



MIEMBRO DE LA RED  
ILUMNO

**INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA POLITÉCNICO GRANCOLOMBIANO**  
FACULTAD DE SOCIEDAD, CULTURA Y CREATIVIDAD  
GRUPO DE INVESTIGACIÓN DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y CULTURA  
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN PSICOLOGÍA EDUCATIVA-CLINICA  
DEPARTAMENTO ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA  
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

**PROYECTO DE PRÁCTICA II – INVESTIGACIÓN APLICADA**

TÍTULO DEL PROYECTO:

***FACTORES QUE PUEDEN INFLUIR EN LA APARICIÓN DE LA DEPRESIÓN EN LOS JÓVENES ESTUDIANTES DE DISEÑO GRAFICO DE LA FUNDACIÓN DE ESTUDIOS SUPERIORES DE COMFANORTE FESC, EN LA CIUDAD DE CÚCUTA DURANTE LA PANDEMIA DEL 2020***

PRESENTA:

NANCY COMBITA PRIETO CÓDIGO 1621020726

MARIANO ASSIS BARROS WEEBER CÓDIGO 132102 0014

NANCY BURGOS GUZMÁN CÓDIGO 1611026364

LIGIA MARÍA DELGADO MARTÍNEZ CÓDIGO 1411023652

YUDI ELIANA LÓPEZ CÓDIGO 1721024987

SUPERVISOR DE PRÁCTICA:

MGS. RODRIGUEZ RIVEROS OSCAR JAVIER

BOGOTÁ, AGOSTO-DICIEMBRE DE 2020

Resumen.....	1
Capítulo 1. Introducción.....	2
Descripción del contexto general del tema. ....	3
Planteamiento del problema.....	4
Pregunta de investigación.....	5
Objetivo general. ....	5
Objetivos específicos.....	5
Justificación.....	5
Capítulo 2. Marco de referencia.....	7
Marco conceptual. ....	8
Título nivel 3. ....	9
Marco teórico. ....	9
Título nivel 3. ....	10
Marco Empírico.....	10
Título nivel 3. ....	11
Capítulo 3. Metodología.....	13
Tipo y diseño de investigación.....	13
Participantes. ....	13
Instrumentos de recolección de datos.....	14
Estrategia del análisis de datos.....	14
Consideraciones éticas. ....	15
Capítulo 4. Resultados.....	16
Discusión.....	117
Conclusiones. ....	18
Limitaciones. ....	19
Recomendaciones.....	20
Referencias bibliográficas.....	22
Anexos.....	28

**Lista de tablas**

Tabla 1. Cuadro secuencial analisis del proyecto ..... 28

Tabla 2. Matriz de hallazgos bibliográficos.....29

Tabla 3. Resultado Lista de chequeo.....32

Tabla 4. porcentaje del análisis.....34

Tabla 5. Lista de chequeo.....38

## Lista de figuras

iv

Figura 1. Anexo. Video: Jovenes que han presentado depresión en pandemia .....	42
Figura 2. Anexo. Video: Depresión en adolescentes y adultos. ....	42
Producto Multimedia: Ubicar el link del producto desarrollado.....	42
<a href="https://youtu.be/29Z83aZNi4c">https://youtu.be/29Z83aZNi4c</a>	

El hecho de que los jóvenes se encuentren cumpliendo con un aislamiento impuesto por el gobierno debido a la pandemia, y que esto los obligue a estar lejos de aquellos que les importan, está ocasionándoles complicaciones de salud mental como la depresión. Para analizar cuáles son aquellos factores que pueden influir para que se desarrolle la depresión en los jóvenes, se desarrolló esta investigación con los jóvenes estudiantes, de tercer y cuarto semestre de la Fundación de Estudios Superiores de Comfanorte FESC, de la Facultad de Diseño Gráfico, con edades entre 16 y 21 años, en la ciudad de Cúcuta, durante la pandemia del 2020, utilizamos el método de estudio mixto aplicando muestreo teórico, realizado a 50 estudiantes de semestres 3 y 4 con aplicación de encuestas y desarrollo de redacción y creaciones que permitan profundizar en el tema a nivel exploratorio y explicativo para analizar con lista de chequeo a nivel cuantitativa como instrumento, diseñada con el fin entender su estructura mental apoyándonos en las teorías de Beck. Resultados más sobresalientes nos indican la presencia del estado mental con depresión en gran porcentaje de los jóvenes estudiantes. Conclusiones del análisis indican que factores específicos de tipo familiar o relacionados con el trabajo en casa, y la falta de estrategias para que los jóvenes afronten la pandemia de manera mentalmente saludable, pueden ser determinantes para que aparezca la depresión. El tema de interés se desarrolla partiendo de la premisa de promover la salud y prevenir la enfermedad.

**Palabras clave:** Salud mental, pandemia, familia, educación, depresión.

**Abstract.**

The population of young people that are on social isolation and with mobility restrictions without social contact because of the pandemic, are presenting mental health complications as depression. In order to analyze the objective of which are the factors that can generate the rise of the depression in young people, students from 3rd and 4th semester from the foundation of superior studies from Comfanorte FESC, from The faculty of graphic design between 16 and 21 years old from Cúcuta City while the pandemic from 2020, we used the mixture method applying theoretic sampling, performed to 50 students from from 3rd and 4th semester with survey and reduction development and creation that allowed us go deep in the subject of exploratory and explainable level with a checklist on a quantitative level as an instrument design with the goal of understand the mental structure relay on the Beck theories. overstanding results indicate the presence of a mental state with depression in a great percentage from the young students. . Conclusions from the analysis indicate that the specific family factors related with the homework with strategies to make the young population face the pandemic with a healthy mindset can bias the appearance of depression. The subject of interest is develop in the area of health promotion and prevention of the disease.

**Key words:** mental health, pandemic, family, education, depression.

**Introducción.**

El año 2020, definitivamente ha sido de confrontaciones y transformaciones, que han impactados todo el universo humano e incluso sus entornos. Esto se nota en los modos de vida, las relaciones sociales, el núcleo familiar, e incluso los procesos económicos; estos últimos con connotaciones desfavorables para nuestro país y sus altas tasas de desempleo, sumadas a las dificultades de los hogares colombianos para cubrir sus necesidades básicas. Esto sin lugar a dudas ha ocasionado consecuencias psicosociales que han afectado directamente la salud mental de las personas (Rodríguez, 2020).

En este escenario, los jóvenes en aislamiento y sin poder salir a encontrarse con sus pares, están empezando a presentar complicaciones psiquiátricas que pueden ser leves pero que podrían convertirse en verdaderos trastornos mentales como el insomnio, la ansiedad, la depresión, o trastornos por el estrés que causa el estar sometido a la inclemencia del COVID 19. Entre otros síntomas que podrían presentarse, están una profunda angustia y el deterioro de las relaciones sociales y laborales, configurados en trastorno de la adaptación, ánimo triste, seguido de trastorno depresivo mayor. Manrique et al (2020) afirman que adaptarse con velocidad a dichos cambios amenaza la vida y la supervivencia en la sociedad y en especial, para los jóvenes en los núcleos familiares, lo que constituye un verdadero desafío para las instituciones, el gobierno, la sociedad y su núcleo principal, la familia.

**Descripción del contexto general del tema.**

Si bien es cierto que la presencia del Coronavirus ha revelado aspectos críticos de la salud mental, no solo de jóvenes, si no de los colombianos en general, este problema no es nada nuevo. Según el Ministerio de Salud en su boletín 138 de 2020, afirma que de cada 100 colombianos 5 están propensos o tienen algún síntoma de depresión, y 3 de cada 100 ya han sido diagnosticados con la enfermedad. Entre tanto, el Instituto Nacional de Salud en el 2017 reportaba que, en solo 10 meses de ese año, a finales del mes de octubre, se habían presentado 9.214 intentos de suicidio, donde la mayoría de ellos estaban precedidos por crisis de depresión. Profamilia en un estudio realizado en mayo de este año, muestra las cifras de la encuesta nacional de salud mental,

realizada en el año 2015, donde al interior de los encuestados se encontraron datos como que el 53% padecía o había tenido episodios de ansiedad y el 80% de depresión.

La Universidad Javeriana también realizó este año un estudio con adultos jóvenes de Suramérica, con edades entre 18 y 24 años, especialmente Colombia, Perú y Argentina, donde además de buscar cifras de salud mental, síntomas y progresión de la enfermedad, también se pretendía analizar la capacidad de resiliencia de los jóvenes, e identificar las estrategias utilizadas para afrontar la crisis generada por el confinamiento. Este estudio de plano reveló, que para todos los jóvenes la cuarentena ha impactado negativamente sus vidas. Además de esto, el 68% de ellos habían presentado depresión, el 53% ansiedad y el 17% ansiedad severa. El Decano de la Facultad de Medicina de la Universidad Javeriana, da cuenta de 1.200 incidentes de salud mental, en la ciudad de Bogotá en tan solo un mes, luego de la puesta en marcha de la línea telefónica de atención en salud mental. En ella se revela que los motivos de consulta son principalmente la ansiedad, el estrés y la depresión, respectivamente, y los grupos poblacionales que más acuden a ella se encuentran en su orden, entre los 20 a los 29, los 30 a los 39 y entre los 10 a los 19 años (Gómez 2020).

Otra mirada de la problemática parte de las medidas restrictivas de la cuarentena, las cuales fueron impuestas por los gobiernos a nivel mundial. Las familias de un momento para otro se vieron reclusos en un mismo espacio, donde se desarrollaba además de sus actividades familiares cotidianas, el trabajo y/o los estudios. La doctora Agnes Brossa, psicóloga de familia de la Universidad de Palermo en Argentina, realizó un análisis a una población de 1.000 estudiantes, donde concluyó que la situación para los jóvenes es realmente compleja, más aún cuando el rol de los padres ha pasado de acompañantes y amigos a policías, lo que desencadena en que los jóvenes se sientan abandonados o en su defecto acosados, alejados de las dinámicas intrafamiliares, convergiendo esto en problemas de comunicación, afectividad, auto estima y del fortalecimiento de la personalidad en la población sujeto de este análisis (Millet, 2020).

Durante el desplazamiento de la educación presencial por la educación virtual, el contacto se da a través equipos de informática, perdiéndose el contacto físico, que claro está, evita el peligro de un virus, pero que propicia la aparición de la tristeza, cohesión de la libertad, así lo refleja una encuesta hecha por la doctora Rocío Márquez, psicóloga estudiantil de la Universidad de la Sábana en Bogotá, en un sondeo hecho a 1.000 estudiantes de dicha institución educativa, donde concluyó que el 80% de los casos, se han acoplado paulatinamente a esta nueva dinámica

educativa, pero extrañan compartir con sus semejantes. Sin lugar a dudas, esto converge en estrés y sensación de soledad absoluta “actualmente los jóvenes tienen por primera vez miedo al mañana, no hacen gala de la resiliencia pues no la tienen, les hace falta sentirse libres de ir y venir con sus amigos: el crecimiento de los tejidos sociales en simultánea con su personalidad, la angustia se apodera de ellos, porque no saben cuándo van a volver a estar juntos en pleno contacto físico y emocional, con sus amistades” (Sánchez, 2020).

Entonces, es posible afirmar que el distanciamiento social está generando alteraciones mentales en la juventud, causadas por la imposibilidad de verse, abrazarse, salir con amigos, estar con su novio(a); por mencionar solo algunas de las cosas que más extrañan los jóvenes, el 98.5% de un total de 50 jóvenes, para ser más exactos, según los datos que arrojó un estudio que investiga sobre las consecuencias psicoafectivas de la pandemia (Canals, 2020).

Finalmente, es válido resaltar que entre las secuelas más comunes por el confinamiento están: sentirse agobiado, ansioso, y mucho más grave, deprimido. Por su parte, los jóvenes con familiares fallecidos, a los cuales no pudieron despedir, padecen episodios más críticos, que pueden derivar en un incremento de la depresión, afectando su salud mental (Ruiz, 2020).

### **Planteamiento del problema**

Los efectos causados por la pandemia COVID 19, lo que implica para la salud mental y los resultados del confinamiento son en este momento estudiados en los diferentes países del mundo. Muchas son las investigaciones sobre efectos psicológicos, sociales y neurocientíficos, para identificar eficazmente las necesidades de los pacientes. Estudios realizados en el Reino Unido, afirman que esta pandemia se da en un contexto donde los problemas de salud mental prevalecen acentuadas por el aislamiento social. (López 2020).

De todo lo anteriormente señalado, surge la necesidad de diseñar estrategias para implementar sistemas de prevención y de generación de fortaleza mental, frente a situaciones de depresión. Estrategias dirigidas a los jóvenes principalmente, debido a su alto grado de vulnerabilidad. Este fenómeno nos conduce a la siguiente pregunta.

### **Pregunta de investigación.**

¿Cuáles son los factores que pueden influir en la aparición de la depresión en jóvenes estudiantes de tercer y cuarto semestre de la Fundación de Estudios Superiores de Comfanorte



FESC, de la Facultad de Diseño Gráfico, con edades entre 16 y 21 años, en la ciudad de Cúcuta 5 durante la pandemia del 2020?

### **Objetivo general.**

Analizar cuáles son los factores que pueden influir en la aparición de la depresión en los jóvenes estudiantes de tercer y cuarto semestre de la Fundación de Estudios Superiores de Comfanorte FESC de la Facultad de Diseño Gráfico, con edades entre 16 y 21 años, en la ciudad de Cúcuta durante la pandemia del 2020.

### **Objetivos específicos.**

1. Determinar la existencia de factores específicos familiares que favorecen la aparición de patologías como depresión en medio del confinamiento.
2. Establecer la estratificación de factores relacionados con el trabajo en casa que desencadenan estado depresivo.
3. Identificar estrategias para que los jóvenes afronten la pandemia de manera mentalmente saludable.

### **Justificación.**

Para analizar cuáles son los factores que pueden influir en la aparición de la depresión en los jóvenes estudiantes de diseño gráfico de tercer y cuarto semestre de la fundación de estudios superiores de Comfanorte FESC, con edades entre 16 y 21 años, en la ciudad de Cúcuta durante la pandemia 2020 tendremos como referencia algunos estudios. Según The National Institute of Mental Health (2018), la depresión es una enfermedad común, que influye en la capacidad para realizar actividades diarias; puede presentarse en cualquier edad y sus síntomas dan inicio en la adolescencia o en adultos jóvenes. En Colombia estos últimos, de entre 16 y 21 años son en los que se muestra mayor incidencia, a comparación de las otras edades (Arrieta, 2014). Las Naciones Unidas por su parte, hacen referencia a que la población joven es una de las poblaciones más vulnerables, ya que se encuentran en un ciclo vital individual donde están en desarrollo emocional, adicionándole que puede aumentar el abuso que padecen en el ámbito familiar.

En esta misma medida, según el Ministerio Nacional de Salud (2020), luego de la implementación de líneas territoriales de salud mental, se evidenció un aumento en las consultas de dicha población, hasta del 30% durante la pandemia, siendo la depresión, ansiedad y violencia los motivos de consulta más frecuentes.

Para conocer el crecimiento de la depresión en jóvenes, observar la pandemia del COVID-19, su impacto en el bienestar físico de miles de personas (aumentando la morbimortalidad) y las repercusiones en el bienestar mental, se logra evidenciar en un estudio realizado por los departamentos de Psiquiatría, Salud Mental, Epidemiología Clínica y Bioestadística de la Pontificia Universidad Javeriana (2020), en adultos jóvenes de 18 a 24 años durante y después del distanciamiento social obligatorio, donde el 49,8% de los participantes consideró que el coronavirus ha afectado mucho en sus vidas, el 50,3% afirmó haber tenido dificultades para estudiar virtualmente, el 21,3% ha perdido su trabajo o ha dejado de trabajar y el 15,9% no ha recibido tratamiento adecuado para resolver un problema de salud mental.

En Colombia y alrededor del mundo, es importante tener en cuenta, como lo afirma Guzmán y Tamayo (2020), todos los síntomas sugestivos de ansiedad o depresión se ven influenciados por diferentes factores intrínsecos y extrínsecos de cada individuo como el entorno social, familiar y hasta situaciones difíciles como la pérdida de allegados, viéndose reflejado esto en la afectación de las dinámicas sociales, laborales y personales de cada individuo.

De esta manera y con el fin de realizar intervenciones de salud mental apropiadas y oportunas, el apoyo de las teorías de Aarón Beck, Sigmund Freud, Albert Ellis, entre otros, sirven como base de esta investigación para identificar cuáles serían las herramientas idóneas, como test, cuestionarios, inventarios y organizar las conclusiones y sugerencias de este estudio y posible aumento del trastorno psicológico como es la depresión en los jóvenes del que se ocupa este caso, cuantificando los datos, con método paramétrico, clasificando, edad, nivel estudio, número de personas en el hogar, padres, hermanos, hijos, estrato, conceptos, estructura mental.

## **Capítulo 2.**

### **Marco de referencia.**

Según la Asociación Americana de Siquiatría, DSM-5 por sus siglas en inglés *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, la depresión es uno de varios trastornos mentales

que interfieren en el estado de ánimo de un individuo, el más frecuente en consulta y uno de los 7 que más ha aumentado en la situación actual. Su presentación puede variar, pero generalmente, los individuos que cursan con este trastorno se describen en términos de tristeza y pueden referir problemas del sueño, del apetito y especialmente, suelen referir anhedonia.

Según el tercer informe sobre ansiedad, depresión y miedo reportado por Profamilia en el mes de mayo, se pueden identificar los factores que promueven estos tres sentimientos e impactan la salud mental de las personas, especialmente a los jóvenes. Dentro del estudio se identificó que las afectaciones más comunes fueron el nerviosismo, el cansancio, la inquietud y la rabia. Así mismo, se evidencian las 5 preocupaciones más recurrentes en las personas: un 79% de los encuestados refirió tener miedo de que algún familiar se contagie, el 74% de que algún familiar o él mismo pueda tener una emergencia médica y no reciba atención, el 71% se preocupa por las personas más vulnerables, el 69% porque las personas no adoptan las medidas de bioseguridad y el 64% por su futuro y la recesión económica actual. (Profamilia, 2020, p. 1).

El estudio también permitió entender, que los jóvenes son la población con mayor preocupación referente a que la pandemia no sea controlada y por no tener claro en qué momento se retomará a la vida normal, así mismo el 8% de los jóvenes refirieron estar preocupados por diferentes situaciones de violencia familiar que se puedan presentar. El 44% de esta población, muestra preocupación frente a falta de empleo y también fueron quienes más afirmaron padecer alguna enfermedad mental actual o en los 6 meses anteriores.

Teniendo en cuenta estos resultados obtenidos en el estudio, se concluyó que los jóvenes presentaron un mayor porcentaje en todas las categorías de síntomas asociados a la salud mental, el 62% refirió haberse sentido cansado sin ningún motivo, el 61% se sintió nervioso y el 60% refirió haberse sentido inquieto.

Dentro del informe de políticas de las Naciones Unidas, 2020, La COVID-19 y la necesidad de actuar en relación con la salud mental: también hace referencia a la población joven respecto a su salud mental. En dicho documento, la población es categorizada como un grupo de población específica que padece niveles altos de angustia psicológica en relación a la enfermedad. Refieren que las dificultades emocionales se exacerban por el estrés dentro del círculo familiar, por el aislamiento social, la interrupción de su educación y así como el reporte de Profamilia nos lo mencionaba, también por la inseguridad sobre el futuro. Teniendo en cuenta lo anterior, nos explican que las consecuencias sociales de la pandemia, el estrés, el aislamiento,

y la violencia familiar pueden afectar considerablemente el desarrollo normal de la salud cerebro-cognitivo de niños y adolescentes, especialmente en la última población, ya que una gran parte de los trastornos mentales aparecen en esta etapa de la vida. 8

Es importante destacar en la educación que este grupo poblacional de jóvenes no solo está siendo afectado por las situaciones anteriormente descritas, sino también por las modificaciones académicas y su transición a la virtualidad; que como lo menciona Mendoza (2017), la condición mental de los estudiantes se puede ver afectada y los síntomas depresivos pueden presentarse en estudiantes universitarios de reciente ingreso, debido a las labores académicas, que se complican por dificultades en el desarrollo del aprendizaje, el ritmo de estudio, la intensidad horaria, lo estrictos de los docentes y los cambios en el horario del sueño; es importante tener en cuenta que la población más afectada con esta patología es la población femenina en comparación con hombres.

### **Marco conceptual.**

En cuanto a salud mental la depresión en jóvenes, según MayoClinic, pueden cambiar algunos síntomas a diferencia de la depresión en adultos; dentro de las manifestaciones, se puede evidenciar cambios de actitud y del comportamiento provocando angustia y deterioro en el marco biopsicosocial del joven. Esto, puede tener grandes consecuencias y necesitar tratamientos a largo plazo, ya que en la mayoría de esta población la sintomatología mejora evidentemente con un tratamiento de enfoque combinado con psicoterapia y farmacoterapia.

Según la OMS, 2020 los trastornos mentales representan el 16% de la carga mundial de enfermedades en personas con edades comprendidas entre 10-19 años, donde la mitad de los trastornos mentales inician de manera temprana, pero no son detectados ni tratados oportunamente, lo que puede generar consecuencias en la adultez, afectando el entorno y calidad de vida del paciente, siendo la depresión una de estas patologías que generan discapacidad entre jóvenes y adolescentes a nivel mundial. Como se mencionó anteriormente, dentro de los primeros indicadores de la enfermedad en adolescentes, también se puede presentar reacciones excesivas de irritabilidad, frustración o enojo, mostrando cambios rápidos e inesperados del estado de ánimo y arrebatos emocionales. Se debe tener en cuenta que este grupo de edad es propenso a manifestar síntomas físicos relacionados con sus emociones como dolor abdominal, jaquecas o presencia de náuseas, así como también puede conducir a conductas suicidas o al suicidio.

Esta organización promueve realizar intervenciones en la salud mental de los jóvenes con el fin de generar en ellos mayor capacidad para controlar sus emociones, maximizar sus alternativas frente al riesgo, incentivar y promover la resiliencia frente a hechos dolorosos o complicados y promover entornos sociales de encuentro; así como la detección temprana y oportuna, abordando las necesidades de estos pacientes, priorizando el enfoque psicoterapéutico, dejando a un lado el psicofarmacológico.

### **Marco teórico.**

La teoría y/o modelos que fundamenta el fenómeno y la problemática a estudiar es la terapia cognitiva de Beck (A. T. Beck, et al., 1983; J. Beck, 2000).

En ella se observa que cualquier intervención sobre el área cognitiva de la persona, deberá tener como consecuencia cambios en su estado anímicos lo que afectará sin lugar a dudas su esfera conductual. La terapia cognitiva busca tratar a la persona modificando sus procesos de cognición; donde cada patología mental debe tratarse con estrategias diferenciadas (A.T. Beck, 2005). Lo anterior sin que el cambio que se produzca se inserte en el área tratada: conducta, pensamiento o emoción.

Para el caso de Beck, centra en la observación su trabajo hipotético sobre el pensamiento de quienes padecen depresión; de ahí surge su “tríada cognitiva”, que nos dice que tener pensamientos negativos, lo que distorsiona la “realidad”, tiene su desarrollo en tres áreas diferentes: concepto negativo de sí mismo, del mundo y del futuro (Korman 2011).

Se han llevado a cabo estudios al respecto en nuestro país, el más relevante realizado por profesionales de la salud mental en la Universidad Javeriana de Bogotá. Se han llevado a cabo múltiples estudios alrededor del mundo, como lo fue en Reino Unido en población joven con antecedentes psiquiátricos, donde un 32% refirió que la pandemia había afectado muy negativamente en su salud mental, y que las causas principales fueron nuevamente, la preocupación por la salud de familiares, el cierre de escuelas o universidades, la pérdida de la rutina y la pérdida de conexión social.

### **Marco Empírico.**

En el Colombian Journal Of Anesthesiology (2020), se afirma que la pandemia Covid -19 trae consigo consecuencias sobre la en la salud mental, asociado principalmente al aislamiento

social, generando alteraciones psicológicas asociadas, que pueden tener síntomas aislados, pero<sup>10</sup> también trastornos complejos, que pueden afectar la funcionalidad y llevar a la depresión.

Beuchat (2016), comenta: Charlar con el autor del atlas de la depresión, Andrew Salomón que escribió el mejor tratado sobre este mal concluye que afecta al 15% de las personas del mundo.

En 5 teorías que explican las causas de la depresión, (Bertrand, 2020) dice:  
De los temas que más inquietud generan en los investigadores mentales, la depresión ocupa los primeros lugares en interés.

Para el Grupo gestión de información en salud (2018), a lo largo del mundo son más de 300 millones de personas que padecen depresión en algún grado.

López (2020), revela como en el Reino unido investigaciones profesionales analizan si el COVID 19 es capaz de infectar el cerebro y/o generar respuestas inmunes que tengan consecuencias adversas sobre la función del cerebro y la salud mental.

Medina (2015), afirma en su estudio que la depresión y otros trastornos psiquiátricos, son problemas de salud mental que afectan al país y afirma que la enfermedad disminuye la calidad de vida.

En Minsalud (2017) en su boletín de salud mental depresión dice es unas enfermedades no trasmisibles y considerada que el COVID 19 será por mucho la enfermedad del siglo, y dentro de ella una consecuencia es la depresión y debe entenderse como un tema de salud pública, por el impacto que tiene no solo en la persona, sino también en su familia y su comunidad.

Meneses (2017) en su estudio Trastornos depresivos Universidad Nacional de Colombia, afirma que los trastornos de estado de ánimo son síndromes en los que no solo se encuentra alterado este, sino que hay perturbaciones en el pensamiento, el estado psicomotor, el comportamiento y la motivación y la función social.

En su hallazgo, Molina (2020), dice, Colombia desafíos poscuarentena: La medida en Colombia se sumó a la tomada en muchos países observando cambios de vida cotidiana de la población. 11

Muñoz y Muriel (2020), expresan que las repercusiones psicológicas de la pandemia y la importancia de la tele psicología dentro de ella, deben poner de presente la psicología y su incidencia en el ámbito social y organizacional. Según él, nuestro país está evidenciando todos los factores y las consecuencias psicológicas, sociales y organizacionales producto de la crisis sanitaria que vivimos.

La Organización Panamericana de la salud (2017), en estudios realizados ubica a la depresión como uno de los trastornos más predominantes en la población.

Por su parte Posada (2020), muestra que en Colombia las patologías mentales se hacen presentes especialmente en niños, adolescentes y adultos jóvenes, afectando directamente su desempeño académico, productivo y en consecuencia la económica de la población. Estos trastornos inician en edad temprana, de los 9 hasta los 23 años, donde sus primeras evidencias se dan en trastornos afectivos. En cuanto a los episodios depresivos mayores se sitúa en los 24 años.

Rodríguez, C (2020), texto: Cinco retos psicológicos de la crisis Covid -19, postura: presenta a la pandemia como el producto de una guerra de índole biológica que a través de un virus aislado a la mayor parte de la población del mundo.

Sánchez (2020), en su libro Ansiedad y depresión en tiempos del coronavirus, relata que quienes tienen de base patologías mentales, son impactados en mayor medida por la pandemia del coronavirus.

Staff (2020), afirma que luego de superado el SARS COV2 la pandemia será de enfermedades mentales. En la misma medida la Asociación Colombiana de Psiquiatría elevó alerta temprana sobre aquellas personas que ya tienen diagnóstico de patologías mentales, igual para el personal de salud y para aquellas a quienes el COVID 19 les arrebató sus seres queridos.

Serna (2020), en su texto Aspectos psicológicos del Covid -19, toma postura al decir que es una crisis personal o familiar cuando fallece un familiar, y que estas crisis pueden ser derivadas por diferentes causas.

Scielo (2020) en el texto: Consecuencias de la pandemia Covid- 19 en la salud asociadas al aislamiento social, afirma que esta es una emergencia sanitaria de connotación internacional y que debe enfrentarse como un problema de salud pública, sin que ninguna persona tenga referente de haber vivido algo similar, por lo tanto, es un completo desafío para la salud mental.



**Metodología.****Tipo y diseño de investigación.**

Para analizar cuáles son los factores que pueden influir en la aparición de la depresión en jóvenes, se han utilizado diferentes fuentes en la presente investigación como son, la biblioteca virtual de la Universidad del Politécnico Gran Colombiano, E-book-central, utiliza la tecnología Proquest, Legis gestión humana.com, Ebscohot, ScienceDirect, entre otros.

La investigación es mixta. Se aborda una parte desde el enfoque cuantitativo y otra desde el enfoque cualitativo. En el diseño según corresponda, explicativo o causal, vamos a relacionar las variables que influyen en la problemática de salud mental de los estudiantes de tercero y cuarto semestre del programa de diseño gráfico de la FESC.

Para datos de generalización cuantificaremos los porcentajes de población más afectada y menos afectada según la información recopilada en una investigación de campo también conocida como de base (Sampieri 2012).

A nivel exploratorio en el enfoque cualitativo se realizan minuciosas consultas bibliográficas, fundamentadas en conceptos e identificaciones teóricas en textos, ensayos, documentos e investigaciones académicas y/o profesionales, para conocer porqué las causas citadas se entienden como factores específicos, como el caso de los familiares, el cambio a la virtualidad o el trabajo en casa y, la ausencia de una estructura mental saludable, son factores que pueden influir en la depresión de los jóvenes.

Para conocer la estructura mental de los jóvenes para afrontar situaciones adecuadamente, se elaboró técnicamente una encuesta con un cuestionario al grupo focal de 50 estudiantes y mediante este ejercicio se pudo profundizar en el tema. A nivel exploratorio y explicativo se verifico con lista de chequeo como instrumento pues está diseñada con el fin entender su estructura mental que luego se cuantificó en gráficas.

**Participantes.**

La descripción de la población es una muestra que incluye 50 estudiantes de tercer y cuarto semestre de la Fundación de Estudios Superiores de Comfanorte FESC de la Facultad de Diseño Gráfico, en la ciudad de Cúcuta, con edades entre 16 y 21 años.

Para relacionar sus características sociodemográficas se analizan, cuantificando los<sup>14</sup> datos, con método paramétrico, clasificando, edad, estrato, nivel estudio, número de personas en el hogar, padres, hermanos, hijos, conceptos, estructura mental e indagando como piensan sobre la situación actual.

El tipo de muestreo es aleatorio simple pues todos los participantes tienen las mismas probabilidades.

### **Instrumentos de recolección de datos.**

La Investigación se desarrolla con metodología mixta. Por medio de la construcción técnicamente de una encuesta con preguntas cerradas y entrevista, además por medio de ejercicios de redacción y relatos que permitan indagar e identificar detalles para profundizar en el tema de su estructura mental o formas de pensar desde su formación.

La descripción de las herramientas usadas para la recolección de datos nos permite clasificar, edad, nivel estudio, número de personas en el hogar, padres, hermanos, hijos, estrato, conceptos, e indagar en estructura mental.

Una parte de análisis es cuantitativa al verificar datos de generalización con métodos paramétricos. La ejecución se hará secuencial. El alcance es descriptivo.

### **Estrategia del análisis de datos.**

Las gráficas que utilizaremos para relacionar las variables son tipo de grafica de barras para los datos cualitativos para relacionar edad, verificar nivel de estudio, número de personas en el hogar, padres con los que conviven, numero de hermanos en su núcleo familiar, hijos si los tienen, estrato al que pertenecen.

El programa estadístico o estrategia a utilizar para el análisis cuantitativo de la información se utiliza un software on-line gratuito, llamado Minitab, herramienta de análisis estadístico, que una vez la información se ha introducido en hojas de cálculo de Excel, la transfiere y decodifica, arrojando como resultados variables.

Para relacionar los datos cuantitativos usaremos la gráfica circular o de pastel para los porcentajes según los datos de la lista de chequeo para explorar su estructura mental e identificar así el acercamiento a síntomas depresivos que lesionen la salud mental de los jóvenes. En lo

referente a las entrevistas que se realizarán, estas serán razonadas teniendo en cuenta las<sup>15</sup> peculiaridades de los estudiantes entrevistados.

La investigación se lleva a cabo surtiendo 4 fases:

En la primera de ellas se realiza la búsqueda y evaluación de la información bibliográfica sobre los factores que influyen en la aparición de la depresión, a través de fuentes primarias de información.

Aquí hubo tres tipos de actividades:

(I) Lectura de libros y artículos de biblioteca, (II) Lectura de publicaciones digitales y (III) lectura y análisis de entrevistas a estudiosos del tema. Todos estos se han considerado fuentes primarias de obtención de información.

La fase número dos, es la digitalización de los hallazgos, con los aspectos más relevantes que dan respuesta al tema de investigación, En este apartado se da la creación de las memofichas de cada uno de los autores y textos.

En la tercera fase, es la contrastación de datos a través de una matriz que nos permite sintetizar y asignarlos según escala de valor. Es una forma ágil y práctica de tener una visión general de todo el material recopilado, sus valoraciones y aportes, de tal manera que den origen a las conclusiones del proyecto investigativo.

La última de las cuatro fases, está centrada en la revisión de resultados en confrontación con la teoría existente. Es la fase en la que se consolidan las conclusiones y este trabajo intenta convertirse en herramienta de consulta y aporte dentro del campo de la Psicología, al evidenciar aquellos factores que influyen en el trastorno psicológico como es la depresión en los jóvenes estudiantes de diseño gráfico de la fundación de estudios superiores de Comfanorte FESC en la ciudad de Cúcuta durante la pandemia 2020.

### **Consideraciones éticas.**

Con base en la Ley 1090 de 2006 específicamente en el título II artículo 2º, Principios Generales, las personas que conforman el grupo de investigación, obrarán con claros estándares morales y legales, en lo referente al manejo de la información obtenida a lo largo del proceso averiguatorio.

Para concluir, partiendo de la Resolución 8430 del 2003, se tendrá en cuenta, que los 16 estudiantes participes de la fase exploratoria, no serán juzgados o etiquetados por las alumnas de psicología, sino que sus respuestas serán respetadas y analizadas con fines netamente de aprendizaje e investigativo.

Luego de determinar cuál será la metodología se procede a recolectar los datos, de manera que se cumpla con los tiempos estimados para la sistematización, análisis de los datos y construcción del documento consolidado del proyecto, documento que será la entrega final de nuestro trabajo académico.

#### **Capítulo 4.**

#### **Resultados.**

Por medio de una lista de chequeo se verificaron una serie de datos dando como resultado teniendo en cuenta los puntajes más altos:

La población en un 26%, de los 50 participantes tienen edad de 16 años.

El 25% de los jóvenes tiene un grupo familiar de cuatro (4) personas.

El 59% viven con sus dos padres.

El 35% tiene un hermano.

Los estratos 2 y 3 tienen cada uno en un porcentaje de 38%, suman entre los dos el 76%.

Los restantes pertenecen al estrato 1, 4 y 6.

En cuanto a sentimientos persistentes de tristeza, ansiedad o vacío el 48 % dijo tener.

Sentimientos de pesimismo o falta de esperanza se encontraron en el 40.8% de jóvenes.

Sentimientos de culpabilidad, inutilidad o impotencia contestaron positivo el 54%.

Ante la pérdida de interés o placer en las actividades y los pasatiempos el 48% contestan afirmativo.

El puntaje más alto ante la pregunta: presenta pérdida de energía, fatiga o sensación de estar más lento el 66% contestó positivamente.

Dificultad para concentrarse, recordar o tomar decisiones, el 52% fue afirmativo.

Dificultad para dormir, despertarse temprano por la mañana o dormir demasiado el 58% dijo sí.

Cambios en el apetito o el peso un 60% fue afirmativo.

En cuanto a pensamientos de muerte o suicidio o intentos de suicidio el 84% dijo no y 17 solo el 16% afirmativo.

Finalmente, dolores y molestias, dolor de cabeza y calambres, problemas digestivos sin causa física aparente que no se alivian ni con tratamiento el 66% dijo no y el 34% dijo sí.

### **Discusión.**

El estudio arrojó datos que muestran una prevalencia de depresión de 49.8%, en diferentes estadios, siendo la leve la que obtuvo mayor frecuencia. Estos datos comparados con otros estudios mencionados en el marco teórico indican que la prevalencia en esta población es bastante elevada, puesto que mencionan cifras en adolescentes que oscilan entre el 15% y 20%.

Al relacionar la variable (depresión), con factores de riesgo, se obtuvo que existe relación estadísticamente significativa con las siguientes variables: *Sexo*, se presentó mayor frecuencia en mujeres con un valor de acuerdo con la literatura conocida, la diferencia entre los géneros en el riesgo de padecer depresión, se relaciona con el hallazgo de que son las mujeres quienes están más propensas a padecer este trastorno.

Se encontró mayor frecuencia de síntomas en *adolescentes mayores* de 16 años, que en menores; con un valor de 13(26%). Sería necesario ahondar en este fenómeno, en investigaciones posteriores para poder determinar si realmente la presentación más tardía de la depresión entre los adolescentes, se constituye en un factor de riesgo.

El *estado civil de los padres* tiene consideraciones estadísticas importantes: el 25% de los jóvenes tienen un grupo familiar de 4 personas, el 59% viven con sus dos padres, el 35% tienen un hermano lo cual puede asociarse como factor causal para la depresión en los adolescentes, dado que la conducta de los padres puede influir en el desarrollo de la misma.

Con respecto a la presencia de factores que influyen en la aparición de depresión, se obtuvo mayor frecuencia en aquellos adolescentes que respondieron afirmativamente, representándose con un valor de 48%, lo que es congruente con el marco teórico, porque según Beck (2005) sobre factores de depresión, sugieren que los trastornos depresivos son muy frecuentes además se ha encontrado que los descendientes de padres depresivos tienen mayor probabilidad de presentar este trastorno en alguna etapa de la vida. Por el contrario, otros autores dicen que, aunque se herede a través de la familia no significa que todos los que tienen un

familiar cercano con depresión experimenten este trastorno, sino que existen muchos factores 18 que se desarrollan a través de la pandemia 32% de los jóvenes dice haber afectado su salud mental.

Si bien, se menciona en el marco teórico que la salud mental de la mayoría de los jóvenes presenta pérdida de energía, fatiga o sensación de estar lento en un 66%, dificultad para concentrarse, tomar decisiones un 52%, para dormir 58%, cambios en el apetito 60%, y pensamientos de intento, o suicidio los jóvenes respondió negativamente el 84% y solo positivamente respondió el 16%. Dolores, molestias cabeza, calambres y digestivos negativamente 66% dicen que no y respondieron positivamente solo el 34%.

En los factores de riesgo analizados en el estudio, no se encontró relación estadísticamente significativa con el estrato, afectación económica y semestre que cursa cada joven.

### **Conclusiones**

*“La depresión puede manifestarse desde temprana edad, y acompañar los procesos humanos donde se forja el carácter y se diseña del proyecto de vida. De ahí su urgente necesidad de atención.”*  
Equipo investigativo.

Para concluir es urgente hacer un llamado sobre la atención que necesitan las patologías mentales producto de, o exacerbadas por, la pandemia. Esta diligencia debe ser para prevenir y para identificar su aparición y, obviamente para atender la problemática. Las entidades de salud encargadas de la promoción de la salud mental, los entornos escolares, los círculos sociales y las familias deben tener en cuenta que su aparición puede darse desde la infancia y producir consecuencias nocivas hasta la adultez. Entonces, los estragos de la pandemia deben verse como una tomografía que fue capaz de develar los procesos patológicos en las capas más profundas de la mente de los jóvenes. Afectaciones ocultas que ahora permiten entender mejor las estadísticas nacionales, podrían ser respuesta a temas como suicidios e intentos de suicidios y todo tipo de violencias, incluso las digitales, se nota esto en las llamadas a la línea de atención en salud mental.

Se puede concluir que lo que más afecta a los jóvenes, por encima del encierro, paliado por las tecnologías, es la incertidumbre sobre lo que durará la pandemia, el futuro y, sobre cuándo retomarán su vida normal, como era antes del COVID 19. Pero la falta del contacto físico es lo

que más reclama la juventud. Este ha sido, tal vez, el primer acercamiento con la muerte y con <sup>19</sup> la posibilidad de perder un ser querido, o su propia vida. Así, surgen una serie de síntomas como la tristeza, alteraciones del apetito, del sueño, desgano, del genio y más. Es curioso encontrar que las mujeres han resultado más afectadas que los hombres, puede pensarse que asumieron gran parte de la carga de responsabilidades al interior de las familias.

Finalmente, hay una exigencia que debe convocar a todos los estamentos: la necesidad de generar estrategias que fortalezcan la capacidad de los jóvenes para autorregular sus emociones y su capacidad para hacer resiliencia frente a las situaciones difíciles. Las cifras que dan cuenta de todo lo que ellos están sufriendo y lo han hecho desde antes de la pandemia, son la mejor justificación para este llamado. Los gobiernos deben entender que la depresión es un freno a la productividad de la persona, por ende, del país; entonces el problema va mucho más allá de un tema de salud.

### **Limitaciones.**

Dentro de las limitaciones de cualquier investigación realizada se debe tener en cuenta diferentes aspectos como los que se mencionaran a continuación.

El presente estudio se realizó a partir de un enfoque mixto, el cual presentó limitaciones dada la dificultad al integrar los resultados obtenidos ya que los investigadores no contaban con la experiencia en dicho estudio.

El tamaño de la muestra es reducido lo que hace que las asociaciones realizadas a partir de los resultados obtenidos no sean significativas. Se debe tener en cuenta que las relaciones estadísticamente significativas dependerán de una muestra relevante.

La confiabilidad de los datos obtenidos mediante encuestas realizadas en línea (por la falta de acceso presencial) se ve limitada ya que a pesar de que la virtualidad genera rapidez y facilidad en algunos casos, también puede generar que algunos entrevistados no lean de forma detallada los enunciados generando respuestas no verídicas ni coherentes al contexto que se deseó evaluar de los participantes.

La falta de información o estudios preliminares al respecto ya que es una problemática actual generada por la situación actual puede limitar la información teórica para la realización del estudio.

Pueden existir datos auto informados, es decir, datos que no fueron verificados por los 20 investigadores ya que la encuesta no se realizó presencialmente generando un sesgo de correspondencia ya que se pudo atribuir resultados (síntomas o sentimientos) a eventos no correspondientes.

### **Recomendaciones.**

Ante la fragilidad de los jóvenes donde los resultados más altos son sensación de fatiga y estar más lentos, dificultad para concentrarse y para dormir, cambios en el apetito y ansiedad y vacío, producto de los eventos desconocidos y la frustración que demuestran ante las restricciones, se deben desarrollar estrategias en las entidades educativas, sobre el manejo de la frustración para sacar el mejor provecho de las crisis pues es la oportunidad de superarse.

La voluntad férrea puede ser enseñada aprovechando los recursos informáticos reformulando políticas y programas en materia educativa con la ayuda de expertos, que apoyen un plan de desarrollo novedoso con políticas que incluyan el fortalecimiento de los núcleos familiares, donde solo el 29% conviven con sus dos padres.

Teniendo en cuenta los hallazgos y resultados obtenidos a lo largo de este proceso investigativo, es vital que desde nuestra especialidad profesional, se realicen planes de prevención que procuren el bienestar integral de los jóvenes universitarios, quienes como ya se ha especificado a lo largo de estos análisis, han visto su vida coartada por las medidas restrictivas de la pandemia, a un grado que no habíamos vivido en los últimos tiempos y para la cual no estábamos preparados.

Desde el equipo de psicología de las entidades universitarias se deben generar las estrategias que posibiliten que los estudiantes que se encuentran o están ad portas de sufrir episodios de depresión salgan de dichas situaciones. Esto se puede lograr desde la virtualidad con talleres o café debates, sobre la resiliencia en tiempos de pandemia, lo aprendido durante el aislamiento, perspectivas de vida posterior al fin de la pandemia.

Es fundamental también realizar talleres con las familias, ello también mediante charlas, conferencias, entre otras estrategias, con el fin de que padres y madres de familia, así como las demás personas que forman parte del círculo familiar, se concienticen de que una “aparente tristeza”, “dejadez” o “pereza” en los jóvenes, puede ser los desencadenantes que tengan de trasfondo cuadros de depresión severa.



Teniendo en cuenta los resultados arrojados por la encuesta, un 51.4% se siente impotente o frustrado frente a la situación actual y su caso particular, desde Bienestar Universitario, están en el deber de organizar actividades que motiven a los educandos a dejar de lado el ostracismo ambivalente, que va del placer originado por la pereza y pasa a la angustia generada por la desocupación extrema, con el fin de que el mantenerse ocupados mediante actividades de progresión física y/o mental, entre las cuales se pueden encontrar maratones de baile, ejercicio, relajación y meditación.

Planes de atención inmediata para aquellos jóvenes que requieran una diagnosis y posterior tratamiento acorde a su padecimiento, mediante estrategias comunicativas de fácil acceso, bien sea virtuales o líneas telefónicas disponibles las 24 horas del día.

*“El gran descubrimiento de mi generación es que los seres humanos pueden alterar sus vidas al alterar sus actitudes mentales” (James, 1998).*

Arrieta K. Diaz C. González F. 2014. Síntomas de depresión y ansiedad en jóvenes universitarios: prevalencia y factores relacionados. REV CLÍN MED FAM 2014; 7(1): 14-22  
Recuperado de: <http://scielo.isciii.es/pdf/albacete/v7n1/original2.pdf>

Beuchats (2016). Charla con el autor del atlas de la depresión. Recuperado  
<https://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-16629807>

Bertrand, R(2020). 5 teorías que explican las causas de la depresión. Recuperado de  
[https://www.cuerpomente.com/salud-mental/5-teorias-que-explican-causas-depresion\\_1021](https://www.cuerpomente.com/salud-mental/5-teorias-que-explican-causas-depresion_1021)

Canals, A. (29 de Abril de 2020). *Noticias en Salud.com*. Recuperado el 26 de Septiembre de 2020, de: <https://www.noticiasensalud.com/psicologia/2020/04/29/efectos-psicologicos-del-coronavirus/>

Cifuentes, A. Rivera, D. Gil, C. et al. (20 de Abril de 2020). *Ansiedad, depresión y miedo: impulsores de la mala salud mental durante el distanciamiento físico en Colombia*. Asociación Profamilia ( 11 .05 .2020) doi: 10.13140/RG.2.2 .32144.64002. Recuperado de:  
<https://profamilia.org.co/wp-content/uploads/2020/05/Informe-3-Ansiedad-depresion-y-miedo-impulsores-mala-salud-mental-durante-pandemia-Estudio-Solidaridad-Profamilia.pdf>

Colombian Journal Of Anesthesiology.2020. Consecuencias de la pandemia Covid-19 en la salud mental asociadas al aislamiento. Recuperado de  
<https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/download/303/358/344>

Forbes Colombia. Así ha afectado el Covid-19 la educación en Colombia. actualidad. (cita 2020 abril 30). Disponible en: <https://forbes.co/2020/04/30/actualidad/asi-ha-afectado-el-covid-19-la-educacion-en-colombia/>

Gómez C. 2020. Estudio con adultos jóvenes de Suramérica. Decano de la Facultad de Medicina, U. Javeriana. (video).

Grupo gestión de información en salud (2018). Hoja informática depresión. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Guzmán, J. Tamayo, A. (2020) *Ansiedad y Depresión, 'verdugos' de los jóvenes en la pandemia*. Pesquisa Universidad Javeriana. Recuperado de: <https://www.javeriana.edu.co/pesquisa/ansiedad-y-depresion-verdugos-de-los-jovenes-durante-la-pandemia/>

James, W. (17 de Febreo de 1998). Psicología y mente.com. Recuperado el 27 de noviembre de 2020. <https://psicologiaymente.com/reflexiones/>

Korman, Guido Pablo; Sarudiansky, Mercedes.2011. MODELOS TEÓRICOS Y CLÍNICOS PARA LA CONCEPTUALIZACIÓN Y TRATAMIENTO DE LA DEPRESIÓN Subjetividad y Procesos Cognitivos, vol. 15, núm. 1, 2011, pp. 119-145. Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales Buenos Aires, Argentina

López C. 2020. Salud Mental: ¿La próxima pandemia? Investigación. <https://gacetamedica.com/investigacion/salud-mental-la-proxima-pandemia/>

Manrique-Abril F, Agudelo-Calderón CA, González-Chordá V, Gutiérrez-Lesmes O, Téllez-Piñerez C, Herrera-Amaya G. Modelo SIR de la pandemia de Covid-19 en Colombia. Rev. Salud Pública (Bogotá). 2020 [cita 2020 April 23]; 22:1-9. Available from: <https://bit.ly/3h3HjHN>.

Mayo Clinic Family Health Book. *Depresión en adolescentes*. Quinta edición. Recuperado de: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/teen-depression/symptoms-causes/syc-20350985>

Medina M, Santi G y Real Q,(2015). La depresión y otros trastornos psiquiátricos. Salud mental. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/582/58248800006.pdf>

Meneses, C(2017) Trastornos depresivos Universidad Nacional de Colombia. Recuperado de <https://core.ac.uk/download/pdf/153513339.pdf>

Millet, E. (22 de 03 de 2020). *La Vanguardia.com*. Recuperado el 26 de Septiembre de 2020, de [www.lavanguardia.com/magazine/20200322/474261347020/pandemia-coronavirus-familia-parenting-confinamiento.html](http://www.lavanguardia.com/magazine/20200322/474261347020/pandemia-coronavirus-familia-parenting-confinamiento.html)

Ministerio de Salud. Boletín de Prensa N° 138 del 05 de abril de 2020. Depresión: la enfermedad mental más frecuente en Colombia. El Mundo, digital.

Ministerio de salud y protección social. (2020). *Salud mental, uno de los principales retos de la pandemia*. Boletín de prensa No. 237 de 2020. Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Salud-mental-uno-de-los-principales-retos-de-la-pandemia.aspx>

Minsalud boletín de salud mental Depresión Subdirección de Enfermedades No Transmisibles.2017. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co> › Biblioteca Digital › RIDE › EN

Molina, N (2020) Psicología contextos- Covid -19 Colombia desafíos pos cuarentena. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/PSP/asis-nacional-2017>

Morrison, J. (2014). *DSM-5, Guía para el diagnóstico clínico*. Editorial Manual Moderno  
Muñoz, N y Muriel, S (2020) Impacto psicológico del Covid 19 y el papel de la telepsicología. Recuperado de <https://revistas.unipamplona.edu.co/cie/article>.

Naciones Unidas. (13 de mayo de 2020). *Informe de Políticas: La COVID-19 y la necesidad de actuar en relación con la salud mental*. Recuperado de: [https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy\\_brief\\_-\\_covid\\_and\\_mental\\_health\\_spanish.pdf](https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_-_covid_and_mental_health_spanish.pdf)

National Institute of Mental Health (2018). La depresión en la adolescencia. Recuperado de: <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/la-depresion-en-la-adolescencia/index.shtml>

Organización Mundial de la Salud. (28 de septiembre de 2020). *Salud mental del adolescente*. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Organización Panamericana de la salud (2017) La depresión y otros trastornos mentales comunes: estimaciones sanitarias mundiales. Recuperado de <https://iris.paho.org/handle/10665.2/34006>

Ozamiz, N. Dosil, M. Picaza, M. Idoiaga, N. (2020). *Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España*. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(4). Recuperado de: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-311X2020000405013](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2020000405013)

Posada, j (2020) La salud mental en Colombia. <http://www.scielo.org.co/pdf/cesm/v32n2/0120-8705-cesm-32-02-129.pdf>

Price, J.H. y Murnan, J. (2004). Research Limitations and the Necessity of Reporting Them. *American Journal of Health Education*, 35, 66-67.

Profamilia. 11 de mayo de 2020. Estudio solidario. Informe 3. Ansiedad, depresión y miedo: impulsores de la mala salud mental durante el distanciamiento físico en Colombia. <https://profamilia.org.co/wp-content/uploads/2020/05/Informe-3-Ansiedad-depresion-y-miedo-impulsores-mala-salud-mental-durante-pandemia-Estudio-Solidaridad-Profamilia.pdf>

Rodríguez, C. (2020). Cinco retos psicológicos de la crisis Covid -19. Recuperado de <https://revistas.proeditio.com/article/view>

Rodríguez Pinzón E. (2020) Colombia impacto económico, social y político de la covid-19. Fundación Carolina. (cita 2020 abril 30). Disponible de <https://www.fundacioncarolina.es/wp-content/uploads/2020/04/AC-24.-2020.pdf>

Ruiz, M. (6 de mayo de 2020). [www.gacetamedica.com](http://www.gacetamedica.com). Recuperado el 26 de septiembre de 2020, de: <https://gacetamedica.com/profesion/secuelas-psicologicas-pandemia-nos-preparamos-para-la-cuarta-ola-los-problemas-sobre-la-salud-mental/>

Sampieri R. 2012. Metodología de la investigación. 6ª. edición. McgrawHill. recuperado de: [https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia\\_de\\_la\\_investigacion\\_-\\_roberto\\_hernandez\\_sampieri.pdf](https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf)

Sánchez, J. A. (17 de mayo de 2020). [www.eltiempo.com](http://www.eltiempo.com). Recuperado el 26 de septiembre de 2020, de [www.eltiempo.com/vida/ciencia/educacion-virtual-la-pandemia-que-cambio-la-educacion-superior-para-siempre-476390](http://www.eltiempo.com/vida/ciencia/educacion-virtual-la-pandemia-que-cambio-la-educacion-superior-para-siempre-476390)

Sánchez, M (2020). Ansiedad y depresión en tiempos del coronavirus. Recuperado de <https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2020/03/25/ansiedad-depresion-tiempos-coronavirus-172516.html>.

Serna; J.M (2020) Aspectos psicológicos del Covid -19. [https://www.researchgate.net/publication/340536973\\_Aspectos\\_Psicologicos\\_del\\_COVID-19](https://www.researchgate.net/publication/340536973_Aspectos_Psicologicos_del_COVID-19)

Scielo preprints (2020) Consecuencias de la pandemia Covid- 19 en la salud asociadas al aislamiento social. Recuperado de <https://www.researchgate.net>

Staff,f (2020) Expertos prevén pandemia de problemas mentales después del Covid-19, 27  
<https://www.who.int/es/campaigns/connecting-the-world-to-combat-coronavirus>

video. 6:12 min. El tiempo. City noticias. 68% de los jóvenes han presentado depresión durante la pandemia: estudio. Recuperado de:  
<https://www.youtube.com/watch?reload=9&v=hai1eCYpMTc>

video. MedScape. (Productor). (2017). *Depresión en adolescentes y adultos jóvenes*. Recuperado de: <https://espanol.medscape.com/verarticulo/5901627>