

Nicklas Alfredo Calderon-González; Darwin Fabricio Yungán-Agualsaca; Michell Stefannya Zurita-Delgado

[DOI 10.35381/cm.v12i1.2181](https://doi.org/10.35381/cm.v12i1.2181)

Salud Mental en Adolescentes y su Relación con el Derecho

Mental Health in Adolescents and Its Relationship to the Law

Nicklas Alfredo Calderon-González
alfredocg92@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de Los Andes; Riobamba, Chimborazo
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0004-3853-7214>

Darwin Fabricio Yungán-Agualsaca
darwinya42@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de Los Andes; Riobamba, Chimborazo
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0009-3794-5933>

Michell Stefannya Zurita-Delgado
Ur.michellzd90@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de Los Andes; Riobamba, Chimborazo
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0007-2162-4591>

Recepción: 15 de enero 2026
Revisado: 02 de marzo 2026
Aprobación: 15 de abril 2026
Publicado: 01 de mayo 2026

Nicklas Alfredo Calderon-González; Darwin Fabricio Yungán-Agualsaca; Michell Stefannya Zurita-Delgado

RESUMEN

El objetivo general de la investigación fue analizar la salud mental en Adolescentes y su relación con el derecho. Metodológicamente el estudio fue de enfoque cualitativo, debido a que busca comprender las emociones de los adolescentes en relación con su salud mental. El análisis de los resultados obtenidos a partir de las entrevistas realizadas a los estudiantes de la Unidad Educativa Riobamba revela una realidad preocupante en torno a la salud mental de los adolescentes. Las emociones predominantes en sus discursos como la ansiedad, la tristeza, el miedo y el estrés, no son hechos aislados, sino síntomas de un entorno emocionalmente exigente y poco contenedor. En conclusión, la ausencia de espacios institucionales destinados al acompañamiento emocional refleja una brecha importante en la atención integral que deben recibir los estudiantes. El enfoque sigue centrado en lo académico, dejando de lado las necesidades emocionales y psicológicas que condicionan el aprendizaje.

Descriptores: Salud mental; adolescente; derechos humanos; bienestar social; problema social. (Tesauro UNESCO).

ABSTRACT

The overall objective of the research was to analyze mental health among adolescents and its relationship to the law. Methodologically, the study took a qualitative approach, as it sought to understand adolescents' emotions in relation to their mental health. Analysis of the results obtained from interviews with students at the Riobamba Educational Unit reveals a concerning reality regarding adolescents' mental health. The predominant emotions in their accounts—such as anxiety, sadness, fear, and stress—are not isolated incidents but symptoms of an emotionally demanding and unsupportive environment. In conclusion, the absence of institutional spaces dedicated to emotional support reflects a significant gap in the comprehensive care that students should receive. The focus remains centered on academics, neglecting the emotional and psychological needs that influence learning.

Descriptors: Mental health; adolescents; human rights; social well-being; social problem. (UNESCO Thesaurus).

Nicklas Alfredo Calderon-González; Darwin Fabricio Yungán-Agualsaca; Michell Stefannya Zurita-Delgado

INTRODUCCIÓN

Lo psicológico es importante en el desarrollo integral de los jóvenes. No solo afecta su salud física, sino que también requiere que los jóvenes sean capaces de llevar vidas plenas en la sociedad y en la escuela. Hoy en día, a medida que más y más niños caen en sus garras, surgen preocupaciones sobre el estado mental de los jóvenes. Las enfermedades psicológicas, de hecho, son extremadamente comunes durante este periodo de crecimiento.

Estadísticas internacionales, como las de la OMS, indican que aproximadamente uno de cada siete adolescentes enfrenta algún tipo de enfermedad psicológica, lo que exige medidas efectivas para atenderlos (OMS, 2021). Sin embargo, aún no se ha apreciado completamente la magnitud de este problema; muchos países todavía consideran los esquemas gubernamentales para el tratamiento de salud mental como de segunda categoría en comparación con otras prioridades, una política que probablemente traerá consigo consecuencias irreversibles para el bienestar de los jóvenes.

Cuestiones legales y sociales relacionadas con el reconocimiento de los derechos de salud mental de los ciudadanos adolescentes. La garantía de este derecho ha avanzado tanto en la legislación nacional como en las convenciones internacionales en los últimos años, que han sido promulgadas para promover el acceso de los adolescentes a servicios de asesoramiento psicológico sin discriminación (Olivari et al., 2025; Fernández et al., 2021).

Sin embargo, el acceso no es suficiente; los servicios en sí deben ser de un nivel aceptable y adaptados para beneficiar a los adolescentes. El hecho de que la legislación reconozca un derecho particular no asegura que algo de ese tipo suceda en la práctica, por lo que los gobiernos necesitan concretar sus compromisos. Según las regulaciones actuales en Ecuador, los adolescentes tienen el derecho de recibir tratamiento psiquiátrico integral.

Nicklas Alfredo Calderon-González; Darwin Fabricio Yungán-Agualsaca; Michell Stefannya Zurita-Delgado

La Ley Orgánica de Salud establece la responsabilidad estatal de garantizar servicios integrales contra cualquier trastorno mental para la prevención, diagnóstico y terapia de individuos con tales afecciones (Congreso Nacional de Ecuador, 2006). Sin embargo, la ley no está en consonancia con la realidad. Muchos jóvenes ni siquiera conocen estos servicios; algunos no pueden obtener ayuda profesional porque las condiciones económicas, sociales y culturales restringen su acceso a ellos. Aprovechar al máximo esta legislación significará un conocimiento generalizado, arreglos financieros y la educación de quienes tienen formación psiquiátrica especializada.

Cuando el acceso a servicios psicológicos es escaso, pueden negarse otros derechos básicos de los adolescentes. En América Latina, las políticas públicas que priorizan la salud mental son en gran medida inexistentes, una situación que ha traído consigo un tratamiento desigual o ninguna atención en absoluto en algunos países (Vásquez-Valencia, 2025). Las implicaciones de esta tendencia exigen que los estados tomen medidas más fuertes para promover el bienestar general de las personas y particularmente el de los jóvenes que viven en diversas circunstancias económicas en todo el mundo.

El estigma respecto a la enfermedad mental en los adolescentes es ahora uno de los obstáculos más serios para obtener ayuda profesional. Muchos jóvenes no se atreven a hablar sobre sus sentimientos ni a buscar apoyo psicológico porque carecen de información sobre el tema y temen ser rechazados por la sociedad. Las cifras de UNICEF muestran que el estigma en torno a la depresión mental entre los adolescentes es una razón importante para que los jóvenes no busquen ayuda para recibir tratamiento, con consecuencias que solo empeoran su enfermedad. Pero dejando de lado este problema, el paso más sencillo para evitar que nuestra sociedad pierda permanentemente esta oportunidad es, francamente, la educación sobre lo que constituye la salud mental. Desde las familias hasta las escuelas y los organismos gubernamentales, se necesita crear una cultura de "sentirse como

Nicklas Alfredo Calderon-González; Darwin Fabricio Yungán-Agualsaca; Michell Stefannya Zurita-Delgado

solicitar ayuda" que permita a los adolescentes sentirse libres para expresar sus emociones y deseos.

Estos pueden incluir derechos educativos, derecho a la privacidad y libertad de que otros intenten hacernos daño. Ya que cualquier negligencia en la salud mental de los adolescentes no solo impedirá lo que son capaces de lograr en el ámbito de la autoprotección o la imaginación, sino que también afectará sus resultados académicos reales, dañará las relaciones interpersonales y afectará sus perspectivas futuras, se deduce que la integración en la sociedad general es tan esencial para los jóvenes en esta delicada etapa de transición de la vida como proporcionarles asistencia y mayores oportunidades de suministro de energía para salir adelante. Debería adoptarse un amplio marco de derechos humanos en relación con las políticas de salud mental. A su vez, hay evidencia creciente que demuestra la relación entre la salud y el entorno de los jóvenes a su alrededor (Gaete, 2015).

La salud mental de los adolescentes es un tema clave que exige no solo la acción del gobierno, sino también de la sociedad en general a tiempo para marcar alguna diferencia. Una cosa es que las leyes reconozcan tales derechos, y otra muy distinta es implementarlos. Se deben hacer esfuerzos más efectivos para eliminar el estigma social todavía asociado a los pacientes de salud mental, esfuerzos que requieren mucho trabajo y son difíciles. Esto es un proceso de defensa, promoción y educación para hacer que las personas tomen conciencia de la importancia que tiene la buena salud mental en sus vidas y estilos de trabajo. Los jóvenes que crecen en un entorno saludable y equilibrado van de la mano con el desarrollo de una sociedad moderna.

Un enfoque coordinado asegura que los adolescentes reciban todo el apoyo necesario para un desarrollo completo y saludable. El objetivo general de esta investigación fue analizar la influencia de la salud mental en el desarrollo académico, emocional y social de los jóvenes universitarios, a fin de proponer estrategias que fomenten su bienestar integral dentro del contexto educativo actual.

Nicklas Alfredo Calderon-González; Darwin Fabricio Yungán-Agualsaca; Michell Stefannya Zurita-Delgado

MÉTODO

La presente investigación utiliza un enfoque cualitativo, debido a que busca comprender, desde una perspectiva interpretativa, las experiencias, percepciones y emociones de los adolescentes en relación con su salud mental, así como su vínculo con el entorno educativo y el acceso a sus derechos. Este enfoque permite analizar la realidad social en profundidad a partir de los relatos, pensamientos y vivencias de los participantes, sin la intención de generalizar estadísticamente los resultados, sino de construir significados basados en las experiencias reales de los sujetos involucrados. De esta manera, se pretende comprender cómo los adolescentes perciben su bienestar psicológico y cuáles son los factores sociales, educativos y jurídicos que influyen en su desarrollo integral.

En cuanto a los materiales utilizados, la investigación se apoya en fuentes primarias y secundarias. Entre las fuentes primarias se encuentran las leyes y normativas ecuatorianas relacionadas con la salud mental y los derechos de los adolescentes, tales como la Ley Orgánica de Salud y el Código de la Niñez y Adolescencia, además de registros e información provenientes de instituciones públicas como el Ministerio de Salud Pública del Ecuador y el Ministerio de Educación. Por otra parte, las fuentes secundarias incluyen libros, artículos académicos, tesis e investigaciones previas desarrolladas en universidades ecuatorianas, así como informes de organismos internacionales como la Organización Mundial de la Salud (OMS), UNICEF y Human Rights Watch, los cuales aportan información relevante sobre salud mental y derechos juveniles.

Respecto a los métodos empleados, la investigación adopta nuevamente el método cualitativo como estrategia principal para interpretar las experiencias y emociones de los adolescentes en torno a su salud mental y su interacción con el entorno educativo y jurídico. Este método facilita el análisis profundo de las problemáticas emocionales y sociales que afectan a los jóvenes, permitiendo identificar aspectos que frecuentemente permanecen invisibilizados dentro de la sociedad y las instituciones.

Nicklas Alfredo Calderon-González; Darwin Fabricio Yungán-Agualsaca; Michell Stefannya Zurita-Delgado

En relación con el alcance de la investigación, el estudio posee un carácter descriptivo y analítico. El alcance descriptivo permite caracterizar las principales problemáticas emocionales que afectan a los adolescentes, así como las condiciones escolares y familiares que influyen en su bienestar psicológico, identificando patrones, situaciones recurrentes y elementos contextuales relevantes. Por otro lado, el alcance analítico busca profundizar en la relación entre la salud mental adolescente y el derecho en el Ecuador, examinando los desafíos normativos, las limitaciones en el acceso a servicios de salud mental y la protección efectiva de los derechos de los menores. Asimismo, la investigación parte de la premisa de que, aunque la salud mental adolescente es reconocida dentro de la legislación ecuatoriana, continúa siendo un tema insuficientemente abordado en la práctica educativa y jurídica, lo que justifica la necesidad de estudiar esta problemática de manera integral y crítica.

RESULTADOS

¿Cuáles son los principales factores que afectan la salud mental en estudiantes?

A través del levantamiento de información realizado mediante encuestas, se identificó que los principales factores que afectan la salud mental de los estudiantes son el estrés académico, la presión por obtener resultados sobresalientes, la carga horaria excesiva, así como problemas familiares, inestabilidad económica y el uso desmedido de redes sociales. Estos elementos desencadenan estados de ansiedad, fatiga mental, irritabilidad y episodios depresivos. La Organización Mundial de la Salud (2022) advierte que el 35% de los estudiantes a nivel mundial presentan síntomas de ansiedad o depresión, lo que confirma la magnitud del problema. Asimismo, estudios señalan que “el contexto académico genera un entorno de alta exigencia que pone en riesgo el equilibrio emocional del estudiante (Ministerio de Salud Pública del Ecuador, 2023; UNICEF, 2022).

¿Cómo repercuten los problemas de salud mental en el desarrollo académico y social del estudiante?

Nicklas Alfredo Calderon-González; Darwin Fabricio Yungán-Agualsaca; Michell Stefannya Zurita-Delgado

Los problemas emocionales y psicológicos afectan negativamente el rendimiento académico, limitando la capacidad de concentración, la retención de información y el cumplimiento de tareas. De los encuestados, un alto porcentaje manifestó sentirse agotado emocionalmente, con desmotivación constante y sensación de fracaso. A nivel social, muchos estudiantes indicaron aislarse, tener dificultades para socializar o sostener vínculos afectivos estables. Según la Asociación Americana de Psicología (APA, 2023), “la salud mental influye de forma determinante en la manera en que los estudiantes enfrentan los retos académicos y construyen relaciones interpersonales sanas”. Esto evidencia que el problema no solo es individual, sino estructural y requiere abordajes institucionales integrales.

¿Qué percepción tienen los estudiantes sobre el acompañamiento psicológico ofrecido por las instituciones?

Una parte significativa de los encuestados afirmó desconocer los servicios psicológicos disponibles en sus colegios, mientras que otros consideran que estos no son suficientes o no se adaptan a sus horarios. También se reportó una falta de promoción de estos servicios, así como una cultura institucional que no prioriza el bienestar emocional.

¿Qué estrategias consideran los estudiantes que podrían mejorar su bienestar emocional en el contexto educativo?

Entre las propuestas más reiteradas por los estudiantes se encuentra la creación de espacios de escucha activa y emocional, el fortalecimiento de los departamentos de orientación psicológica, la realización de talleres sobre manejo del estrés, ansiedad y habilidades socioemocionales, y la integración del bienestar mental en la malla curricular. Asimismo, se sugiere garantizar atención psicológica gratuita y permanente dentro de los campus, así como fomentar campañas de sensibilización que ayuden a reducir el estigma en torno a la salud mental. Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2023), “invertir en salud mental dentro de entornos educativos es una medida clave para prevenir crisis emocionales, reducir la deserción y mejorar el rendimiento académico de los estudiantes”.

Nicklas Alfredo Calderon-González; Darwin Fabricio Yungán-Agualsaca; Michell Stefannya Zurita-Delgado

DISCUSIÓN

El análisis de los resultados obtenidos a partir de las entrevistas realizadas a los estudiantes de la Unidad Educativa Riobamba revela una realidad preocupante en torno a la salud mental de los adolescentes. Las emociones predominantes en sus discursos como la ansiedad, la tristeza, el miedo y el estrés, no son hechos aislados, sino síntomas de un entorno emocionalmente exigente y poco contenedor.

Una de las causas más recurrentes identificadas fue la presión académica, que, lejos de motivar a los estudiantes, genera un nivel de carga emocional que limita su bienestar y su rendimiento. Muchos de ellos sienten que deben cumplir con altas expectativas tanto de parte de sus familias como de los docentes, lo cual deriva en episodios de angustia y frustración, especialmente cuando no logran alcanzar los resultados esperados.

En el plano familiar, se evidenció que la falta de comunicación y afecto, así como la presencia de conflictos constantes, inciden negativamente en la estabilidad emocional de los adolescentes. La familia, que debería ser un pilar de contención y apoyo, en muchos casos se convierte en una fuente adicional de estrés, lo cual repercute en la autoestima y en la capacidad de los jóvenes para afrontar los desafíos cotidianos.

Un hallazgo significativo es la percepción de soledad y el sentimiento de no ser escuchados. Muchos estudiantes afirmaron no contar con personas de confianza para compartir lo que sienten, lo que incrementa su vulnerabilidad emocional. Este aislamiento, en algunos casos, puede derivar en comportamientos de retraimiento, apatía o, incluso, pensamientos negativos hacia sí mismos.

Además, el impacto de las redes sociales fue mencionado como un factor que influye en la construcción de la autoimagen. Las comparaciones constantes con otras personas, el ideal de perfección y la validación social a través de "likes" afectan el desarrollo emocional y la percepción de valía personal de los adolescentes.

Nicklas Alfredo Calderon-González; Darwin Fabricio Yungán-Agualsaca; Michell Stefannya Zurita-Delgado

CONCLUSIONES

Desde el análisis cualitativo de estos relatos, se evidencia que el sistema educativo aún no ha incorporado de forma efectiva estrategias que prioricen la salud mental. La ausencia de espacios institucionales destinados al acompañamiento emocional refleja una brecha importante en la atención integral que deben recibir los estudiantes. El enfoque sigue centrado en lo académico, dejando de lado las necesidades emocionales y psicológicas que condicionan el aprendizaje.

Por ello, se vuelve imprescindible fomentar un modelo educativo que incluya la educación emocional como eje transversal, el fortalecimiento del departamento de consejería estudiantil, y la implementación de programas permanentes de prevención, sensibilización y atención psicológica. Solo así se podrá construir un entorno escolar verdaderamente inclusivo, empático y saludable.

FINANCIAMIENTO

No monetario.

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Regional Autónoma de los Andes, en el desarrollo de esta investigación.

REFERENCIAS CONSULTADAS

- Asociación Americana de Psicología (APA, 2023). Elevando el nivel de la salud mental digital. <https://www.apa.org/>
- Congreso Nacional del Ecuador. (2006). Ley Orgánica de Salud. Quito, Ecuador. Ley 67 Registro Oficial Suplemento 423 de 22-dic.-2006. <https://n9.cl/4kfc>
- Fernández, O., Irrázaval, M., Ortega, B., Carrasco, P., Martínez, P., Rojas, G., & Mundt, A. (2021). Salud mental primaria para niños, niñas y adolescentes institucionalizados: perspectiva de equipos de salud. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 19(2), 103-121. <https://n9.cl/8bxwy2>

Nicklas Alfredo Calderon-González; Darwin Fabricio Yungán-Agualsaca; Michell Stefannya Zurita-Delgado

- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista chilena de pediatría*, 86(6), 436-443. <https://n9.cl/e31jl>
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2023). MSP realizó más de 600 mil atenciones en salud mental en el primer semestre de 2023. <https://n9.cl/dws6a6>
- Olivari, C., Núñez, R., Ferrufino-Borja, D., & Méndez-Bustos, P. (2025). Autonomía y búsqueda de cuidados en salud mental adolescente. *Acta bioethica*, 31(2), 215-223. Epub 02 de agosto de 2025. <https://n9.cl/4na6eu>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2021). La salud mental de los adolescentes. <https://n9.cl/8pv0>
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2023). Una Nueva Agenda para la Salud Mental en las Américas. <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>
- UNICEF. (2022). Más del 20% de los adolescentes de todo el mundo sufren trastornos mentales. <https://n9.cl/gwkua>
- Vásquez-Valencia, M. (2025). Del menor anormal al niño psicosocial: la OPS/OMS y la emergencia de la salud mental infantil en América Latina (1950-1990). <https://n9.cl/op353p>