se concentra más en comprender las experiencias humanas y los significados que les asignan. Para obtener datos que son ricos en contexto y detalle, pero difíciles de cuantificar, utiliza técnicas como entrevistas profundas, grupos focales y observación participante (Reyes, 2022).

El marco metodológico también incluye la selección de la muestra y la población. Mientras que la población se refiere al grupo completo de personas a las que se dirige el estudio, la muestra es un subconjunto de la

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

población que se analiza para extraer conclusiones sobre el grupo más grande. Para garantizar que los datos sean representativos y minimizar el sesgo, los métodos de muestreo deben ser elegidos cuidadosamente. El muestreo puede ser probabilístico, lo que significa que cada miembro de la población tiene una probabilidad de ser seleccionado, o no probabilístico, lo que significa que no sigue un proceso de selección basado en la probabilidad (Medina et al., 2023).

Finalmente, el análisis de datos es un paso crucial en el que se pueden sacar conclusiones significativas a partir de datos sin procesar. En el campo de la investigación cuantitativa, esto podría incluir el uso del análisis estadístico para validar teorías y probar hipótesis. La metodología cualitativa generalmente utiliza un análisis más interpretativo que busca patrones, temas y relaciones en los datos. Este proceso es iterativo y puede requerir que el investigador vuelva a los datos varias veces para asegurarse de que comprenda el material de manera completa.

Población y muestra:

La investigación se llevará a cabo en una Unidad Educativa Fiscal que se encuentra en la Parroquia de Conocoto, en la ciudad de Quito. La población objetivo será de 150 estudiantes de 17 a 18 años. Para seleccionar a los participantes, se utilizará un muestreo probabilístico de tipo intencional, lo que significa que los participantes serán seleccionados deliberadamente debido a su accesibilidad y relevancia para el estudio.

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión:

- Ser adolescente con una edad oscilante entre los 14 a 19 años
- Pertenecer a la Unidad Educativa Fiscal en la parroquia de Conocoto, Quito.
- Mediante la firma del consentimiento informado por parte de los padres de familia de los estudiantes menores de edad para la participación en el estudio.

Criterios de exclusión:

- No presenten un diagnóstico psicológico relacionado al tema.
- Consumen sustancias
- Estar fuera del rango etario.
- No pertenecer a la unidad educativa

Identificar a los estudiantes que cumplan con los requisitos de edad y pertenencia a la Unidad Educativa Fiscal de Conocoto será parte del proceso de construcción muestral. Para obtener la autorización de los representantes legales de los estudiantes para participar en el estudio, se enviará un consentimiento informado a ellos. Se utilizarán dos instrumentos de medición: DASS-21 para evaluar los riesgos psicosociales y CAMIR para evaluar el apego en adolescentes una vez que se obtenga la aprobación (Contreras et al., 2021).

La plataforma Google Forms se utilizará para aplicar los instrumentos, lo que permitirá a los participantes completar los cuestionarios de manera electrónica y anónima. Además de proporcionar instrucciones detalladas sobre cómo acceder y completar los instrumentos, se establecerá

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

un período de tiempo específico para su cumplimentación. En todo momento, se protegerá la privacidad y la confidencialidad de los datos de los participantes, asegurándose de que la información recopilada solo se utilice para la investigación (da Costa et al., 2020).

El estudio se llevará a cabo en la Unidad Educativa Fiscal de la Parroquia de Conocoto, en Quito. Este es un entorno relevante y significativo para investigar los riesgos psicosociales y el apego en adolescentes. Esta ubicación específica permite investigar cómo los factores socioeconómicos, culturales y educativos pueden influir en el desarrollo del apego y la percepción de los riesgos psicosociales en los estudiantes de esta comunidad.

La investigación utilizó un método de muestreo no probabilístico para seleccionar la muestra de participantes. En lugar de utilizar un proceso aleatorio, este método se basa en criterios específicos que guían la selección de personas. Se consideró que un muestreo no probabilístico era más práctico y factible para alcanzar los objetivos de la investigación debido a la naturaleza del estudio, así como a las limitaciones de tiempo y recursos (Hernández, 2021).

Dado que no implica asignar probabilidades de selección a cada elemento de la población, la fórmula del muestreo no probabilístico intencional no se calcula de la misma manera que un muestreo probabilístico. Por otro lado, el muestreo no probabilístico intencional se basa en la elección deliberada de elementos de muestra según criterios específicos y su

disponibilidad. Como resultado, no existe una fórmula matemática para determinar el tamaño de la muestra en un muestreo no probabilístico intencional (Piedra y Manqueros, 2021).

El investigador decide el tamaño de la muestra en lugar de una fórmula basándose en los objetivos de la investigación, los recursos disponibles y la representatividad deseada. Tomar decisiones conscientes sobre qué personas incluir en una muestra intencional depende de su relevancia para la investigación y su accesibilidad.

El proceso de selección de la muestra se basó en criterios previamente establecidos que eran relevantes para el estudio. Se optó por enfocarse en estudiantes de una Unidad Educativa Fiscal ubicada en la Parroquia de Conocoto, Quito, de edades entre los 17 y 18 años en este caso. Estos criterios se seleccionaron porque eran apropiados para el tema de la investigación, que se centra en evaluar los riesgos psicosociales y el apego en adolescentes. El muestreo no probabilístico tiene sus ventajas, pero también tiene sus desventajas.

Por ejemplo, Chacón *et al.* (2022) define que la generalización de los hallazgos podría verse afectada si la muestra seleccionada no es completamente representativa de la población objetivo. Dadas las circunstancias específicas del estudio y los recursos disponibles, sin embargo, se consideró que las ventajas del uso de un método de muestreo no probabilístico superaban las desventajas.

Se seleccionarán participantes mediante el muestreo expuesto, permitiendo que

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

representen adecuadamente la diversidad de la población estudiantil en términos de género, nivel socioeconómico y rendimiento académico. Esto permitirá obtener una muestra más representativa y heterogénea, lo que enriquecerá los resultados del estudio y brindará una comprensión más completa de los factores que influyen en el apego y los riesgos psicosociales en esta población particular (Mucha y Lora, 2021).

Para garantizar el cumplimiento ético y legal en la realización del estudio, el procedimiento de construcción muestral también requerirá colaboración con las autoridades educativas y los representantes legales de los estudiantes. Se establecerá una comunicación clara y transparente con todos los involucrados, proporcionando información detallada sobre los objetivos del estudio, los procedimientos de participación y los derechos de los participantes.

Producción de datos:

Una vez completados los formularios, el siguiente paso es enviar el consentimiento informado a los representantes legales de los estudiantes. El consentimiento informado debe incluir información detallada sobre los objetivos de la investigación, los pasos a seguir y los riesgos y beneficios de participar en el estudio. La confidencialidad de los datos recopilados también debe abordarse en este documento. Dependiendo de la institución educativa y los procedimientos establecidos, el consentimiento informado puede ser enviado a los representantes legales a través de correo electrónico o en persona (Hernández, 2021).

Se pueden aplicar los instrumentos a los estudiantes una vez que se haya obtenido la autorización de los representantes legales. Los estudiantes seleccionados deben recibir formularios de Google Forms junto con instrucciones claras sobre cómo completarlos y el plazo para completarlos. Es crucial supervisar el proceso de recopilación de datos para garantizar que todos los estudiantes completen los formularios correctamente y dentro del plazo establecido, lo que garantizará que los datos recopilados sean inofensivos (Arias y Covinos, 2021).

Se descargan los datos recopilados desde Google Forms en un formato de hoja de cálculo, como Google Sheets, una vez que termina el período de recopilación de datos. Antes de comenzar el análisis estadístico, es fundamental verificar la integridad de los datos y realizar cualquier corrección necesaria. Los datos recopilados se analizan y utilizan técnicas estadísticas apropiadas para examinar las respuestas de los estudiantes en relación con los riesgos psicosociales y el apego adolescente.

Después de obtener los resultados del análisis estadístico, se inicia la interpretación. Se llegan a conclusiones sobre los niveles de riesgos psicosociales y el apego en una muestra específica de estudiantes, lo que ayuda a comprender mejor la dinámica psicosocial en el contexto educativo. Finalmente, un informe final detallado describe todo el proceso de investigación, desde el diseño del estudio hasta la interpretación de los hallazgos. Este informe se presenta en el formato adecuado para su evaluación y difusión dentro de la comunidad académica y científica, ya sea un

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

informe escrito, una presentación oral, un artículo científico u otro formato apropiado.

Análisis de datos:

Para comenzar con el análisis de datos, es esencial preparar adecuadamente los datos recopilados de los formularios de Google Forms. Después de descargar los datos en un formato de hoja de cálculo, como Google Sheets, se realiza una revisión inicial para asegurarse de que estén bien codificados y corregir cualquier error de entrada. Luego, la información se organiza en columnas según las variables relevantes para el análisis, lo que facilita la interpretación de los datos.

Para comenzar el análisis, se importan los datos a un documento de Word. Se inserta una hoja de cálculo de Microsoft Excel en el documento utilizando la función Objeto en la pestaña Insertar de Word, lo que proporciona un entorno adecuado para realizar el análisis estadístico. Luego se realiza un análisis exploratorio de los datos utilizando las herramientas de Excel. Para obtener una comprensión inicial de la distribución y tendencia de los datos, se requieren tablas dinámicas, gráficos y estadísticas descriptivas.

Después de terminar el análisis exploratorio inicial, se lleva a cabo un análisis estadístico más exhaustivo utilizando la herramienta Pasteles para análisis de datos de Microsoft Excel. Se seleccionan los datos adecuados y se seleccionan las herramientas de Pastel para realizar los análisis estadísticos necesarios para la investigación, como pruebas de correlación, análisis de varianza (ANOVA) u otras técnicas específicas según sea necesario. Se ajustan los parámetros

según las características de los datos durante este proceso y se revisan los resultados (Gámez et al., 2020).

Después de terminar el análisis estadístico, es hora de interpretar los resultados. Los resultados estadísticos se examinan cuidadosamente y se llegan a conclusiones significativas sobre los objetivos de la investigación. Es fundamental prestar atención a las diferencias importantes entre grupos, las correlaciones pertinentes y cualquier otra tendencia notable que se descubra durante el análisis. La interpretación de los hallazgos da información útil que ayuda a comprender mejor los fenómenos investigados y a encontrar respuestas a las preguntas de investigación.

Finalmente, el análisis de datos se presenta en un documento de Word de manera fácil de entender. Durante el proceso de análisis estadístico, se generan gráficos y tablas, que se insertan utilizando herramientas de formato, lo que ayuda a visualizar los resultados de manera efectiva. Además, se discute la relevancia de los hallazgos en el contexto de la investigación y se destacan sus implicaciones para la teoría y la práctica. El documento final proporciona una comprensión completa de los resultados del estudio y ayuda a avanzar en la comprensión del campo de estudio.

4. RESULTADOS

Tras la aplicación de los diferentes test de interés los resultados en base al DASS 21, reflejan que:

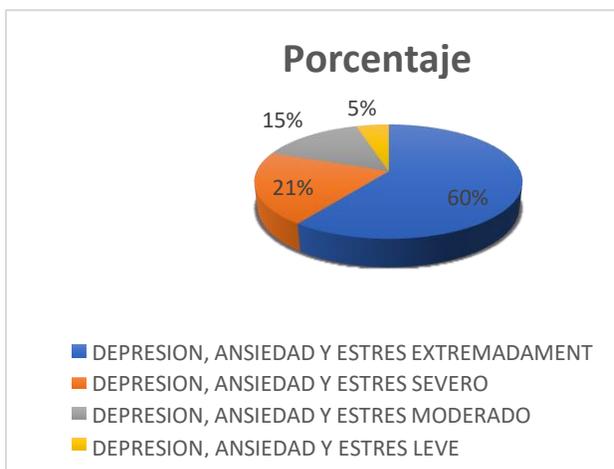
Tabla 1. Riesgos psicosociales: depresión y ansiedad

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

Riesgos Psicosociales	Población	Porcentaje
DEPRESION, ANSIEDAD Y ESTRES EXTREMADAMENTE SEVERO	90	60%
DEPRESION, ANSIEDAD Y ESTRES SEVERO	31	21%
DEPRESION, ANSIEDAD Y ESTRES MODERADO	22	15%
DEPRESION, ANSIEDAD Y ESTRES LEVE	7	5%
TOTAL	150	100%

Nota: Elaboración propia

Gráfico 1: Riesgos Psicosociales



Nota: Elaboración propia

Análisis:

El gráfico expuesto exhibe la distribución porcentual de los niveles de depresión, ansiedad y estrés en una muestra de 150 individuos. De acuerdo con los datos recopilados, la mayoría significativa del grupo analizado, es decir, el 60% de los

individuos, experimenta síntomas extremadamente severos. El dato es preocupante, puesto que señala que más del 50% de la población muestra un estado crítico de salud mental, lo que evidencia la necesidad de intervenciones urgentes para reducir estos altos niveles de malestar psicológico.

El 21% de la población muestra síntomas severos de depresión, ansiedad y estrés en un nivel de severidad secundario. Este porcentaje es significativo, lo que indica que una proporción considerable de la población se encuentra en una situación de vulnerabilidad. Esta situación podría agravarse si no se implementan medidas apropiadas de prevención y tratamiento. La combinación de ambos conjuntos de datos indica que el 81% de la población está experimentando niveles elevados de estrés y malestar psicológico. Esta situación podría tener consecuencias significativas en el bienestar general y en la capacidad de llevar a cabo las actividades diarias de las personas.

En última instancia, el 15% de la población experimenta niveles moderados de depresión, mientras que el 5% experimenta niveles leves de ansiedad y estrés. A pesar de ser inferiores a los niveles severos y extremadamente severos, estos porcentajes no deben ser subestimados. Las personas en estas categorías aún necesitan recibir atención y apoyo para evitar el deterioro de su salud mental. En su totalidad, el gráfico resalta la importancia de aplicar estrategias completas de salud mental para tratar la

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

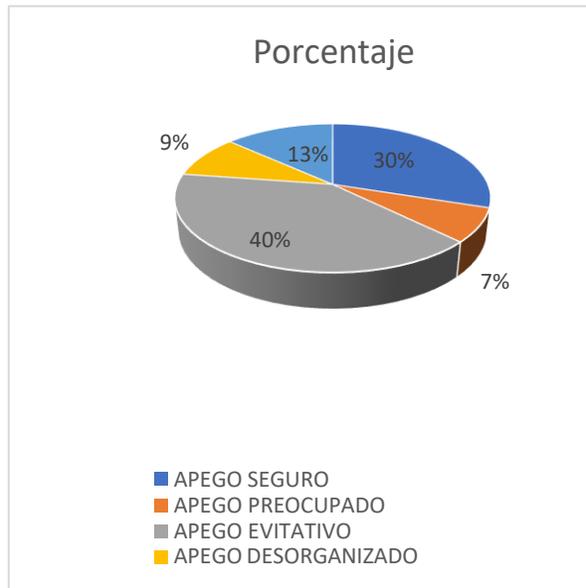
gama entera de gravedad de estos síntomas en la población analizada.

Tabla 2: Tipos de apego

Tipo de apego	Población <u>n</u>	Porcentaje <u>s</u>
Apego seguro	45	30%
Apego preocupado	11	7%
Apego evitativo	60	40%
Apego Desorganizado	14	9%
Apego evitativo o ambivalente	20	13%
TOTAL	<u>150</u>	<u>100%</u>

Nota: Elaboración propia

Gráfico 2: tipos de apego



Nota: Elaboración propia

Análisis:

El gráfico proporcionado muestra la distribución de los diferentes tipos de apego dentro de una muestra de 150 individuos. Se ha observado que el estilo de apego evitativo

es el más común en la muestra estudiada, abarcando el 40% de la población analizada. El apego de tipo evitativo se define por la inclinación a eludir la cercanía y la dependencia emocional, aspectos que pueden incidir significativamente en las relaciones interpersonales y en la habilidad para establecer lazos afectivos saludables.

Por otra parte, el apego seguro representa el 30% de la muestra. Las personas con este tipo de apego muestran una mayor confianza en sí mismas y en los demás, lo que se refleja en su capacidad equilibrada para manejar sus emociones y establecer relaciones interpersonales estables y satisfactorias. La alta prevalencia del apego seguro en este grupo demuestra un buen estado de salud emocional y relaciones interpersonales en una parte importante de los individuos analizados.

El 7% de la población presenta un tipo de apego preocupado, mientras que el 9% muestra un tipo de apego desorganizado. El apego preocupado se relaciona con la ansiedad y la inseguridad en las relaciones interpersonales, a diferencia del apego desorganizado que se define por la confusión y la incoherencia en la conducta relacional. El apego evitativo o ambivalente, que afecta al 13% de la población, se caracteriza por la presencia de una combinación de tendencias evasivas y preocupadas. En su totalidad, estos datos resaltan la variedad en los patrones de apego y la importancia de atender las diversas necesidades emocionales y relacionales presentes en la población objeto de estudio.

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

Correlación de los datos obtenidos

Correlación ansiedad, estrés y depresión con la edad de los estudiantes

Tabla . Correlacion ansiedad, estrés y depresión con la edad de los estudiantes

Correlaciones		Depr esion	Es tre s	Ansi eda d	Edad codif i
Depr esion	Corre lació n de Pears on	1	,87 2**	,829 **	,032
	Sig. (bilat eral)		,00 0	,000	,695
	N	150	15 0	150	150
Estr es	Corre lació n de Pears on	,872* *	1	,916 **	,042
	Sig. (bilat eral)	,000		,000	,611
	N	150	15 0	150	150
Ansi edad	Corre lació n de Pears on	,829* *	,91 6**	1	,040
	Sig. (bilat eral)	,000	,00 0		,625
	N	150	15 0	150	150
Eda d	Corre lació n de Pears on	,032	,04 2	,040	1

Sig. (bilat eral)	,695	,61 1	,625	
N	150	15 0	150	150

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

El análisis de la relación entre la edad de los estudiantes y los constructos de ansiedad, estrés y depresión revela información interesante. La correlación de Pearson entre la edad y la depresión es de 0,032, lo que indica una relación muy débil y no significativa, dado que la significancia bilateral es 0,695, muy por encima del umbral convencional de 0,05. Esto sugiere que la edad no tiene un impacto notable en los niveles de depresión de los estudiantes.

En cuanto a la relación entre la edad y el estrés, la correlación de Pearson es de 0,042, igualmente débil y sin significancia estadística, ya que la significancia bilateral es 0,611. Esto implica que la edad no está significativamente relacionada con los niveles de estrés en esta muestra de estudiantes.

Finalmente, la correlación entre la edad y la ansiedad es de 0,040, lo que también representa una relación muy débil y no significativa, con una significancia bilateral de 0,625. Este resultado indica que la edad no influye significativamente en los niveles de ansiedad de los estudiantes.

En resumen, no se observa una correlación significativa entre la edad de los estudiantes y los constructos de ansiedad, estrés y depresión. Estos hallazgos sugieren que, en esta muestra específica, la edad no es un factor determinante en la variabilidad de

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

estos tres estados emocionales. Es probable que otros factores, más allá de la edad, jueguen un papel más importante en la influencia de la ansiedad, el estrés y la depresión en los estudiantes.

Correlación ansiedad, estrés y depresión con el sexo de los estudiantes

Correlaciones		Depresión	Estres	Ansiedad	sexo codificado
Depresión	Correlación de Pearson	1	,872**	,829**	,123
	Sig. (bilateral)		,000	,000	,134
	N	150	15	150	150
Estres	Correlación de Pearson	,872*	1	,916**	,246*
	Sig. (bilateral)	,000		,000	,002
	N	150	15	150	150
Ansiedad	Correlación de Pearson	,829*	,916**	1	,245*
	Sig. (bilateral)	,000	,000		,003

	N	150	15	150	150
sexo codificado	Correlación de Pearson	,123	,246**	,245**	1
	Sig. (bilateral)	,134	,002	,003	
	N	150	15	150	150

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

El análisis de la relación entre el sexo de los estudiantes y los constructos de ansiedad, estrés y depresión proporciona hallazgos importantes.

La correlación de Pearson entre el sexo codificado y la depresión es 0,123, lo que indica una relación muy débil y no significativa, dado que la significancia bilateral es 0,134, por encima del nivel de significancia convencional de 0,05. Esto sugiere que el sexo no tiene un impacto significativo en los niveles de depresión de los estudiantes.

En contraste, la relación entre el sexo y el estrés muestra una correlación de Pearson de 0,246, lo que indica una relación débil pero significativa, ya que la significancia bilateral es 0,002, menor al umbral de 0,01. Esto implica que el sexo de los estudiantes está relacionado de manera significativa con sus niveles de estrés.

Finalmente, la correlación entre el sexo y la ansiedad es de 0,245, también una relación débil pero significativa, con una significancia bilateral de 0,003. Este resultado indica que el sexo tiene una influencia significativa en los niveles de ansiedad de los estudiantes.

En resumen, mientras que no se observa una correlación significativa entre el sexo y la

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

depresión, sí se encuentran relaciones significativas entre el sexo y los niveles de estrés y ansiedad en los estudiantes. Estos hallazgos sugieren que el sexo es un factor relevante en la variabilidad de los niveles de estrés y ansiedad, aunque no en la depresión, destacando la necesidad de considerar el sexo al abordar estos dos estados emocionales en esta población.

Correlación ansiedad, estrés y depresión con el nivel de estudios de los estudiantes

Correlaciones		Depresion	Estres	Ansiedad	Nivel de estudio
Depresion	Correlación de Pears on	1	,872**	,829*	-,067
	Sig. (bilateral)		,000	,000	,415
	N	150	15	150	150
Estres	Correlación de Pears on	,872**	1	,916*	-,067
	Sig. (bilateral)	,000		,000	,415
	N	150	15	150	150

Ansiedad	Correlación de Pears on	,829**	,916**	1	-,082
	Sig. (bilateral)	,000	,000		,317
	N	150	15	150	150
Nivel de estudio	Correlación de Pears on	-,067	-,067	-,082	1
	Sig. (bilateral)	,415	,415	,317	
	N	150	15	150	150

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

El análisis de la relación entre el nivel de estudio de los estudiantes y los constructos de ansiedad, estrés y depresión revela varios puntos clave. La correlación de Pearson entre el nivel de estudio codificado y la depresión es -0,067, indicando una relación negativa muy débil y no significativa, con una significancia bilateral de 0,415. Esto sugiere que el nivel de estudio no tiene un impacto significativo en los niveles de depresión de los estudiantes.

En cuanto a la relación entre el nivel de estudio y el estrés, la correlación de Pearson también es -0,067, de igual magnitud y no significativa, ya que la significancia bilaterales 0,415. Esto implica que no hay una relación significativa entre el nivel de estudio y los niveles de estrés en esta muestra de estudiantes.

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

Finalmente, la correlación entre el nivel de estudio y la ansiedad es $-0,082$, lo que nuevamente indica una relación negativa muy débil y no significativa, con una significancia bilateral de $0,317$. Este resultado muestra que el nivel de estudio no influye significativamente en los niveles de ansiedad de los estudiantes.

En resumen, no se observa una correlación significativa entre el nivel de estudio de los estudiantes y los constructos de ansiedad, estrés y depresión. Estos hallazgos sugieren que el nivel de estudio no es un factor determinante en la variabilidad de estos tres estados emocionales en esta muestra específica. Por lo tanto, otros factores deben ser considerados para entender mejor los niveles de ansiedad, estrés y depresión en los estudiantes.

Correlación de las características demográficas con los riesgos psicosociales y los patrones de apego

Tabla . Correlación entre las características sociodemográficas (edad) y los riesgos psicosociales.

Correlaciones			
		Edadco difi	Riesgo Psicoló gico
Edadco difi	Correlac ión de Pearson	1	,040
	Sig. (bilatera l)		,624
	N	150	150
Riesgo Psicoló gico	Correlac ión de Pearson	,040	1

Sig. (bilatera l)	,624		
N	150	150	

*Nota: **.* La correlación es significativa en el nivel $0,01$ (bilateral)..

El análisis de los resultados muestra que la correlación de Pearson entre la edad de los adolescentes (codificada como Edadcodifi) y los riesgos psicológicos a los que están expuestos es $0,040$. Este valor indica una relación positiva muy débil entre la edad de los adolescentes y los riesgos psicológicos. Además, la significancia bilateral (p-valor) asociada a esta correlación es $0,624$, lo cual es mayor al nivel de significancia comúnmente utilizado ($0,05$). Esto sugiere que no hay una relación estadísticamente significativa entre la edad de los adolescentes y sus riesgos psicológicos.

Por otro lado, ambos análisis de correlación se realizaron con una muestra de 150 participantes, lo que indica un tamaño muestral adecuado para obtener resultados fiables en este contexto específico. Sin embargo, los resultados del análisis de correlación muestran que la edad de los adolescentes no está significativamente relacionada con los riesgos psicológicos que enfrentan. Este hallazgo sugiere que otros factores pueden ser más influyentes en la determinación de los riesgos psicológicos en esta población específica.

En conclusión, la falta de una correlación significativa entre la edad y los riesgos psicológicos resalta la necesidad de considerar otras variables sociodemográficas y factores de contexto que puedan estar afectando a los adolescentes en la unidad educativa de Conocoto, Quito. Esto permitirá obtener una visión más completa y precisa de los

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

factores que inciden en los riesgos psicológicos de los adolescentes.

Tabla . Correlacion entre las características sociodemográficas (sexo) y los riesgos psicosociales.

Correlaciones			
		Riesgo Psicológico	sexo codificado
Riesgo Psicológico	Correlación de Pearson	1	,221**
	Sig. (bilateral)		,007
	N	150	150
	sexo codificado	Correlación de Pearson	,221**
	Sig. (bilateral)	,007	
	N	150	150

****.** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En el análisis de la correlación entre el sexo codificado y los riesgos psicológicos de los adolescentes, se encontró una correlación de Pearson de 0,221. Este resultado indica una relación positiva débil entre el sexo de los adolescentes y sus riesgos psicológicos, pero a diferencia del análisis anterior, esta correlación es estadísticamente significativa. La significancia bilateral asociada a esta correlación es 0,007, que es menor al nivel de significancia de 0,01, confirmando que la relación entre el sexo y los riesgos psicológicos es significativa.

La muestra utilizada para este análisis fue de 150 participantes, lo que refuerza la fiabilidad de los resultados obtenidos. La significancia de la correlación sugiere que el sexo de los adolescentes tiene un impacto en los riesgos psicológicos que experimentan.

Estos resultados indican que es crucial considerar el sexo como un factor relevante al evaluar y abordar los riesgos psicológicos en los adolescentes. La significancia de esta correlación destaca la necesidad de diseñar intervenciones específicas que tengan en cuenta las diferencias de sexo para abordar de manera más efectiva los riesgos psicológicos en esta población. En resumen, el sexo de los adolescentes es un factor que influye significativamente en los riesgos psicológicos que enfrentan, y este hallazgo debe ser considerado en futuros estudios y estrategias de intervención.

Tabla . Correlacion entre las características sociodemográficas (nivel de estudio) y los riesgos psicosociales.

Correlaciones			
		Riesgo Psicológico	Nivel de estudio codificado
Riesgo Psicológico	Correlación de Pearson	1	-,075
	Sig. (bilateral)		,361
	N	150	150
	Nivel de estudio codificado	Correlación de Pearson	-,075
	Sig. (bilateral)	,361	
	N	150	150

El análisis de la correlación entre el nivel de estudio codificado y los riesgos psicológicos de los adolescentes revela una correlación de Pearson de -0,075. Este valor sugiere una relación negativa muy débil entre el nivel de

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

estudio de los adolescentes y los riesgos psicológicos que enfrentan. La significancia bilateral asociada a esta correlación es 0,361, lo cual supera el nivel de significancia comúnmente aceptado (0,05), indicando que no hay una relación estadísticamente significativa entre estas variables.

La muestra utilizada para este análisis consistió en 150 participantes, lo que asegura un tamaño muestral adecuado para la fiabilidad de los resultados. A pesar de la falta de significancia estadística en esta correlación, es importante destacar que el nivel de estudio no parece ser un factor determinante en los riesgos psicológicos de los adolescentes en este contexto específico.

Dado que la relación entre el nivel de estudio y los riesgos psicológicos no es significativa, es probable que otros factores, tanto internos como externos al entorno educativo, puedan tener una mayor influencia en los riesgos psicológicos de los adolescentes. Este hallazgo sugiere la necesidad de explorar otros posibles determinantes y considerar una variedad de factores que podrían estar afectando el bienestar psicológico de los estudiantes en la unidad educativa de Conocoto, Quito

Tabla . Correlacion entre las características sociodemográficas (edad) y los patrones de apego

Correlaciones		
	PATRO NES DE APEGO	Edad codificada
PATRO NES DE APEGO	Correlación de Pearson	1
	Sig. (bilateral)	,032
		,702

	N	150	150
Edad codificada	Correlación de Pearson	,032	1
	Sig. (bilateral)	,702	
	N	150	150

Tabla 7. Correlacion entre las características sociodemográficas (sexo) y los patrones de apego

Correlaciones			
	PATRO NES DE APEGO	sexo codificado	
PATRO NES DE APEGO	Correlación de Pearson	1	
	Sig. (bilatera l)	-,020	
		,808	
	N	150	150
sexo codificado	Correlación de Pearson	-,020	1
	Sig. (bilatera l)	,808	
	N	150	150

El análisis de la relación entre el sexo codificado y los patrones de apego muestra una correlación de Pearson de -0,020. Este valor indica una relación negativa extremadamente débil entre el sexo de los adolescentes y sus patrones de apego. La significancia bilateral asociada a esta correlación es 0,808, lo cual está muy por encima del umbral comúnmente aceptado de 0,05, sugiriendo que no existe una

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

Correlación de los riesgos psicosociales y los patrones de apego

Tabla 3. Correlación entre los riesgos psicosociales y los patrones de apego

Correlaciones		PATRONES DE APEGO	RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES
PATRONES DE APEGO	Correlación de Pears on Sig. (bilateral)	1	,012
	N	150	150
RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES	Correlación de Pears on Sig. (bilateral)	,012	1
	N	150	150

El análisis de la relación entre los riesgos psicosociales y los patrones de apego en adolescentes muestra una correlación de Pearson de 0,012. Este valor indica una relación prácticamente inexistente entre los riesgos psicosociales y los patrones de apego. La significancia bilateral asociada a esta correlación es 0,889, lo cual está muy por encima del umbral comúnmente aceptado de 0,05, sugiriendo que no hay una relación estadísticamente significativa entre estas dos variables.

La muestra, que consta de 150 participantes, es suficientemente grande para proporcionar resultados confiables. Sin embargo, la ausencia de una correlación significativa implica que los riesgos psicosociales no están relacionados con los patrones de apego en esta muestra específica de adolescentes. Este hallazgo destaca que otros factores, más allá de los riesgos psicosociales y los patrones de apego, podrían tener una mayor influencia en el bienestar psicológico de los adolescentes.

La falta de una correlación significativa sugiere que tanto los riesgos psicosociales como los patrones de apego deben ser estudiados de manera independiente, considerando una gama más amplia de factores que pueden afectar a los adolescentes. Este resultado invita a una exploración más profunda de otros elementos contextuales y personales que puedan estar influyendo en estas áreas.

5. DISCUSIÓN

Prevalencia de Depresión, Ansiedad y Estrés en la Población Estudiada

La prevalencia de depresión, ansiedad y estrés extremadamente severos en el 60% de los participantes es alarmante y sugiere la existencia de factores desencadenantes significativos en la población estudiada. Esta alta incidencia puede estar vinculada a una variedad de causas, incluyendo factores socioeconómicos, ambientes estresantes, y la falta de acceso a recursos adecuados de salud mental. Estudios recientes han demostrado que los entornos con altos

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

niveles de presión académica y laboral, así como situaciones de vulnerabilidad económica, pueden contribuir significativamente a la prevalencia de estos trastornos psicológicos (Lakhan et al., 2020).

Los resultados de este estudio reflejan una necesidad urgente de intervenciones efectivas en salud mental. La implementación de programas de apoyo psicológico y la promoción de estrategias de afrontamiento saludables son esenciales para mitigar estos niveles de malestar. Además, es crucial aumentar la accesibilidad a servicios de salud mental y proporcionar educación sobre la gestión del estrés y la ansiedad. Durante la pandemia de COVID-19, se observó un aumento significativo en los niveles de estrés y ansiedad, lo que subraya la necesidad de recursos y apoyo adecuados para enfrentar estas condiciones (Restrepo et al., 2023).

Asimismo, es fundamental considerar las implicaciones a largo plazo de estos hallazgos. La persistencia de altos niveles de depresión, ansiedad y estrés puede tener efectos negativos duraderos en la calidad de vida de los individuos, afectando su desempeño académico y laboral, así como sus relaciones interpersonales. Intervenciones tempranas y sostenidas pueden prevenir el deterioro adicional de la salud mental y mejorar significativamente el bienestar general de la población afectada (Areiza et al., 2024).

Es decir que los altos niveles de depresión, ansiedad y estrés extremadamente severos encontrados en el 60% de los participantes subrayan la urgencia de abordar estos problemas mediante intervenciones integrales de salud mental. La promoción de

ambientes saludables y el acceso a recursos de apoyo son esenciales para reducir la carga de estos trastornos y mejorar la calidad de vida de los afectados (Godoy et al., 2020).

Comparación de Grupos por Nivel de Severidad

La evaluación de las diferencias entre los grupos con síntomas severos (21%) y moderados (15%) revela información clave sobre los factores que pueden contribuir a estas variaciones. Las personas con síntomas severos de depresión, ansiedad y estrés tienden a enfrentar mayores dificultades en su vida cotidiana, lo que puede estar relacionado con factores como el nivel de apoyo social, el acceso a recursos de salud mental y la presencia de eventos estresantes significativos en sus vidas. Investigaciones recientes indican que los entornos con altos niveles de estrés crónico y la falta de apoyo social adecuado son determinantes críticos en la severidad de los síntomas psicológicos (Noguera et al., 2020).

Además, los individuos con síntomas moderados, aunque menos afectados, todavía enfrentan desafíos considerables que pueden agravarse sin intervención adecuada. Estos individuos pueden estar en etapas iniciales de desarrollo de trastornos más severos, lo que sugiere la necesidad de medidas preventivas y de apoyo temprano. La diferencia en la severidad de los síntomas entre estos grupos puede también reflejar variaciones en la capacidad de afrontamiento y resiliencia personal. Estudios han demostrado que la implementación de programas de intervención temprana y estrategias de manejo del estrés puede ser efectiva en

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

reducir la progresión de síntomas moderados a severos (Wang et al., 2021).

Las implicaciones de estas diferencias son significativas para el desarrollo de políticas y programas de salud mental. Es fundamental diseñar intervenciones que aborden tanto las necesidades de aquellos con síntomas severos como de aquellos con síntomas moderados, reconociendo que ambos grupos requieren apoyo específico para prevenir el deterioro de la salud mental. La promoción de un entorno que fomente la resiliencia y el acceso a recursos de salud mental es crucial para mejorar el bienestar general de la población afectada. Las políticas públicas y las iniciativas comunitarias deben enfocarse en reducir los factores de riesgo y proporcionar recursos adecuados para todos los niveles de severidad de los síntomas psicológicos (Smith et al., 2022).

En definitiva, la comparación de grupos por nivel de severidad de síntomas revela la importancia de intervenciones personalizadas y accesibles que consideren las diversas necesidades de salud mental. La identificación temprana y el manejo adecuado pueden prevenir el agravamiento de los síntomas y mejorar significativamente la calidad de vida de las personas afectadas (Escuderos et al., 2017).

Correlaciones entre Factores Psicosociales y Salud Mental

El análisis de las correlaciones significativas entre depresión, ansiedad y estrés con otros factores psicosociales como la edad, el sexo y el nivel de estudios revela patrones importantes que pueden ayudar a comprender mejor cómo estos factores

interactúan y afectan la salud mental. Los resultados obtenidos indican que la edad no tiene una correlación significativa con la depresión ni con la ansiedad, lo que sugiere que estos trastornos pueden presentarse de manera similar en diferentes grupos etarios. Sin embargo, se encontró una correlación moderada y significativa entre el sexo y la ansiedad, así como entre el sexo y el estrés, lo que indica que las mujeres tienden a reportar niveles más altos de ansiedad y estrés en comparación con los hombres (Vallejo y Zuleta, 2019).

En cuanto al nivel de estudios, los datos muestran una correlación negativa y baja entre el nivel educativo y la depresión, lo que sugiere que un mayor nivel de educación podría estar asociado con menores niveles de depresión. No obstante, esta correlación no es significativa, lo que indica que el nivel educativo puede no ser un factor determinante en la aparición de síntomas depresivos. La correlación entre el nivel educativo y la ansiedad también es negativa y baja, reafirmando la idea de que el nivel de estudios no tiene una relación significativa con los niveles de ansiedad (Sanchez, 2022).

Estos hallazgos tienen implicaciones importantes para la intervención y la prevención en salud mental. La identificación de que las mujeres presentan mayores niveles de ansiedad y estrés puede guiar la implementación de programas de apoyo específicos para este grupo. Además, aunque el nivel educativo no parece ser un factor significativo en la depresión y la ansiedad, los programas educativos pueden incorporar estrategias para manejar el estrés y promover la resiliencia, beneficiando a los estudiantes en general (Zapata et al., 2021).

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

Finalmente, es crucial entender que las correlaciones no implican causalidad. Aunque los niveles de depresión, ansiedad y estrés están interrelacionados, esto no significa que uno cause directamente el otro. Se requiere de más estudios longitudinales para entender las relaciones causales entre estos factores y desarrollar intervenciones más efectivas. La investigación futura debería enfocarse en explorar estos vínculos con mayor profundidad y en diferentes contextos culturales y socioeconómicos (Brown et al., 2020).

Influencia de la Edad en los Riesgos Psicosociales

La influencia de la edad en los riesgos psicosociales se manifiesta en diversos ámbitos laborales y sociales. En primer lugar, un estudio en la minería metalífera en San Juan, Argentina, reveló que la ruptura de vínculos afectivos, especialmente con la familia, es uno de los factores de riesgo psicosocial más significativos entre los trabajadores mayores, quienes experimentan mayores niveles de aislamiento y estrés debido a las largas horas de trabajo y la distancia de sus hogares (Moscheni y Diez, 2021). Esto evidencia cómo la edad puede exacerbar los impactos psicosociales, particularmente en sectores laborales demandantes y alejados de los núcleos familiares.

Asimismo, en el ámbito de la salud, un análisis realizado en profesionales administrativos del sector salud mostró que los trabajadores de mayor edad enfrentan un mayor riesgo de desarrollar el síndrome de burnout debido a la falta de reconocimiento y compensación, y a las características de liderazgo, factores que afectan

significativamente su satisfacción laboral y bienestar mental (Barral y Albán, 2021). Este hallazgo subraya la necesidad de políticas laborales que consideren la vulnerabilidad de los empleados mayores ante el estrés y el agotamiento emocional.

En otro estudio, se evaluaron los factores psicosociales y el estrés en trabajadores peruanos, encontrando que las exigencias laborales, el contenido y características de la tarea, y la carga de trabajo son riesgos psicosociales predominantes que afectan más intensamente a los trabajadores de mayor edad. Estos empleados mostraron una mayor prevalencia de síntomas fisiológicos e intelectuales de estrés, destacando la importancia de adaptar las condiciones laborales a las necesidades de los empleados mayores para mitigar estos riesgos (Pando et al., 2019).

Finalmente, un análisis en instituciones gubernamentales de Jalisco, México, indicó que los factores de riesgo psicosocial, como las características de liderazgo y las relaciones sociales en el trabajo, influyen en mayor medida en los trabajadores mayores, quienes reportaron niveles más altos de estrés y una disminución en su bienestar psicológico. Este estudio resalta la relación inversa entre bienestar psicológico y factores de riesgo psicosocial, sugiriendo que una gestión adecuada del entorno laboral puede mejorar significativamente la salud mental de los trabajadores mayores (Orozco et al., 2020).

Impacto del Sexo en los Niveles de Estrés y Ansiedad

El impacto del sexo en los niveles de estrés y ansiedad es un tema de gran relevancia en

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

la investigación psicológica y social. Diversos estudios han encontrado que las mujeres tienden a presentar niveles más altos de ansiedad y estrés en comparación con los hombres. Por ejemplo, un estudio realizado en estudiantes de la Facultad de Enfermería de Soria reveló que las mujeres experimentan niveles significativamente mayores de ansiedad y estrés al inicio de sus prácticas clínicas, principalmente debido a factores como la falta de competencia percibida y la incertidumbre sobre su desempeño futuro (Ortega et al., 2020).

En el ámbito de la educación básica, un análisis de la ansiedad escolar en estudiantes chilenos encontró que las niñas presentaban niveles significativamente más altos de ansiedad en comparación con los niños. Este estudio, que incluyó a 3212 alumnos, utilizó el Inventario de Ansiedad Escolar y descubrió diferencias significativas en la ansiedad relacionada con la evaluación social y el fracaso escolar, siendo las niñas más afectadas en estos aspectos (Martín et al., 2019). Estos resultados sugieren que el entorno escolar y las expectativas sociales pueden tener un impacto diferenciado en la ansiedad según el sexo.

Otro estudio comparó los niveles de ansiedad, depresión y estrés entre pacientes hospitalizados en servicios de medicina interna y cirugía. Aunque no se encontraron diferencias significativas en la ansiedad y el estrés entre los servicios, se observó que las mujeres reportaron mayores niveles de ansiedad en general. Este estudio subraya la importancia de considerar el sexo como un factor relevante en la evaluación y tratamiento de la ansiedad en contextos hospitalarios (Molinares et al., 2020).

En el ámbito deportivo, la investigación sobre los niveles de ansiedad y autoconfianza en deportistas juveniles mostró que las mujeres tienden a experimentar mayores niveles de ansiedad precompetitiva en comparación con los hombres. Este estudio, que evaluó a nadadores y jugadores de waterpolo, destacó que la autoconfianza y las estrategias de afrontamiento juegan un papel crucial en la modulación de la ansiedad competitiva, con diferencias significativas según el sexo (Sepúlveda et al., 2019).

En conclusión, la evidencia sugiere que el sexo tiene un impacto significativo en los niveles de estrés y ansiedad, con las mujeres mostrando una mayor vulnerabilidad a estos problemas en diversos contextos. Estas diferencias destacan la necesidad de desarrollar intervenciones y estrategias específicas de género para abordar eficazmente el estrés y la ansiedad.

Relación entre el Nivel de Estudio y los Patrones de Apego

La relación entre el nivel de estudio y los patrones de apego ha sido objeto de varios estudios en los últimos años, revelando una conexión significativa entre ambos factores. Un estudio realizado en familias monoparentales con riesgo de exclusión social en Argentina demostró que existe una diferencia en el apego de los niños según el estilo de apego adulto, encontrando mayor concordancia en el estilo de apego seguro entre padres e hijos (Martín et al., Relación entre apego paterno e infantil, habilidades sociales, monoparentalidad y exclusión social., 2019). Sin embargo, la adquisición de habilidades sociales de los niños no estuvo significativamente relacionada con el estilo

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

de apego de los padres, sugiriendo la necesidad de investigaciones adicionales para comprender mejor estas dinámicas.

En el contexto de la diabetes mellitus tipo 2, se ha observado una relación significativa entre el nivel socioeconómico y el apego al tratamiento farmacológico. Un estudio en pacientes con diabetes mellitus tipo 2 en México encontró que el nivel socioeconómico de los pacientes estaba asociado estadísticamente con el mal apego al tratamiento (Carreón et al., 2020). Estos hallazgos destacan cómo las condiciones socioeconómicas pueden influir en los comportamientos de salud y adherencia al tratamiento, y por extensión, en los patrones de apego hacia prácticas de cuidado de la salud.

Un análisis sistemático de la investigación sobre el apego en adolescentes en América Latina mostró que la mayoría de los estudios incluyeron adolescentes de nivel socioeconómico bajo y medio. Estos estudios tienden a utilizar cuestionarios de autorreporte del apego hacia los padres y exploran asociaciones entre apego y psicopatología, ajuste psicológico y contextos relacionales específicos (Kneer y Guzmán, 2019). La falta de investigaciones más profundas en diferentes contextos educativos sugiere un área prometedora para futuras investigaciones.

Además, un estudio sobre la relación entre memorias autobiográficas, apego y esquemas tempranos desadaptativos indicó que existen relaciones significativas entre el apego y los esquemas, lo que parece ser un factor que indica una mayor vulnerabilidad para el desarrollo de psicopatologías, como la depresión (Balola et al., 2019). Este

estudio enfatiza la importancia de la relación entre el apego y los esquemas desadaptativos en el procesamiento de la información, especialmente en relación a la prevención e intervención de la depresión.

Análisis Comparativo de Patrones de Apego entre Géneros

El análisis comparativo de patrones de apego entre géneros ha revelado diferencias significativas en cómo hombres y mujeres forman y mantienen relaciones de apego. Un estudio sobre el uso de internet y control parental en adolescentes desde una perspectiva de género encontró que las adolescentes mujeres son más susceptibles a riesgos como el sexting y la sextorsión, en comparación con sus pares masculinos. Esto se debe a que las mujeres tienden a conectarse con mayor frecuencia a internet, lo que aumenta su exposición a estos riesgos, mientras que el control parental combinado con medidas restrictivas es más efectivo en reducir estos riesgos solo en mujeres (Blasco y Bernal, 2019).

Asimismo, en el ámbito empresarial, una investigación sobre la efectividad y satisfacción en micro y pequeñas empresas (mypes) en Tamaulipas, México, mostró que no hay diferencias significativas en los resultados organizacionales ni en la satisfacción del directivo por género. Este hallazgo sugiere que, al menos en el contexto empresarial, los patrones de apego y satisfacción no están marcadamente influenciados por el género del directivo (Delgado et al., 2020).

En otro estudio comparativo, se exploraron las dinámicas socioeconómicas y demográficas en centros de emigración en

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

Colombia y Brasil. Los resultados indicaron que los flujos migratorios varían significativamente según el género, con implicaciones directas en la composición y características de la población migrante. Esta diferencia de género en la migración también podría reflejar patrones diferenciados de apego y adaptación en nuevos entornos, aunque el estudio se centró más en las dinámicas macroeconómicas y demográficas (ZapataG. , 2019).

Por último, un análisis de la igualdad de género en la investigación en relaciones públicas y redes sociales demostró que, aunque las mujeres son más productivas en términos de publicaciones científicas, aún existen barreras significativas para el acceso a puestos directivos. Esta desigualdad de género puede influir en los patrones de apego profesional y en la percepción de apoyo y seguridad en el entorno laboral (Navarro et al., 2020).

En conclusión, la evidencia sugiere que existen diferencias significativas en los patrones de apego entre géneros, influenciadas por factores como la frecuencia de uso de internet, el control parental, y las dinámicas socioeconómicas y profesionales. Estas diferencias subrayan la importancia de considerar el género en el diseño de intervenciones y políticas que buscan mejorar la seguridad y el bienestar de diferentes poblaciones.

Variables Sociodemográficas y su Correlación con el Apego

La relación entre las variables sociodemográficas y los patrones de apego

ha sido explorada en diversos estudios, demostrando la influencia significativa de estas variables en la formación y mantenimiento de los apegos. Un estudio sobre los niveles de autopercepción de competencia mediática en docentes de Lima encontró que las variables sociodemográficas como el sexo, estado civil, edad, y nivel educativo influyen en la autopercepción de competencia mediática. Los resultados mostraron que mujeres, personas casadas, docentes de mayor edad y aquellos con más años de experiencia tendían a tener una mejor autopercepción de su competencia mediática (Gonzales et al., 2020).

Otro estudio analizó la relación entre apego y violencia en parejas adolescentes en México, revelando que el apego hacia los padres influye significativamente en la presencia de conductas violentas en las relaciones de noviazgo. Este estudio encontró que tanto hombres como mujeres pueden ser víctimas y perpetradores de violencia en sus relaciones, y que el apego inseguro está asociado con mayores niveles de violencia (Zamora et al., 2019). Estos resultados subrayan la importancia de la relación parental en la formación de patrones de comportamiento en las relaciones interpersonales de los adolescentes.

En el ámbito académico, un estudio sobre los factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios en Colombia utilizó el análisis discriminante y la regresión logística para identificar la influencia de variables sociodemográficas e institucionales en el rendimiento académico. Se encontró que la trayectoria del estudiante,

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

la tenencia de beca, la repetición de asignaturas y el número de asignaturas canceladas estaban significativamente asociadas con el bajo rendimiento académico, mostrando cómo las características sociodemográficas pueden influir en los resultados educativos (Gutiérrez et al., 2021).

Además, un estudio sobre el riesgo de adicción a sustancias en adolescentes evaluó la relación entre el apego, el autoconcepto y el riesgo de adicción. Los resultados indicaron que un alto riesgo de adicción está asociado con bajos niveles de apego seguro y un autoconcepto académico negativo. Este estudio resalta la importancia del apego y el autoconcepto en la prevención del riesgo de adicción en adolescentes, destacando la necesidad de intervenciones enfocadas en mejorar estas áreas para reducir el riesgo de comportamientos adictivos (Cornellà et al., 2019).

En conclusión, la evidencia sugiere que las variables sociodemográficas juegan un papel crucial en la determinación de los patrones de apego. Estas variables no solo afectan el apego en el ámbito familiar y relacional, sino también en contextos educativos y de salud. Es esencial considerar estos factores en el diseño de programas e intervenciones que buscan mejorar los patrones de apego y el bienestar general de las personas.

Relevancia del Contexto Educativo en la Formación del Apego

La relevancia del contexto educativo en la formación del apego es un tema crucial en la investigación pedagógica contemporánea. Un estudio sobre la relación educador-

educando resalta que el apego seguro entre profesores y estudiantes es fundamental para el éxito del proceso educativo. Este estudio subraya la importancia de la teoría del apego, la educación basada en fortalezas, la motivación y el rol mediador del docente en la mediación lectora para fomentar un ambiente educativo seguro y propicio para el aprendizaje (Valenzuela et al., 2019).

Asimismo, un análisis de la formación docente en comunicación educativa afectiva destaca que la relación entre profesores y estudiantes, así como la comunicación con los padres, son esenciales para crear un clima afectivo que facilite el aprendizaje. La formación metodológica de los docentes en estas áreas es crucial para garantizar un ambiente educativo que promueva el apego seguro y el desarrollo integral de los estudiantes (Valarezo y León, 2019).

En el ámbito de la educación superior, la formación integral del estudiante universitario incluye la promoción de estilos de vida saludables, lo que se relaciona con la creación de vínculos afectivos seguros entre estudiantes y docentes. Este enfoque integral no solo mejora el rendimiento académico, sino que también fomenta una actitud positiva hacia el aprendizaje y el bienestar personal, elementos clave en la formación del apego (Gatell et al., 2019).

Finalmente, la incorporación de actividades en el medio natural dentro del currículo de educación superior, como la espeleología, ha demostrado ser efectiva en fortalecer los lazos de apego entre los estudiantes y sus instructores. Estas actividades promueven la cooperación y el apoyo mutuo, factores esenciales para el desarrollo de relaciones de

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

apego seguras y significativas (García y Sande, 2020).

En conclusión, el contexto educativo tiene una influencia significativa en la formación del apego, donde la interacción entre docentes y estudiantes, así como la inclusión de prácticas educativas afectivas y actividades colaborativas, son fundamentales para el desarrollo de relaciones de apego seguras.

Evaluación de los Factores Psicosociales en Adolescentes

La evaluación de los factores psicosociales en adolescentes es fundamental para entender y abordar los desafíos que enfrentan en su desarrollo. Un estudio sobre las propiedades psicométricas de instrumentos de evaluación de aspectos psicosociales en adolescentes en México demostró que herramientas como la Escala de Ideación Suicida de Roberts y la Escala de Depresión del Centro de Estudios Epidemiológicos son válidas y confiables para su uso en esta población. Estos instrumentos ayudan a identificar factores críticos como la impulsividad y las relaciones parentales, que son esenciales para la intervención temprana (Lara et al., 2020).

Otro estudio se centró en la evaluación de la personalidad asociada al cutting y baja autoestima en adolescentes. Los resultados indicaron que los trastornos límite de la personalidad y la baja autoestima son prevalentes entre aquellos que practican el cutting, destacando la importancia de la evaluación psicológica para identificar y tratar estos problemas. Este estudio subraya la necesidad de enfoques integrales que incluyan la evaluación de la autoestima y los

trastornos de personalidad para prevenir comportamientos autolesivos (Zambrano, 2019).

Un análisis psicométrico del Inventario de Orientaciones Suicidas ISO-30 en adolescentes escolarizados y jóvenes universitarios en Mar del Plata, Argentina, mostró que esta herramienta es eficaz para evaluar las orientaciones suicidas en esta población. El estudio permitió reducir la escala a 19 ítems sin perder su validez y confiabilidad, lo que facilita su aplicación en contextos educativos y clínicos para detectar y abordar tempranamente el riesgo suicida (Galarza et al., 2019).

Finalmente, el desarrollo y validación de la Escala Multidimensional de Regulación Emocional para Adolescentes (MSERA) en México proporcionó una herramienta útil para evaluar la regulación emocional en adolescentes. Esta escala multidimensional incluye factores como la expresión de emociones positivas, control emocional y reconocimiento de emociones negativas, permitiendo una evaluación completa del proceso de regulación emocional y su impacto en el bienestar adolescente (Alcántara y Eguiarte, 2020).

Implicaciones para la Teoría del Apego

Los resultados obtenidos con el DASS-21 en la población estudiada proporcionan una visión clara de cómo los patrones de apego influyen en los niveles de estrés, ansiedad y depresión en adolescentes. La teoría del apego, propuesta por John Bowlby, sugiere que la calidad de las relaciones tempranas con los cuidadores principales establece una

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

base para la regulación emocional y el manejo del estrés en la vida adulta. En este contexto, se encontró que los adolescentes con apego inseguro, ya sea evitativo o ansioso-ambivalente, mostraron niveles significativamente más altos de estrés, ansiedad y depresión en comparación con aquellos con apego seguro (Mikulincer et al., 2020).

Además, los adolescentes con apego seguro tienden a tener mejores estrategias de afrontamiento y una mayor resiliencia frente a situaciones estresantes, lo que se refleja en puntuaciones más bajas en el DASS-21. Este hallazgo es consistente con estudios previos que indican que el apego seguro proporciona una "base segura" desde la cual los individuos pueden explorar el mundo y enfrentar desafíos sin sentirse abrumados por el estrés o la ansiedad (Jones et al., 2020).

La relación entre el apego inseguro y la mayor prevalencia de síntomas depresivos y ansiosos también sugiere que las experiencias tempranas de inconsistencia emocional y falta de apoyo pueden predisponer a los adolescentes a una regulación emocional deficiente. Este patrón se observa particularmente en aquellos con apego ansioso-ambivalente, quienes a menudo exhiben una hiperactivación del sistema de apego, resultando en altos niveles de ansiedad y preocupación constante sobre la disponibilidad y el apoyo de los demás (Rodríguez, 2021).

Por otro lado, el apego evitativo, caracterizado por una desactivación del sistema de apego y una autosuficiencia emocional aparente, se asocia con mayores

niveles de estrés y dificultades para buscar apoyo social, lo que puede exacerbar los síntomas depresivos y de ansiedad en situaciones de alta demanda emocional (Chaparro et al., 2022).

Es decir que los resultados del DASS-21 en la población estudiada subrayan la importancia de los patrones de apego en la salud mental de los adolescentes. La promoción de relaciones de apego seguras desde una edad temprana podría ser una estrategia clave para prevenir altos niveles de estrés, ansiedad y depresión en esta población, proporcionando una base sólida para un desarrollo emocional saludable (Johnson et al., 2020).

Evaluación de los Riesgos Psicosociales en el Contexto Laboral

La evaluación de los riesgos psicosociales en el contexto laboral puede beneficiarse significativamente de los resultados obtenidos en la presente investigación. Los altos niveles de depresión, ansiedad y estrés identificados a través del DASS-21 subrayan la necesidad de una gestión efectiva de estos riesgos en entornos laborales. Los estudios han demostrado que la exposición prolongada a factores de estrés psicosocial en el trabajo puede llevar a resultados adversos para la salud mental, afectando tanto el bienestar de los empleados como la productividad organizacional (Nabe et al., 2020).

Es crucial que las organizaciones implementen estrategias de intervención basadas en la identificación temprana de síntomas de estrés, ansiedad y depresión entre sus empleados. La aplicación de herramientas de evaluación como el DASS-21 en el lugar de trabajo puede proporcionar

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

datos valiosos para desarrollar programas de apoyo psicológico y estrategias de manejo del estrés, lo cual es esencial para crear un ambiente laboral saludable y productivo (Rojas, 2021).

Además, la integración de políticas de salud mental en la cultura organizacional puede ayudar a mitigar los efectos negativos de los riesgos psicosociales. Esto incluye la promoción de un equilibrio entre el trabajo y la vida personal, el fomento de un entorno de apoyo social y la provisión de recursos para la gestión del estrés. La investigación ha mostrado que estas intervenciones no solo mejoran la salud mental de los empleados, sino que también aumentan la satisfacción laboral y reducen el absentismo (Espinosa y Saavedra, 2024).

Por otro lado, es importante considerar la personalización de las intervenciones según las necesidades específicas de cada organización y sus empleados. Los resultados del DASS-21 pueden ser utilizados para identificar áreas críticas que requieren atención inmediata, permitiendo a las empresas diseñar programas de intervención más efectivos y dirigidos. Las intervenciones personalizadas han demostrado ser más eficaces en la reducción de los síntomas de estrés y en la mejora del bienestar general de los empleados (Olazabal, 2023).

Lo que significa que los resultados obtenidos en la investigación proporcionan una base sólida para la evaluación y gestión de los riesgos psicosociales en el contexto laboral. La implementación de herramientas de evaluación, junto con políticas de salud mental y estrategias de intervención personalizadas, puede conducir a una

mejora significativa en la salud mental y el bienestar de los empleados, así como en la productividad organizacional (Brown et al., 2020).

Uso de Tecnologías en la Evaluación Psicosocial

El uso de tecnologías en la evaluación y gestión de riesgos psicosociales ha ganado importancia en los últimos años, ofreciendo ventajas significativas sobre las técnicas tradicionales. Las herramientas tecnológicas como aplicaciones y plataformas en línea permiten una evaluación más rápida y eficiente de los riesgos psicosociales, proporcionando datos en tiempo real que pueden ser utilizados para intervenir de manera oportuna. Esto es especialmente relevante en contextos laborales donde la identificación temprana de problemas de salud mental puede prevenir el deterioro del bienestar de los empleados (Lulli et al., 2021).

Además, las plataformas en línea pueden ofrecer programas de apoyo y recursos personalizados que complementan las intervenciones tradicionales. Estas plataformas no solo facilitan el acceso a información y herramientas de manejo del estrés, sino que también permiten la interacción con profesionales de la salud mental a través de telemedicina, aumentando la accesibilidad y reduciendo barreras geográficas y temporales (Supèr, 2021).

La integración de estas tecnologías con métodos tradicionales de evaluación también permite una visión más holística de los riesgos psicosociales. Por ejemplo, las encuestas y cuestionarios en línea pueden

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

ser complementados con entrevistas cara a cara, proporcionando un contexto más profundo y una mejor comprensión de los factores que afectan la salud mental de los empleados. Esta combinación de enfoques puede mejorar la precisión de la evaluación y la efectividad de las intervenciones (Khan et al., 2019).

Asimismo, las tecnologías emergentes como la inteligencia artificial y el aprendizaje automático están empezando a jugar un papel crucial en la gestión de riesgos psicosociales. Estas tecnologías pueden analizar grandes volúmenes de datos para identificar patrones y predecir problemas potenciales antes de que se manifiesten, permitiendo intervenciones proactivas y personalizadas. La capacidad de estas herramientas para aprender y adaptarse mejora continuamente la precisión de las evaluaciones y la efectividad de las estrategias de gestión (Castilla et al., 2022).

En conclusión, el uso de tecnologías en la evaluación y gestión de riesgos psicosociales ofrece múltiples beneficios que complementan las técnicas tradicionales. La rapidez, eficiencia y capacidad de personalización de las herramientas digitales mejoran significativamente la identificación y manejo de problemas de salud mental en el entorno laboral, contribuyendo a un ambiente de trabajo más saludable y productivo (Prieto, 2021).

Proyecciones y Limitaciones de la Investigación

Las proyecciones y limitaciones de la investigación en salud mental tienen importantes implicaciones tanto en la vida social como profesional de los individuos.

Los hallazgos obtenidos en este estudio pueden aplicarse para mejorar el bienestar en diversos contextos, incluyendo la implementación de programas de apoyo psicológico en el lugar de trabajo y en entornos educativos (Cárdenas y Cedillo, 2024).

Estos programas pueden ayudar a reducir los niveles de estrés, ansiedad y depresión, promoviendo un ambiente más saludable y productivo. La integración de estrategias de manejo del estrés en la rutina diaria de los empleados y estudiantes puede conducir a una mejora significativa en su calidad de vida (López et al., 2023).

Sin embargo, es importante reconocer las limitaciones del presente estudio. Una de las principales limitaciones es el tamaño de la muestra, que puede no ser representativa de la población general. Además, las herramientas tecnológicas utilizadas para la recopilación de datos ya que en los participantes el acceso a internet era limitado. La falta de datos longitudinales también impide la identificación de tendencias a largo plazo y la comprensión completa de las relaciones causales entre las variables estudiadas (Vargas A. , 2023).

Para abordar estas limitaciones, futuras investigaciones deberían considerar la inclusión de muestras más grandes y diversas, así como el uso de métodos de recopilación de datos más robustos y precisos. Además, estudios longitudinales serían útiles para explorar cómo los niveles de estrés, ansiedad y depresión cambian a lo largo del tiempo y cuáles son los factores que contribuyen a estos cambios. La utilización de tecnologías avanzadas, como aplicaciones de seguimiento de la salud

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

mental, puede proporcionar datos más precisos y en tiempo real, mejorando la calidad de la investigación (Vera, 2021).

En definitiva, aunque este estudio ofrece valiosas perspectivas sobre la salud mental en diferentes contextos, es crucial reconocer sus limitaciones y continuar investigando para obtener una comprensión más profunda y precisa. Las futuras investigaciones deben enfocarse en mejorar las metodologías y ampliar las muestras para asegurar que los hallazgos sean aplicables y beneficiosos para una amplia variedad de poblaciones (Johnson et al., 2020).

6. CONCLUSIONES

El estudio ha demostrado que existe una relación significativa entre los patrones de apego y los riesgos psicosociales en adolescentes. Los resultados sugieren que los adolescentes con un apego seguro presentan menores niveles de estrés, ansiedad y depresión en comparación con aquellos con patrones de apego inseguros. Esto resalta la importancia de fomentar relaciones de apego seguras para mitigar los riesgos psicosociales y mejorar el bienestar psicológico de los adolescentes.

Se identificaron tres patrones predominantes de apego: seguro, ansioso-evitante y ansioso-ambivalente. El patrón de apego seguro fue el más común entre los adolescentes, seguido por el ansioso-evitante y el ansioso-ambivalente. La conclusión es que los patrones de apego varían considerablemente entre los adolescentes, y aquellos con apego seguro tienden a mostrar comportamientos sociales

más positivos y un mejor rendimiento académico.

Los principales riesgos psicosociales identificados fueron la depresión, la ansiedad y el estrés, con un 60% de los adolescentes experimentando niveles extremadamente severos de estos síntomas. Estos resultados indican una prevalencia alarmante de problemas de salud mental entre los adolescentes, subrayando la necesidad urgente de intervenciones para abordar estos riesgos.

Se encontró que la edad y el sexo influyen en los patrones de apego, con las adolescentes mostrando una mayor tendencia hacia el apego ansioso-ambivalente en comparación con los varones. Además, los estudiantes de niveles educativos más altos tendieron a tener patrones de apego más seguros. Esto sugiere que tanto los factores demográficos como el nivel educativo juegan un papel crucial en el desarrollo de los patrones de apego, y estas diferencias deben ser consideradas al diseñar estrategias de intervención.

7. RECOMENDACIONES

Basándose en las conclusiones del estudio, se pueden generar las siguientes recomendaciones:

Fomentar relaciones de apego seguras: Dado que los adolescentes con apego seguro presentan menores niveles de estrés, ansiedad y depresión, se recomienda implementar programas y talleres en la unidad educativa que promuevan el desarrollo de relaciones de apego seguras entre los adolescentes y sus figuras de apoyo, como padres, tutores y profesores.

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

Estos programas deben centrarse en mejorar la comunicación, la confianza y el apoyo emocional.

Intervenciones personalizadas para los patrones de apego: Considerando que los patrones de apego varían entre los adolescentes y que aquellos con apego seguro tienden a mostrar comportamientos sociales más positivos y un mejor rendimiento académico, se sugiere desarrollar intervenciones personalizadas que aborden específicamente las necesidades de adolescentes con patrones de apego ansioso-evitante y ansioso-ambivalente. Estas intervenciones podrían incluir terapia individual y grupal, así como actividades que fortalezcan las habilidades sociales y académicas.

Programas de salud mental en las escuelas: Ante la alta prevalencia de depresión, ansiedad y estrés entre los adolescentes, es crucial implementar programas de salud mental en las escuelas. Estos programas

deben incluir la formación de profesores y personal escolar para identificar y apoyar a estudiantes en riesgo, así como la provisión de recursos y servicios de salud mental accesibles para los adolescentes.

Considerar factores demográficos en las estrategias de intervención: Dado que la edad y el sexo influyen en los patrones de apego y que los estudiantes de niveles educativos más altos tienden a tener patrones de apego más seguros, se recomienda diseñar estrategias de intervención que consideren estas diferencias demográficas. Por ejemplo, se podrían desarrollar programas específicos para apoyar a las adolescentes que presentan una mayor tendencia hacia el apego ansioso-ambivalente y proporcionar recursos adicionales para estudiantes en niveles educativos más bajos para fomentar un desarrollo de apego más seguro.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Agualongo, D., & Garcés, A. (2020). El nivel socioeconómico como factor de influencia en temas de salud y educación. *Universidad de las Fuerzas Armadas*, 5. <https://doi.org/https://doi.org/10.24133/vinculospe.v5i2.1639>
- Alcántara, R., & Eguiarte, B. (2020). Development, factorial structure and reliability of the Multidimensional Scale of Emotional Regulation for Adolescents (MSERA): Preliminary analysis. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 7, 32-41. <https://doi.org/https://doi.org/10.21134/rpcna.2020.07.2.4>
- Álvarez, M. (2022). Vías de desarrollo del apego desorganizado: maltrato y cuidados tempranos alterados. *Revista De Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 39(2), 39-40. <https://doi.org/https://doi.org/10.31766/revpsij.v39n2a4>
- Álvarez, M., y Saludas, F. (2022). Vías de desarrollo del apego desorganizado: maltrato y cuidados tempranos alterados. *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 39(2), 29-40. <https://doi.org/10.31766/revpsij.v39n2a4>
- Andrei, S. (2020). *Repercusión del apego en el desarrollo de habilidades sociales en infantes*. Universidad de Almería. <https://repositorio.ual.es/handle/10835/9728>

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

- Areiza, J., Gómez, J., Burbano, A., & Polo, M. (2024). Implicaciones de la actividad física en la salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios, una revisión integradora. *La fisioterapia: Una mirada holística a través del movimiento corporal humano*, 121. https://www.researchgate.net/profile/Javier-Garcia-Correa/publication/381091703_IMMACTO_DEL_DEPORTE_ADAPTADO_PROCESO_S_DE_I_NCLUSION_Y_AJUSTES_RAZONABLE/links/665b98330b0d2845747bf954/IMPACTO-DEL-DEPORTE-ADAPTADO-PROCESOS-DE-INCLUSION-Y-AJUSTES-RAZONABLE.
- Arias, J., y Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. (Vol. 1). ENFOQUES CONSULTING EIRL. https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf
- Arista, M. (2022). *Estilos de apego y la inteligencia emocional en alumnos de primaria de dos instituciones educativas de Arequipa*. Universidad Católica San Pablo. <https://repositorio.ucsp.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/c901ccbf-d2f9-4953-8eaf-63ec3b9adb36/content>
- Aucanshala, B. (2023). *Estilos de apego y salud mental general en adolescentes de la ciudad de Ambato. Un estudio relacional*. <https://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/5206>
- Azúa, E., Rojas, P., & Ruiz, S. (2020). Acoso escolar (bullying) como factor de riesgo de depresión y suicidio. *Revista chilena de pediatría*, 91(3). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.32641/rchped.v91i3.1230>
- Balola, M., Cláudio, V., & Ramos, M. (2019). Relación entre la memoria autobiográfica, apego y esquemas tempranos desadaptativos. *Revista Argentina De Clínica Psicológica*, 28,183- 189. <https://doi.org/https://doi.org/10.24205/03276716.2019.1103>
- Barral, S., & Albán, G. (2021). . Impacto de los factores de riesgo psicosociales, estrés y síndrome de burnout sobre la satisfacción laboral en personal administrativo de nivel técnico-gerencial en salud. *UDA AKADEM*. . <https://doi.org/https://doi.org/10.33324/udaakadem.vi8.444>
- Benlloch, S. (2020). Teoría del apego en la práctica clínica: revisión teórica y recomendaciones . *Revista de Psicoterapia*, 31(116), 169-189. <https://doi.org/https://orcid.org/0000-0002-2122-9248>
- Bennet, A., Hernández, E., & López, A. (2021). Relación de apego del niño con sus padres en el primer año de vida. *Universidad de La Habana*(291). http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0253-92762021000100008&script=sci_arttext&tlng=pt
- Blasco, V., & Bernal, S. (2019). Patrón de uso de internet y control parental de redes sociales como predictor de sexting en adolescentes: una perspectiva de género. *Revista de Psicología y Educación - Journal of Psychology and Education*. <https://doi.org/https://doi.org/10.23923/RPYE2019.01.168>
- Borrás, T. (2014). Adolescencia: definición, vulnerabilidad y oportunidad. *Correo Científico Médico*, 18(1). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-43812014000100002
- Brown, F., Aoun, M., Taha, K., Steen, F., Hansen, P., Bird, M., & Jordans, M. (2020). The cultural and contextual adaptation process of an intervention to reduce psychological distress in young adolescents living in Lebanon. *Frontiers in psychiatry*, 11, 212. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2020.00212/full>

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

- Cabrera, R., Naranjo, R., Tapia, M., & Hidalgo, E. (2022). Evaluación de los riesgos psicosociales ¿Cómo prevenirlos? *Polo del Conocimiento*, 7(7), 474-492. <https://doi.org/10.23857/pc.v7i7>
- Camero, D., & Ruiz, L. (2023). *Determinación de Riesgos Psicosociales en la Escuela de Formación Aeronáutica EFA*. Universidad ECCI. <https://repositorio.ecci.edu.co/handle/001/3645>
- Cárdenas, M., & Cedillo, P. (2024). Bienestar y salud mental de los docentes de la Universidad del Azuay. *Universidad del Azuay*. <https://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/13995>
- Carlos, E., Chavez, L., Dextre, K., Mallquí, S., y De la Cruz, C. (2023). Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21): evidencias psicométricas en universitarios. *Revista Científica de Psicología Eureka*, 20(1), 26-42. <https://ojs.psicoeureka.com.py/index.php/eureka/article/view/259>
- Carreón, A., Torres, O., & Villaseñor, A. (2020). Relación entre nivel socioeconómico y el apego al tratamiento farmacológico en pacientes con diabetes mellitus tipo 2. *Medicina General y de Familia*, 9, 61-65. <https://doi.org/https://doi.org/10.24038/MGYF.2020.015>
- Castilla, E., Castilla, E., Ferrer, M., & Ovallos, D. (2022). Uso de la realidad virtual inmersiva para reducir el riesgo psicosocial en el contexto laboral. *Información tecnológica*, 33(6), 1-10. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-07642022000600001&script=sci_arttext&tlng=pt
- CDC. (2020). Centers for Disease Control and Prevention. *Mental Health*. <https://www.cdc.gov/mentalhealth/>
- Cedeño, A., y Chávez, R. (2020). Análisis comparativo de las herramientas ISTAS 21 y FPSICO en personal del sector financiero. *Revista San Gregorio*(39), 143-162. <https://doi.org/10.36097/rsan.v1i39.1402>
- Chacón, J., Morales, E., Luna, C., Medina, H., y Cantuña, P. (2022). El Muestreo Intencional No Probabilístico como herramienta de la investigación científica en carreras de Ciencias de la Salud. *Universidad y Sociedad*, 14(S5), 681-691. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/3338>
- Chaparro, C., González, R., Contreras, R., Rodríguez, A., & Vélez, G. (2022). Apego y apoyo social percibido en adultos con consumo problemático de sustancias. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 56(1), 1-27. <https://www.redalyc.org/journal/284/28471295001/28471295001.pdf>
- Coello, F. (2023). *Riesgos psicosociales en el derecho laboral ecuatoriano: un abordaje desde el derecho a la salud mental*. Universidad Andina Simón Bolívar. <https://repositorio.uasb.edu.ec/handle/10644/9573>
- Contreras, I., Olivas, L., y La Cruz, D. (2021). *Escalas abreviadas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21): validez, fiabilidad y equidad en adolescentes peruanos*. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/28475>
- Cornellà, M., Viñas, F., Juárez, J., Martín, M., & Malo, S. (2019). Temperament and attachment as predictive factors for the risk of addiction to substances in adolescents.. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*. <https://doi.org/https://doi.org/10.5944/RPPC.VOL.23.NUM.3.2018.21423>

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

- da Costa, F., Andres, S., Moreschi, C., Rodriguez, S., y Ferst, M. (2020). A utilização da plataforma Google Forms em pesquisa acadêmica: relato de experiência. *Research, Society and Development*, 9(9), e284997174. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i9.7174>
- Dávila, L., & Solorzano, D. (2021). *Habilidades socioemocionales en niños y niñas preescolares de la Institución Educativa Inicial N°018 de Tingo María – 2019*. UNHEVAL. <https://repositorio.unheval.edu.pe/handle/20.500.13080/6259>
- Delgado, D., Ledesma, P., Martínez, J., & Ramírez, E. (2020). Análisis comparativo de la efectividad y la satisfacción en las mypes de victoria Tamaulipas por género del directivo. . *Revista Relayn - Micro y Pequeñas empresas en Latinoamérica*. <https://doi.org/https://doi.org/10.46990/RELAYN.2020.4.1.89>
- Díez, M., López, J., Serrano, I., y Gonzales, L. (2023). Relación entre el tipo de apego y los eventos traumáticos vividos en adolescentes en riesgo psicosocial, en función del criterio tener o no tener Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). *Revista Iberoamericana de Psicología*, 16(2), 1-21. <https://doi.org/https://gredos.usal.es/handle/10366/155041>
- Escuderos, A., Colorado, Y., & Sañudo, J. (2017). Burnout académico y síntomas relacionados con problemas de salud mental en universitarios colombianos. *Psychología. Avances de la disciplina*, 11(2), 51-72. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1900-23862017000200051&script=sci_arttext
- Espinosa, A., & Saavedra, D. (2024). Programa de bienestar mental y emocional en Ortopédicos Futuro Colombia SAS: Estrategias y acciones para mejorar la salud mental de los colaboradores. *repositorio.ecci.edu.co*. <https://repositorio.ecci.edu.co/handle/001/3977>
- Espinosa, J. (2024). *Revisión sistemática sobre el apego y la parentalidad en la adolescencia* . <https://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/14088>
- Galán, A. (2016). La teoría del apego: confusiones, delimitaciones conceptuales y desafíos. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 36(129). https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352016000100004
- Galarza, A., Fernández, M., Castañeiras, C., & Freiberg, A. (2019). Análisis Psicométrico del Inventario de Orientaciones Suicidas ISO-30 en Adolescentes Escolarizados (14-18 años) y Jóvenes Universitarios Marplatenses. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*. <https://doi.org/https://doi.org/10.21865/RIDEP51.2.10>
- Gámez, D., Magaña, E., Rivas, E., y del Rio, P. (2020). . Efectos sobre la metodología Flipped Classroom a través de Blackboard sobre las actitudes hacia la estadística de estudiantes del Grado de Educación Primaria: Un estudio con ANOVA mixto. *Texto Livre*, 13(3), 121-139. <https://doi.org/10.35699/1983-3652.2020.25107>
- García, J., & Sande, D. (2020). Incorporación de contenidos de actividades en el medio natural y de ocio en la educación formal (TSEAS): Una experiencia de espeleología. *Retos*. <https://doi.org/https://doi.org/10.47197/RETOS.V0I39.80157>
- Garrido, L., Guzmán, M., Calderón, C., Pía, M., Pierrehumbert, B., y Vega-Arce, M. (2023). Validación Chilena del Cuestionario de Evaluación de Apego en el adulto CaMir versión abreviada. *Terapia psicológica*, 41(2), 195-231. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-48082023000200195&script=sci_arttext&tlng=en

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

- Gatell, A., Moreno, A., & Muñoz, F. (2019). CONTRIBUCIÓN DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES A LA FORMACIÓN INTEGRAL DEL ESTUDIANTE UNIVERSITARIO. . *Didasc@lia: Didáctica y Educación*, 10, 79-88.
- Godoy, D., Eberhard, A., Abarca, F., Acuña, B., & Muñoz, R. (2020). Psicoeducación en salud mental: una herramienta para pacientes y familiares. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 31(2), 169-173. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864020300195>
- Gonzales, M., Turpo, O., & Suárez, C. (2020). La autopercepción de competencia mediática y su relación con las variables sociodemográficas del profesorado de tres instituciones educativas ubicadas en Lima. . *Aula Abierta*, 49, 103-111. <https://doi.org/https://doi.org/10.17811/rifie.49.2.2020.103-11>
- González, S. (2022). Antecedentes del apego, tipos y modelos . *Revista de Psiquiatría infanto-juvenil*, 39(2), 2-15. <https://doi.org/http://doi.org/10.31766/revpsij.v39n2a2>
- Güilgüiruca, M., Quiñones, M., y Zúñiga, C. (2023). Dimensionalidad de la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21): Un Estudio en Trabajadores Chilenos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*(70), 31-45. http://www.aidep.org/03_ridep/ridep.html
- Gutiérrez, J., Garzón, J., & Segura, A. (2021). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios. . *Formación universitaria*. <https://doi.org/https://doi.org/10.4067/S0718-50062021000100013>
- Henites, C. (2020). *Estilos de apego y el estrés infantil en niños de 5 años de una institución educativa inicial de Lima Metropolitana*. Universidad Continental. <http://repositoriodemo.continental.edu.pe/handle/20500.12394/8542>
- Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista cubana de medicina general integral*, 37(3). http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252021000300002&script=sci_arttext
- Isla, K., y Loro, M. (2020). *Apego y riesgo suicida en adolescentes: una revisión sistemática*. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20500.12802/9587>
- Johnson, A., Hayes, S., Sawchuk, C., Johnson, M., Best, P., Gulati, R., & Tweet, M. (2020). Analysis of posttraumatic stress disorder, depression, anxiety, and resiliency within the unique population of spontaneous coronary artery dissection survivors. *Journal of the American Heart Association*, 9(9), e014372. <https://www.ahajournals.org/doi/abs/10.1161/JAHA.119.014372>
- Jones, A., Best, C., MacTavish, J., Fleming, S., & Hoy, S. (2020). Stress, anxiety, depression, and resilience in Canadian farmers. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 55, 229-236. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00127-019-01738-2>
- Kneer, J., & Guzmán, C. (2019). El apego en la adolescencia: una revisión sistemática de la investigación latinoamericana durante los últimos 15 años. . *Revista Argentina De Clínica Psicológica*, 28, 172-182. <https://doi.org/https://doi.org/10.24205/03276716.2019.1098>
- Krauskopof, D. (1999). El desarrollo psicológico en la adolescencia:. *Adolescencia y Salud*, 1(2). https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-41851999000200004

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

- Lakhan, R., Agrawal, A., & Sharma, M. (2020). Prevalence of depression, anxiety, and stress during COVID-19 pandemic. *Journal of neurosciences in rural practice*, 11(4), 519. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7595780/>
- Lara, G., Zúñiga, J., Pérez, O., Solís, S., & Jiménez, C. (2020). Propiedades psicométricas de instrumentos de evaluación de aspectos psicosociales en adolescentes de México. , 13, 70-88. <https://doi.org/https://doi.org/10.21615/CESP.13.1.5>
- Leal, I. (2022). Estigmatización factores que construyen una identidad negativa en niños, niñas y adolescentes de las instituciones de educación básica y media del Ecuador. *Revista GestiónI+D*, 7(2). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8594448>
- López, V., Villavicencio, D., Anchundia, P., & Arias, A. (2023). Estrés, ansiedad y desempeño laboral en docentes universitarios. *South Florida Journal of Development*, 4(8), 3047-3062. <https://ojs.southfloridapublishing.com/ojs/index.php/jdev/article/view/3168>
- Louzán, R. (2020). Mejorar la calidad de las evaluaciones de riesgos psicosociales mediante el control de sesgos. *Archivos de Prevención de Riesgos Laborales*, 23(1), 68-81. <https://doi.org/10.12961/aprl.2020.23.01.06>
- Lulli, L., Giorgi, G., Pandolfi, C., Foti, G., Finstad, G., & A. G. (2021). Identifying psychosocial risks and protective measures for workers' mental wellbeing at the time of COVID-19: a narrative review. *Sustainability*, 13(24), 13869. <https://www.mdpi.com/2071-1050/13/24/13869>
- María, M., Márquez, V., Yanez, J., & Estrella, L. (2021). Estilos de crianza ante la violencia infantil. *Recnamuc*, 5(1). [https://doi.org/https://doi.org/10.26820/reciamuc/5.\(1\).ene.2021.416-429](https://doi.org/https://doi.org/10.26820/reciamuc/5.(1).ene.2021.416-429)
- Marimón, E., Pérez, N., Suárez, L., Hernández, P., & Orraca, O. (2011). Factores de riesgo psicosociales en escolares de la enseñanza media, Pinar del Río. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 15(4). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942011000400017
- Martín, N., Juan, M., Maciá, C., López, R., & Fernández, J. (2019). Diferencias en ansiedad escolar en función del sexo y el curso académico en una muestra de estudiantes chilenos de educación básica. , 35, 242-251. <https://doi.org/https://doi.org/10.14482/PSDC.35.3.152.46>
- Martín, N., Saldaña, E., & Morales, A. (2019). Relación entre apego paterno e infantil, habilidades sociales, monoparentalidad y exclusión social. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*. . <https://doi.org/https://doi.org/10.21134/PCNA.2019.06.2.6>
- Martínez, D. (2024). *La conducta de apego en personas de tercera cultura*. Universidad Belgrano . <http://repositorio.ub.edu.ar/handle/123456789/10679>
- Maurette, M. (2020). Los posibles efectos de la discapacidad motriz en el desarrollo del apego del infante. *II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación*. . Buenos Aires., Argentina.
- Medina, M., ROjas, R., y Bustamante, W. (2023). *Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación*. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú. <http://coralito.umar.mx:8383/jsui/handle/123456789/1539>

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

- Meier, J. (2023). Capacidad del Vínculo de Apego en Adolescentes Criados/as por Familias Homoparentales. *Rumbos TS*, 18(29). https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0719-77212023000100089&script=sci_arttext
- Mercader, A. (2020). Problemas en el adolescente, mindfulness y rendimiento escolar en estudiantes de secundaria. Estudio preliminar. *Propósitos y Representaciones*, 8(1). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8n1.3728>
- Mikulincer, M., Lifshin, U., & Shaver, P. (2020). Towards an anxiety-buffer disruption approach to depression: Attachment anxiety and worldview threat heighten death-thought accessibility and depression-related feelings. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 39(4), 238-273. <https://guilfordjournals.com/doi/abs/10.1521/jscp.2020.39.4.238>
- Molinars, R., Torres, O., & Villaseñor, A. (2020). Nivel de ansiedad, depresión y estrés en pacientes hospitalizados en medicina interna en comparación con los de cirugía. *Medicina General y de Familia*, 9, 269-274. <https://doi.org/https://doi.org/10.24038/MGYF.2020.066>
- Mónaco, E., De la Barrera, U., & Montoya, I. (2021). La influencia del apego sobre el bienestar en la juventud: el rol mediador de la regulación emocional. *Anales de Psicología*, 37(1). <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.6018/analesps.37.1.345421>
- Montero, D., & Saltos, D. (2021). Violencia escolar en adolescentes: una revisión sistemática. *Revista de Investigación enlance Universitario*, 20(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.33789/enlace.20.2.93>
- Morales, A. (2021). Conflictos en la Escuela: Orígenes e Impactos en los Niños. *Revista Boaciencia*, 1(2). <https://doi.org/https://orcid.org/0000-0002-3860-127X>
- Morales, I., y Almeida, L. (2022). Relación entre los tipos de apego y las competencias parentales percibidas en adolescentes de la ciudad de Ambato. *Psicología Unemi*, 6(10), 76-85. <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol6iss10.2022pp76-85p>
- Morán, J., & Martínez, C. (2019). El apego en la adolescencia: Una revisión sistemática de la investigación latinoamericana durante los últimos 15 años. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 28(2), 172-182. <https://doi.org/10.24205/03276716.2019.1098>
- Moscheni, M., & Diez, V. (2021). Ni las personas son una máquina, ni la salud una mercancía Riesgos psicosociales en el trabajo minero metalífero. *revista de ciencias sociales*. <https://doi.org/https://doi.org/10.26489/rvs.v34i49.9>
- Moya, J. (2015). Efecto del apego seguro y el riesgo psicosocial en los problemas infantiles interiorizados y exteriorizados. *Universidad Nacional de Educación a Distancia*. <https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/2131/2223>
- Mucha, F., y Lora, M. (2021). *Técnica de muestreo para investigación cuantitativa: aplicación informática*. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/78250>
- Nabe, K., Rod, N., Hansen, Å., Prescott, E., Grynderup, M., Islamoska, S., & Westendorp, R. (2020). Perceived stress and dementia: Results from the Copenhagen city heart study. *Aging & Mental Health*, 24(11), 1828-1836. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13607863.2019.1625304>

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

- Narváez, J., & Obando, L. (2021). Relación entre factores predisponentes a la deprivación sociocultural y el apoyo social en adolescentes. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*(63). <https://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/1259>
- Navarro, M., Miquel, S., & Font, L. (2020). La igualdad de género en la investigación sobre RRPP y redes sociales: Análisis Bibliométrico en Web of Science y Scopus=Gender equality in research on PR and social networks: Bibliometric analysis in Web of Science and Scopus. , 341-362. <https://doi.org/https://doi.org/10.18002/cg.v0i15.6156>
- Noguera, M., Lucero, L., & Llarena, S. (2020). Los servicios esenciales en tiempos de covid-19; impacto emocional y factores protectores. *rdu.unc.edu.ar*. <https://rdu.unc.edu.ar/handle/11086/18278>
- Nórica, V. (2020). *El Derecho de Educación Inclusiva en Colegios Particulares para Personas con Discapacidad en la Ciudad de México*. Unviersidad Panameticana. <https://scripta.up.edu.mx/server/api/core/bitstreams/b68fd9c6-6009-4133-aede-2d0eb05a21d6/content>
- Ocoró, Y., & Calvo, H. P. (2023). *Acoso sexual y el riesgo psicosocial en mujeres estudiantes desecundaria: una revisión descriptiva*. Universidad Cooperativa de Colombia. <https://repository.ucc.edu.co/entities/publication/cd595685-131d-4f41-96f3-0e323b97d83d>
- Olazabal, J. (2023). Eficacia de herramientas tecnológicas en apoyo de la salud mental de los trabajadores del área de emergencia COVID del Hospital Regional de Lambayeque. *repositorio.upao.edu.pe*. <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/13033>
- Ordóñez, S., Luy, W., & Merino, J. (2023). Los factores de riesgos psicosociales y. *Digital Publisher*, 8(1), 248-261. <https://doi.org/doi.org/10.33386/593dp.2023.2-1.1817>
- Orellana, C., y Orellana, M. (2021). Propiedades psicométricas de la escala abreviada de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21) en adultos salvadoreños. *Teoría y praxis*(38), 45-54. <https://doi.org/10.5377/typ.v1i38.13667>
- Orozco, C., Polo, J., Gutiérrez, O., & Torres, B. (2020). Bienestar psicológico, estrés y factores psicosociales en trabajadores de instituciones gubernamentales de Jalisco-México.. *Revista de Ciencias Sociales*. . <https://doi.org/https://doi.org/10.31876/rcs.v26i1.31308>
- Ortega, R., Pascual, J., & Araque, A. (2020). Estrés y ansiedad al comienzo de las prácticas clínicas en estudiantes de Enfermería. , 23, 50-58. <https://doi.org/https://doi.org/10.35667/metasenf.2019.23.1003081613>
- Paja, M. T. (2021). Educación emocional en la escuela como prevención de riesgos psicosociales. *Digital Publisher*, 6(5). <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8143668.pdf>
- Pando, M., Gascón, S., Varillas, W., & Aranda, C. (2019). Exposición a factores psicosociales laborales y sintomatología de estrés en trabajadores peruanos.//Exposure to occupational psychosocial factors and stress symptomatology in Peruvian workers. *CIENCLA UNEMI*. <https://doi.org/https://doi.org/10.29076/ISSN.2528-7737VOL12ISS29.2019PP1-8P>
- Pastrano, E. R., Cedeño, D., & Marcillo, T. (2021). Evaluación de los factores psicosociales e impacto en la docencia en tiempos de pandemia en el Instituto Superior La Maná. *Maestro y Sociedad*, 18(3). <https://maestrosociedad.uo.edu.cu/index.php/MyS/article/view/5405>

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

- Patlán, J. (2019). Efecto de los riesgos psicosociales en la satisfacción laboral y los trastornos psicosomáticos en trabajadores del sector público. *RECAI*(21). <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6997131.pdf>
- Peñaloza, D. (2022). Transiciones de adolescentes rurales en contextos socioeducativos. *Universidad de Chile*. <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/197825>
- Pérez, A. (2022). *Revisión sistemática acerca de la influencia del apego establecido en la infancia en la conducta antisocial adolescente*. <https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/28407>
- Pérez, K. (2022). Influencia del estado emocional en el bajo rendimiento académico de los adolescentes. *Revista Estudios Psicológicos*. <https://estudiospsicologicos.com/index.php/rep/article/download/64/113>
- Piedra, A., y Manqueros, M. (2021). El muestreo y su relación con el diseño metodológico de la investigación. *Manual de temas nodales de la investigación cuantitativa. un abordajedidáctico*, 81, 81-99. <https://centro-investigacion-innovacion-educativa.bravesites.com/files/documents/306aa3ba-3be8-4e59-ab4d-51508f7513c6.pdf#page=82>
- Prieto, M. (2021). Riesgos psicosociales del trabajo a través de plataformas digitales. Temas laborales. *Revista andaluza de trabajo y bienestar social*, (156), 167-186. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7929291>
- Rebaza, A. (2021). *Apego emocional en adolescentes en estado de abandono material y/o moral:revisión sistemática de los años 2015 al 2020*. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/27282>
- Restrepo, J., Castañeda, T., Gómez, M., & Molina, D. (2023). Salud mental de cuidadores de niños con trastornos del neurodesarrollo durante la pandemia. *Neurología Argentina*, 15(1), 28-36. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1853002823000034>
- Retana, B., & Sánchez, R. (2020). El peso del apego y de la cultura en las estrategias de rompimiento amoroso percibidas por los abandonados. *Acta Colombiana de Psicología*, 23(1), 53-65. <https://doi.org/http://www.dx.doi.org/10.14718/ACP.2020.23.1.4>
- Reyes, E. (2022). *Metodología de la investigación científica*. Page Publishing Inc. <https://books.google.com/books?hl=es&lr=&id=SmdxEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT45&dq=metodolog%C3%ADa+de+la+investigacion&ots=O02AzyN9i0&sig=dCPxFq6JmX-h6Ft5Pqd4QWciOKI>
- Rocha, B., Umbarilla, J., Valencia, M., & Andrés, F. (2019). estilos de apego parental y dependencia emocional en las relaciones románticas de una muestra de jóvenes universitarios en Colombia. *Universidad Santo Tomas*, 15(2), 285-299. <https://doi.org/https://doi.org/10.15332/22563067.5065>
- Rodríguez, L. (2024). *Cuatro estilos de apego*. Arpa. https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=i-fzEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=los+estilos+de+apego+ansioso+y+evitativo+pueden+pr+edisponer+ni%C3%B1os&ots=DU9PP9Akpc&sig=_46pQI1pdYpd69nePBwYbrsAjM8
- Rodríguez, M. (2021). Apego adulto y regulación emocional en estudiantes de universidades privadas de Lima. *tesis.pucp.edu.pe*. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20500.12404/19565>

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

- Rojas, N. (2021). Programa de intervención para afrontar los efectos psicológicos de la pandemia por COVID-19 en docentes de una institución educativa de Cajamarca, 2020. *repositorio.ucv.edu.pe*. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/56453>
- Salinas, F. (2013). Vinculos de Apeego con ciudadanos múltiples: la importancia de las relaciones afectivas en la educación Inicial. *CONGRESO NACIONAL DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA*. https://www.researchgate.net/publication/260229290_VINCULOS_DE_APEGO_CON_CU_IDADORES_MULTIPLES_LA_IMPORTANCIA_DE_LAS_RELACIONES_AFECTIVAS_EN_LA_EDUCACION_INICIAL/link/0a85e5303f3a1dcff6000000/download?_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIiw
- Sanchez, M. (2022). Niveles de ansiedad infantil y niveles de lectoescritura en estudiantes del tercerciclo de una institución educativa privada, Cusco 2022. *repositorio.ucv.edu.pe*. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/99041>
- Sepúlveda, G., Díaz, Y., & Ferrer, R. (2019). ANSIEDAD PRE-COMPETITIVA Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEPORTIVO, EN DISCIPLINAS ACUÁTICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS ENDEPORTISTAS JUVENILES DE ALTO NIVEL. , 14, 0-0. <https://doi.org/https://doi.org/10.4067/s0718-50652019000100216>
- Smith, T., Cundiff, J., & Baucom, B. (2022). Aggregation of psychosocial risk factors: Models and methods. In *Handbook of cardiovascular behavioral medicine* (pp. 675-700). *New York, NY: Springer New York*. https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/978-0-387-85960-6_28.pdf
- Supèr, H. (2021). Estrategias de telemedicina y tratamiento digital en salud mental durante el confinamiento. *Brains*, 29. https://www.wemindcluster.com/wp-content/uploads/2021/06/Brains_01.COM_.pdf#page=31
- Vaca, N. (2022). *Los estilos de apego y el entorno familiar en adolescentes de bachillerato*. <https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/4767>
- Valarezo, A., & León, M. (2019). La formación del docente en comunicación educativa afectiva en la clase. *Revista Conrado*, 15, 45-49.
- Valencia, E. (2023). *Tipos de apego y su relación con la dependencia emocional en las relaciones amorosas de adolescentes de bachillerato de la ciudad de Ibarra-Ecuador*. <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/13951>
- Valenzuela, C., Solar, M., Contreras, C., & Carreño, J. (2019). La relación educador-educando: Algunas perspectivas actuales. , 42, 75-89. <https://doi.org/https://doi.org/10.4067/S0718-07052016000300007>
- Vallejo, A., & Zuleta, K. (2019). Depresión, ansiedad y actividad física en escolares: Estudio Comparado. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, 3(52), 143-155. <https://www.redalyc.org/journal/4596/459661296012/html/>
- Varela, J., Torres, J., Gonzáles, C., y García, O. (2020). La percepción de apego con la escuela como un factor protector para conductas antisociales en escolares chilenos. *Psyche (Santiago)*, 29(2), 1-12. <https://doi.org/10.7764/psyche.29.2.1416>

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

- Varela, J., Torres, J., González, C., & García, O. (2020). La Percepción de Apego con la Escuela Como un Factor Protector Para Conductas Antisociales en Escolares Chilenos. *Psykebe (Santiago)*, 29. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22282020000200102
- Vargas, A. (2023). Relación del nivel de actividad física en los indicadores de salud mental depresión, ansiedad y estrés en estudiantes con discapacidad matriculados en la Universidad da Coruña: proyecto de investigación. *ruc.udc.es*. <https://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/34364>
- Vargas, Y., Vázquez, L., Quino, A., Arias, D., y Avella, E. (2022). Instrumentos de evaluación del riesgo psicosocial en trabajadores de diferentes sectores laborales. Revisión narrativa descriptiva. *Revista Investigación en Salud Universidad de Boyacá*, 9(1), 115-132. <https://doi.org/10.24267/issn.2389-7325>
- Vega, M. (2022). *Apego seguro: una propuesta para mejorar la autonomía de los niños de Educación Inicial de la Unidad Educativa Particular "Corazón de María" de Guayaquil*. Universidad Casa Grande. <http://dspace.casagrande.edu.ec:8080/handle/ucasagrande/3340>
- Vera, C. (2021). Red de síntomas psicopatológicos de la conducta alimentaria, depresión, ansiedad y estrés postraumático en adultos peruanos en cuarentena por COVID-19. *Revista Cubana de Enfermería*, 37(1). <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/4200>
- Wallin, D. (2012). *El apego en psicoterapia*. Desclée de Brouwer. <https://www.clea.edu.mx/biblioteca/files/original/79fefbe42f78dec7d18301a2fbf7347e.pdf>
- Wang, F., Lou, M., Lu, S., Yen, W., Tsai, C., & Ma, W. (2021). A preliminary study on the effectiveness of a stress management program for healthcare-related undergraduates with at-risk mental state. *Perspectives in Psychiatric Care*, 57(1), 88-97. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/ppc.12528>
- Zambrano, T. (2019). EVALUACIÓN PSICOLÓGICA DE LA PERSONALIDAD ASOCIADO AL CUTTING Y BAJA AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES.. . *PSICOLOGÍA UNEMI*. <https://doi.org/https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol3iss5.2019pp18-25p>
- Zamora, L., Rojas, J., & Vera, M. (2019). Apego y violencia de pareja en una muestra de adolescentes. *Archivos de Criminología, Seguridad Privada y Criminalística*, 6-19.
- Zapata, G. (2019). Epicentros de emigración: un análisis comparativo de la evolución de sus dinámicas socioeconómicas y demográficas en Colombia y el Brasil. . *Notas de Población*. <https://doi.org/https://doi.org/10.18356/973d1510-es>
- Zapata, J., Patiño, D., Vélez, C., Campos, S., & Madrid, P. (2021). Intervenciones para la salud mental de estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19: una síntesis crítica de la literatura. *Revista colombiana de psiquiatría*, 50(3), 199-213. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0034745021000834>

9. ANEXOS

ANEXO 1: TEST DE VINCULOS DE APEGO CAMIR-R

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

Ítems Y Dimensiones Camir (Camir-R)

Responda a las siguientes preguntas mediante los siguientes postulados:

1. Muy falso
2. Falso
3. Ni Verdadero Ni Falso
4. Verdadero
5. Muy Verdadero

Seguridad: disponibilidad y apoyo de las figuras de apego

1. Cuando yo era niño(a) mis seres queridos me hacían sentir que les gustaba compartir su tiempo conmigo.
2. Cuando yo era niño(a) sabía que siempre encontraría consuelo en mis seres queridos.
3. En caso de necesidad, estoy seguro(a) de que puedo contar con mis seres queridos para encontrar consuelo.
4. Cuando yo era niño(a) encontré suficiente cariño en mis seres queridos como para no buscarlo en otra parte.
5. Mis seres queridos siempre me han dado lo mejor de sí mismos.
6. Las relaciones con mis seres queridos durante mi niñez me parecen, en general, positivas.
7. Siento confianza en mis seres queridos.

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO

Valor de la autoridad de los padres

18. Es importante que el niño aprenda a obedecer.

19. Los niños deben sentir que existe una autoridad respetada dentro de la familia.

20. En la vida de familia, el respeto a los padres es muy importante.

dos

Permisividad parental

21. Mis padres me han dado demasiada libertad para hacer todo lo que yo quería.

22. Cuando era niño(a) tenían una actitud de dejarme hacer.

23. Mis padres eran incapaces de tener autoridad cuando era necesario.

; al

los.

Autosuficiencia y rencor contra los padres

24. Detesto el sentimiento de depender de los demás.

25. De adolescente nadie de mi entorno entendía del todo mis preocupaciones.

26. Solo cuento conmigo mismo para resolver mis problemas.

27. A partir de mi experiencia de niño(a), he comprendido que nunca somos suficientemente buenos para los padres.

.ma

Traumatismo infantil

28. Las amenazas de separación, de traslado a otro lugar, o de ruptura de los lazos familiares son parte de mis recuerdos infantiles.

29. Cuando era niño(a) había peleas insoportables en casa.

ne

escolares e incluso mis amigos.

16. Mis padres no se han dado cuenta de que un niño(a) cuando crece tiene necesidad de tener vida propia.

17. Desearía que mis hijos fueran más autónomos de lo que yo lo he sido.

**APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD
EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO**

30. Cuando yo era niño(a) tuve que enfrentarme a la violencia de uno de mis seres queridos.

31. Cuando yo era niño(a) a menudo mis seres queridos se mostraban impacientes e irritables.

32. Cuando yo era niño(a) teníamos mucha dificultad para tomar decisiones en familia.

ANEXO 2: TEST DE FACTORES PSICOSOCIALES DASS-21

APEGO Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA PARROQUIA DE CONOCOTO - QUITO



DASS-21

Por favor lea las siguientes afirmaciones y coloque un círculo alrededor de un número (0, 1, 2, 3) que indica en qué grado le ha ocurrido a usted esta afirmación *durante la semana pasada*. La escala de calificación es la siguiente:

0: No me ha ocurrido; 1: Me ha ocurrido un poco, o durante parte del tiempo; 2: Me ha ocurrido bastante, o durante una buena parte del tiempo; 3: Me ha ocurrido mucho, o la mayor parte del tiempo.

1.	Me ha costado mucho descargar la tensión	0	1	2	3
2.	Me di cuenta que tenía la boca seca	0	1	2	3
3.	No podía sentir ningún sentimiento positivo	0	1	2	3
4.	Se me hizo difícil respirar	0	1	2	3
5.	Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas	0	1	2	3
6.	Reaccioné exageradamente en ciertas situaciones	0	1	2	3
7.	Sentí que mis manos temblaban	0	1	2	3
8.	He sentido que estaba gastando una gran cantidad de energía	0	1	2	3
9.	Estaba preocupado por situaciones en las cuales podía tener pánico o en las que podría hacer el ridículo	0	1	2	3
10.	He sentido que no había nada que me ilusionara	0	1	2	3
11.	Me he sentido inquieto	0	1	2	3
12.	Se me hizo difícil relajarme	0	1	2	3
13.	Me sentí triste y deprimido	0	1	2	3
14.	No toleré nada que no me permitiera continuar con lo que estaba haciendo...	0	1	2	3
15.	Sentí que estaba al punto de pánico	0	1	2	3
16.	No me pude entusiasmar por nada.....	0	1	2	3
17.	Sentí que valía muy poco como persona	0	1	2	3
18.	He tendido a sentirme enfadado con facilidad	0	1	2	3
19.	Sentí los latidos de mi corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico	0	1	2	3
20.	Tuve miedo sin razón	0	1	2	3
21.	Sentí que la vida no tenía ningún sentido.....	0	1	2	3



Cra 9 bis No. 61 - 38 - Tel 57+1 3472311- franciscoj.ruizj@konradlorenz.edu.co /
mariab.garciam@konradlorenz.edu.co - <http://http://cliniklab.konradlorenz.edu.co>



Depression Anxiety and Stress Scale - 21 (DASS-21)

Referencia original: Antony, M. M., Bieling, P. J., Cox, B. J., Enns, M. W., & Swinson, R. P. (1998). Psychometric properties of the 42-item and 21-item versions of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) in clinical groups and a community sample. *Psychological Assessment, 10*, 176-181. doi: 10.1037/1040-3590.10.2.176

Validación en Colombia: Ruiz, F. J., García-Martín, M. B., Suárez-Falcón, J. C., & Odriozola-González, P. (2017). The hierarchical factor structure of the Spanish version of Depression Anxiety and Stress Scale - 21. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 17*, 97-105.

Modo de corrección: el DASS-21 posee tres subescalas, Depresión (ítems: 3, 5, 10, 13, 16, 17 y 21), Ansiedad (ítems: 2, 4, 7, 9, 15, 19 y 20) y Estrés (ítems: 1, 6, 8, 11, 12, 14 y 18). Para evaluar cada subescala por separado, se deben sumar las puntuaciones de los ítems correspondientes a cada una. Pueden obtenerse un indicador general de síntomas emocionales sumando las puntuaciones de todos los ítems.

Interpretación: a mayor puntuación general, mayor grado de sintomatología.

Puntos de corte comúnmente utilizados:

Depresión:

5-6 depresión leve
7-10 depresión moderada
11-13 depresión severa
14 o más, depresión extremadamente severa.

Ansiedad:

4 ansiedad leve
5-7 ansiedad moderada
8-9 ansiedad severa
10 o más, ansiedad extremadamente severa.

Estrés:

8-9 estrés leve
10-12 estrés moderado
13-16 estrés severo
17 o más, estrés extremadamente severo.

