



Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.  
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), enero-febrero 2026,  
Volumen 10, Número 1.

[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v10i1](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v10i1)

# **FACTORES PSICOSOCIALES ASOCIADOS AL MALESTAR PSICOLÓGICO EN ADOLESCENTES MEXICANOS DE SECUNDARIA**

**PSYCHOSOCIAL FACTORS ASSOCIATED WITH PSYCHOLOGICAL  
DISTRESS IN MEXICAN SECONDARY SCHOOL ADOLESCENTS**

**Gerardo Gutiérrez Díaz**

Universidad De Guadalajara, México

**Jonathan Josué Vázquez Pérez**

Universidad De Guadalajara, México

**Marco Antonio Santana Campas**

Universidad De Guadalajara, México

**Arcadio de Jesus Cardona Izasa**

Universidad De Guadalajara, México

**Lidia García Ortiz**

Universidad De Guadalajara, México

## Factores Psicosociales Asociados al Malestar Psicológico en Adolescentes Mexicanos de Secundaria

**Gerardo Gutiérrez Díaz<sup>1</sup>**

[gerardo.gutierrez9227@alumnos.udg.mx](mailto:gerardo.gutierrez9227@alumnos.udg.mx)

Universidad de Guadalajara  
México

**Jonathan Josué Vázquez Pérez**

[jonathan.vazquez@cusur.udg.mx](mailto:jonathan.vazquez@cusur.udg.mx)

<https://orcid.org/0000-0002-5456-9759>  
Universidad de Guadalajara  
México

**Marco Antonio Santana Campas**

[marco.santana@cusur.udg.mx](mailto:marco.santana@cusur.udg.mx)

<https://orcid.org/0000-0002-6750-2713>  
Universidad de Guadalajara  
México

**Arcadio de Jesus Cardona Izasa**

[arcadio.cardona@correounivalle.edu.co](mailto:arcadio.cardona@correounivalle.edu.co)

<https://orcid.org/0000-0002-3981-2917>  
Universidad del Valle  
Colombia

**Lidia García Ortiz**

[lidia.garcia@cusur.udg.mx](mailto:lidia.garcia@cusur.udg.mx)

<https://orcid.org/0000-0002-4861-0989>  
Universidad de Guadalajara  
México

### RESUMEN

La adolescencia es una etapa de alta vulnerabilidad para la salud mental, en la que la interacción de factores psicosociales pueden favorecer la aparición de malestar psicológico. En México, la evidencia empírica sobre este fenómeno en estudiantes de secundaria es aún limitada. El objetivo del estudio fue identificar y analizar los factores psicosociales asociados al malestar psicológico en adolescentes mexicanos de educación secundaria. Se realizó un estudio cuantitativo, transversal y analítico, con una muestra de 549 docentes de una secundaria pública de Ciudad Guzmán Jalisco, con edades entre 11 y 16 años. El malestar psicológico se evaluó mediante la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés DASS-21. Se efectuaron análisis descriptivos, hoy pruebas de asociación chi cuadrada y análisis correlacionales. Los resultados indican que más de la mitad de los participantes presentó niveles moderados a extremadamente severos de malestar psicológico. La ansiedad y la depresión fueron las dimensiones más prevalentes y mostraron una alta comorbilidad. Se identificaron diferencias estadísticamente significativas por sexo, con mayores niveles de malestar en mujeres. Asimismo, se observaron asociaciones significativas entre el malestar psicológico, variables contextuales y conductuales, destacando la práctica deportiva como factor protector. En conclusión, el malestar psicológico exige intervenciones preventivas y de atención escolar.

**Palabras clave:** malestar psicológico, adolescentes, factores psicosociales, educación secundaria, salud mental

---

<sup>1</sup> Autor principal

Correspondencia: [gerardo.gutierrez9227@alumnos.udg.mx](mailto:gerardo.gutierrez9227@alumnos.udg.mx)

# Psychosocial Factors associated with Psychological Distress in Mexican Secondary School Adolescents

## ABSTRACT

Adolescence is a period of heightened vulnerability to mental health problems, during which the interaction of psychosocial factors may contribute to the emergence of psychological distress. In Mexico, empirical evidence on this phenomenon among secondary school students remains limited. The aim of this study was to identify and analyze the psychosocial factors associated with psychological distress in Mexican adolescents attending secondary school. A quantitative, cross-sectional, and analytical study was conducted with a sample of 549 adolescents enrolled in a public secondary school in Ciudad Guzmán, Jalisco, aged between 11 and 16 years. Psychological distress was assessed using the Depression Anxiety, and Stress Scale (DASS-21). Descriptive analyses, chi-square associations tests, and correlational analyses were performed. The results indicate that more than half of the participants presented moderate to extremely severe levels of psychological distress. Anxiety and depression were the most prevalent dimensions and showed high comorbidity. Statistically significant differences by sex were identified, with higher levels of psychological distress among females. Additionally, significant associations were observed between psychological distress and contextual and behavioral variables, highlighting physical activity as a protective factor. In conclusion, psychological distress in secondary school adolescents underscores the need for preventive and school-based interventions strategies.

**Keywords:** psychological distress, adolescents, psychosocial factors, secondary education, mental health

*Artículo recibido 10 diciembre 2025  
Aceptado para publicación: 19 enero 2026*



## INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (2025) Concibe la salud mental como un estado de bienestar que permite a las personas afrontar las tensiones cotidianas, desarrollar sus capacidades y desempeñarse de manera funcional en los distintos ámbitos de su vida. Sin embargo, este estado no puede entenderse como una condición estática ni universal, sino como un proceso dinámico, profundamente influido por factores individuales, sociales y contextuales que interactúan de manera compleja. En este marco, las alteraciones de la salud mental no sólo se expresan mediante diagnósticos clínicos formales, sino también a través de manifestaciones de malestar psicológico que, aún sin constituir un trastorno específico, generan angustia, deterioro funcional y disminución del bienestar. Reconocer estas expresiones de malestar resulta fundamental para comprender las condiciones reales en las que se desarrollan grupos poblacionales particularmente vulnerables, como los adolescentes, y para sustentar la necesidad de estudios diagnósticos que permitan identificar oportunamente los factores y psicosociales que inciden en su salud mental.

En las últimas décadas se ha documentado un incremento sostenido de los problemas de la salud mental en niños y adolescentes, quienes enfrentan condiciones que lo sitúan en una posición de especial vulnerabilidad psicológica. Esta vulnerabilidad no se limita a la presencia psicopatológica, sino que debe comprenderse desde una perspectiva integral que considere simultáneamente el bienestar psicológico y la manifestación de síntomas, tal como lo plantea el Modelo de Factor Dual de la Salud Mental. Desde este enfoque, la adolescencia constituye una etapa crítica caracterizada por cambios biológicos, cognitivos, sociales y emocionales que interactúan con factores intrapersonales y contextuales, configurando distintos perfiles de riesgo y protección (González et al., 2023). Cuando los recursos personales y los apoyos familiares, escolares y comunitarios resultan insuficientes, los adolescentes pueden experimentar niveles significativos de malestar psicológico que impactan diversas esferas de su desarrollo, incluyendo la dinámica familiar, la trayectoria escolar, la salud y la adopción de conductas de riesgo. En este sentido, el análisis del malestar psicológico en la adolescencia adquiere relevancia diagnóstica, ya que permite identificar condiciones de vulnerabilidad que podrían pasar desapercibidas si se evalúa únicamente la presencia o ausencia de trastornos mentales.

Diversos estudios han señalado que la pandemia COVID-19 constituyó un punto de inflexión en la salud



mental de la población, particularmente en niño y adolescentes, al intensificar experiencias de malestar psicológico asociadas a la incertidumbre, el aislamiento social y la interrupción de las rutinas cotidianas. Durante este periodo se documentaron manifestaciones persistentes de angustia, miedo y ansiedad, tanto en personas que padecieron la enfermedad como en aquellas expuestas de manera indirecta. A las consecuencias sociales y emocionales, incluso después de la recuperación física. Estas experiencias han sido vinculadas a incrementos sostenidos en los niveles de ansiedad y malestar psicológico, lo que sugiere la posibilidad de afectaciones psicológicas de mayor duración si no se identifican y atienden oportunamente (Freschi, et al 2023). En el caso de los adolescentes, este contexto resultó particularmente crítico, al coincidir con una etapa del desarrollo caracterizada por la necesidad de interacción social, contención emocional y estabilidad escolar, reforzando así la pertinencia de analizar el impacto del malestar psicológico en esta población desde una perspectiva diagnóstica y preventiva.

La evidencia empírica señala que los adolescentes escolarizados enfrentan múltiples riesgos psicosociales que afectan de manera directa su bienestar integral, entre los que destacan la violencia, el consumo de sustancias, las problemáticas en salud sexual y de forma particular las alteraciones en la salud mental. Al respecto, Paredes, et al (2021) advierten que la salud mental constituye una de las áreas de mayor vulnerabilidad durante la adolescencia, al observarse una mayor propensión a la presencia de síntomas emocionales como tristeza y el malestar psicológico. Estudios realizados en distintos contextos como en Estados Unidos y Colombia, han documentado la prevalencia de síntomas depresivos en adolescentes, reportándose en este último una prevalencia del 3.9% en población de 12 a 17 años. Estos hallazgos refuerzan la necesidad de analizar el malestar psicológico en adolescentes desde una perspectiva contextual y comparativa, considerando que dichas problemáticas se presentan de manera consistente en distintos entornos socioculturales y educativos.

En el contexto mexicano, la investigación en salud mental ha recibido menor atención sistemática en comparación con otros problemas de salud, y gran parte de los estudios disponibles se han centrado en el consumo de sustancias. No obstante, los datos oficiales más recientes evidencian la magnitud y diversidad de las problemáticas en este ámbito. De acuerdo con el informe sobre salud mental (Gobierno de México, 2024), se identificaron 10 condiciones prioritarias a nivel nacional, entre las que se incluyen la ansiedad, depresión, trastornos de la conducta, trastornos del espectro autista, estrés postraumático,

trastorno bipolar y los trastornos psicóticos entre otros. Asimismo, dicho informe señala diferencias relevantes por sexo, observándose una mayor frecuencia de ansiedad, depresión y trastorno bipolar en mujeres, mientras que en los hombres predominan los trastornos por déficit de atención y del espectro autista. Este panorama subraya la necesidad de profundizar en el malestar psicológico de estas edades tempranas, particularmente en adolescentes a fin de comprender cómo estas condiciones comienzan a configurarse y mantenerse en el contexto escolar.

El contexto familiar forma parte de los principales entornos psicosociales a los que el adolescente se encuentra expuesto y con los que interactúa de manera constante durante su desarrollo, influyendo de en la regulación emocional, el afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico. En este sentido, Acuario & Rojas (2023) identifican una relación estadísticamente significativa entre el funcionamiento familiar y la presencia de síntomas depresivos en adolescentes escolarizados, observándose que aquellos que se desarrollan en contextos familiares disfuncionales presentan una mayor probabilidad de experimentar depresión a niveles moderados a graves. De manera complementaria, los autores reportan asociaciones entre la funcionalidad familiar y los niveles de ansiedad y estrés, lo que evidencia que las dinámicas familiares actúan como factores psicosociales que inciden transversalmente en distintas dimensiones del malestar psicológico.

Es importante tomar en cuenta que los adolescentes se ven afectados de manera directa e indirecta por el entorno en el que se desarrollan, es por eso que Sataray, et al. (2022) confirma que el malestar psicológico está fuertemente relacionado con los factores comunitarios, donde los adolescentes que presentan mayor menor malestar son aquellos que se ven más involucrados en la comunidad, por cuestiones de participación, integración, apoyo social y las actitudes positivas hacia la autoridad de sus sistema comunitario. Miranda & Pacheco (2020) hablan sobre la existencia de una relación positiva y significativa entre el malestar psicológico y la nomofobia en adolescentes, es decir, una molestia, ansiedad, nerviosismos y angustia generada por no estar en contacto con el teléfono móvil. Mencionando que los niveles bajos de salud mental y la manifestación de síntomas de nomofobia se afectan mutuamente.

La relevancia de analizar los factores psicosociales asociados al malestar psicológico en adolescentes escolarizados se ve reforzada por la evidencia que vincula a dicho malestar con la adopción de conductas



de riesgo durante esta etapa de desarrollo. Estudios recientes en población adolescente han demostrado que variables psicosociales como la impulsividad, las competencias socioemocionales, la composición familiar y el contexto escolar influyen de manera significativa en la probabilidad de iniciar y mantener patrones de consumo de alcohol, tanto experimental como riesgoso (Juárez García et al., 2025). En este sentido, el malestar psicológico caracterizado por síntomas de ansiedad, depresión y dificultades en la regulación emocional puede constituir un antecedente relevante para la adopción de estas conductas, al interactuar con factores individuales y contextuales que incrementan la vulnerabilidad psicosocial. Al analizar el malestar psicológico desde una perspectiva psicosocial amplia resulta, por tanto, fundamental no sólo para comprender el estado de salud mental de los adolescentes, sino también para anticipar posibles trayectorias de riesgo asociadas al consumo de alcohol y otras conductas perjudiciales jales para la salud.

En relación con la educación de nivel secundaria es importante tenerla desde una perspectiva en la que constituye un espacio institucional clave para comprender la emergencia del malestar psicológico en adolescentes, en tanto que la experiencia escolar en esta etapa se configura a partir de dimensiones cognitivas y afectivas estrechamente vinculadas con las relaciones interpersonales y las condiciones del entorno educativo. Evidencia reciente muestra que el bienestar escolar del alumnado de secundaria depende de manera significativa del apoyo familiar, de la cercanía y empatía del profesorado, de la calidad de las relaciones con el grupo de iguales y de las condiciones organizativas y normativas de los centros educativos. Cuando estos elementos se perciben como insuficientes, poco comprensivos o desarticulados, los adolescentes reportan emociones negativas a estrés, desmotivación y malestar dentro del entorno escolar (Rebollo-Quintela et al., 2022). En este sentido, la secundaria no sólo representa un espacio académico, si no un escenario cotidiano donde las experiencias escolares pueden actuar como factores protectores o de riesgo para el bienestar psicológico del alumnado, especialmente en una etapa caracterizada por una elevada sensibilidad emocional y necesidad de pertenencia.

Con base a lo anterior, el entorno escolar en interacción con los climas social y familiar constituye un factor determinante en la configuración de la vulnerabilidad psicosocial durante la adolescencia. La evidencia indica que un clima escolar caracterizado por bajo acompañamiento cada, desmotivación, reprobación, violencia entre pares, acoso escolar y ausencia de tutorías favorece la aparición de factores

de riesgo que pueden afectar la salud mental de los adolescentes. Estos elementos no operan de manera aislada, Si no que se arma con condiciones familiares y sociales, generando una co determinación que incrementa la probabilidad de conductas de riesgo y afectaciones emocionales. En este marco, el clima escolar puede funcionar como un espacio que exagera o atenúa el malestar psicológico, dependiendo de la calidad de las relaciones, la estructura institucional y los mecanismos de apoyos disponibles para el alumnado (García Uribe & González Márquez, 2022).

Ante este contexto, resulta pertinente profundizar en el estudio del malestar psicológico en adolescentes que cursan en nivel secundaria, considerando la interacción de factores individuales, familiares, escolares y comunitarios que puedan incidir en su bienestar psicológico. Por lo anterior, el objetivo del presente estudio es identificar y analizar los factores psicosociales asociados al malestar psicológico en adolescentes mexicanos de educación secundaria.

## **METODOLOGÍA**

### **Diseño metodológico**

El presente estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño transversal y alcance analítico, orientado a identificar las asociaciones entre variables psicosociales y el malestar psicológico en adolescentes. La recolección de los datos se realizó mediante cuestionarios auto administrados, aplicados durante el periodo comprendido entre mayo a junio del 2025, en una escuela secundaria ubicada en ciudad Guzmán, Jalisco, México.

### **Participantes**

La población de estudio estuvo conformada por 549 adolescentes inscritos en una escuela secundaria pública. Del total de participantes, el 48.5% correspondió a hombres y el 51.5% mujeres con edades comprendidas entre 11 y 16 años. En relación con el grado escolar, los participantes se encontraban distribuidos entre los 3 niveles de educación secundaria, correspondiendo el 34.6% al primer año, el 33% al segundo año y el 32.4% al tercer año. La selección de la muestra se realizó a partir de la población estudiantil activa de la institución durante el periodo de recolección de datos.

### **Instrumento de medición**

Para la evaluación del malestar psicológico se utilizó la Escala de Depresión Ansiedad y Estrés DASS-21, este instrumento está conformado por 21 ítems organizados en 3 subescalas: depresión, ansiedad y



estrés, cada una integrada por 7 reactivos. La subescala de depresión incluye los ítems 3,5,10,13,16,17 y 21; la subescala de ansiedad los ítems 2,4,7,9,15,19 y 20; y la subescala de estrés los ítems 1,6,8,11,12,14 y 18. En el presente estudio, el instrumento mostró adecuados niveles de consistencia interna, con coeficiente de Alfa de Cronbach de 0.85 para depresión, 0.72 para ansiedad y 0.79 para estrés. Las respuestas se registraron mediante una escala tipo Likert de cuatro opciones, que van de cero no me ha ocurrido a 3 me ha ocurrido mucho. Las puntuaciones de cada subescala se obtuvieron mediante la suma de los ítems correspondientes de acuerdo con las indicaciones del instrumento.

### **Procedimiento de recolección de datos**

Previo al levantamiento de la información, se solicitó la autorización formal a las autoridades de la institución educativa para la realización del estudio. Posteriormente, se invitó a los adolescentes a participar de manera voluntaria y se gestiona el consentimiento informado por escrito de los padres o tutores legales, así como el asentimiento de los participantes. Una vez obtenido los permisos correspondientes, la aplicación del instrumento se realizó de manera grupal en horarios establecidos por la propia institución con el fin de no interferir con las actividades académicas. El proceso de aplicación se llevó a cabo en espacios escolares adecuados, garantizando condiciones de privacidad, comprensión de las instrucciones y adecuada supervisión durante el llenado de los cuestionarios.

### **Análisis estadístico**

El análisis estadístico se realizó software IBMSPSS versión 23 de prueba. En primer lugar, se evaluó la distribución de los datos mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov, con el propósito de verificar el comportamiento de las variables cuantitativas. Posteriormente, se llevó a cabo un análisis descriptivo de las puntuaciones de malestar psicológico general y de sus dimensiones, considerando frecuencias y porcentajes, tanto para la muestra total como estratificada por sexo. Asimismo, se efectuaron análisis de asociación entre malestar psicológico y las variables sociodemográficas mediante la prueba chi cuadrada ( $\chi^2$ ), con la finalidad de identificar diferencias y relaciones estadísticamente significativas entre las categorías analizadas. Para todos los análisis se estableció un nivel de significancia estadística de  $p \leq 0.05$

## RESULTADOS

En la primera tabla se puede observar que poco más de la tercera parte de la población (35%) se encuentra con niveles de depresión de leve a severo. Lo mismo sucede con los niveles de ansiedad, que una tercera parte (33%) presenta una ansiedad moderada y severa, lo cual indica que estas sintomatologías prevalentes. Una mayor parte de la población (85%) cuenta con un nivel normal de estrés. De manera general se puede destacar que más de la mitad de los alumnos (54%) presentan un nivel de malestar psicológico, desde moderada a extremadamente severa.

**Tabla 1** Resultados categorías de depresión, ansiedad y estrés

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
<b>Nivel de depresión</b>	Normal	355	65
	Leve	108	20
	Moderada	80	14
	Severo	6	1
	Total	549	100
<b>Nivel de ansiedad</b>	Normal	299	54
	Leve	66	12
	Moderada	113	21
	Severo	63	12
	Extremadamente severo	8	1
	Total	549	100
<b>Nivel de estrés</b>	Normal	467	85
	Leve	60	11
	Moderada	22	4
	Total	549	100
<b>Nivel de malestar psicológico generalizado</b>	Normal	200	35
	Leve	52	10
	Moderada	58	11
	Severo	52	10
	Extremadamente severo	187	34
	Total	549	100

En la tabla 2 Se presentan los resultados del análisis de asociación mediante la prueba chi cuadrada entre el sexo y los niveles de malestar psicológico general el análisis mostró una diferencia estadísticamente significativa entre hombres y mujeres ( $p=0.001$ ), Lo que indica una asociación entre ambas variables.

En particular, se observó que las mujeres concentran un mayor número de casos en los niveles severos y extremadamente severo de malestar psicológico ( $n=154$ ), en comparación a los hombres ( $n=85$ ). Estos resultados evidencian que la distribución de los niveles de malestar psicológico difiere significativamente según el sexo de la población estudiada.

**Tabla 2** Tabla cruzada de sexo por el nivel de malestar psicológico

	Nivel	Sexo		Total	Sig.
		Hombre	Mujer		
Nivel de malestar psicológico	Normal	117	83	200	0.001
	Leve	31	21	52	
	Moderada	33	25	58	
	Severa	22	30	52	
	Extremadamente Severa	63	124	187	
Total		266	283	549	

En la tabla 3 se muestran los resultados del análisis de asociación entre el sexo y los niveles de depresión, dicho análisis evidenció Una diferencia estadísticamente significativa entre hombres y mujeres ( $p=0.001$ ). En ambos sexos, la mayor proporción de participantes se ubicó en el nivel normal de depresión; sin embargo, se observó que las mujeres presentaron un mayor número de casos en los niveles moderado y severo de depresión ( $n=57$  y  $n=4$ , respectivamente), en comparación con los hombres ( $n=23$  y  $n=2$ ). Estos resultados indican que la distribución de los niveles de depresión difiere significativamente según el sexo de la población estudiada.

**Tabla 3** Tabla cruzada de sexo por el nivel de depresión

	Nivel	Sexo		Total	Sig.
		Hombre	Mujer		
Nivel de depresión	Normal	201	154	355	0.001
	Leve	40	68	108	
	Moderada	23	57	80	
	Severa	2	4	6	
Total		266	283	549	

En la tabla 4 se presentan los resultados del análisis de asociación entre el sexo y los niveles de ansiedad, el análisis mostró una diferencia estadísticamente significativa entre hombres y mujeres ( $p=0.001$ ), lo que indica una asociación entre ambas variables. En particular, se observó que las mujeres concentran un mayor número de casos en los niveles moderado extremadamente severo de ansiedad ( $n=122$ ), en comparación con los hombres ( $n=62$ ). Estos resultados evidencian que la distribución de los niveles de ansiedad difiere significativamente según el sexo de la población.

**Tabla 4** Tabla cruzada de sexo por el nivel de ansiedad

	Nivel	Sexo		Total	Sig.
		Hombre	Mujer		
<b>Nivel ansiedad</b>	Normal	172	127	299	0.001
	Leve	32	34	66	
	Moderada	43	70	113	
	Severa	17	46	63	
	Extremadamente Severa	2	6	8	
<b>Total</b>		266	283	549	

En la tabla 5 se presentan los resultados de análisis de asociación entre el sexo y los niveles de estrés, el análisis evidenció una diferencia estadísticamente significativa entre hombres y mujeres ( $p=0.001$ ). En ambos sexos, la mayor parte de la población se ubicó en el nivel normal de estrés; no obstante, se observará en la distribución de los niveles leve y moderado, donde las mujeres concentraron un mayor número de casos ( $n=53$ ) en comparación con los hombres ( $n=29$ ). Hoy estos resultados indican que la distribución de los niveles de estrés difiere significativamente según el sexo.

**Tabla 5** Tabla cruzada sexo por el nivel de estrés

	Nivel	Sexo		Total	Sig.
		Hombre	Mujer		
<b>Nivel estrés</b>	Normal	237	230	467	0.001
	Leve	20	40	60	
	Moderada	9	13	22	
<b>Total</b>		266	283	549	

En la siguiente tabla se puede encontrar una correlación positiva fuerte y significativa ( $p < 0.01$ ) entre todas las variables del malestar psicológico, lo cual indica una comorbilidad entre la depresión, ansiedad y el estrés. El malestar psicológico tuvo mayor correlación con los niveles de ansiedad ( $r = .803^{**}$ ), seguido por la depresión ( $r = .714^{**}$ ) y en menor medida el estrés ( $r = .452^{**}$ ). Indicando que la ansiedad es lo que más predispone el malestar general. La depresión y la ansiedad muestran una correlación media alta ( $r = .631$ ), lo cual es concuerda con la literatura existente. Al mismo tiempo se puede percibir que el sexo tiene correlaciones significativas con las escalas de malestar general, depresión, ansiedad y estrés, corroborando lo visto en tablas anteriores. La variable de vivienda mostro correlaciones débiles pero significativas, lo que sugiere que el entorno familiar donde vive el adolescente tiene relevancia en el estado su estado ansioso. Por último, el deporte muestra una correlación significativa con el malestar psicológico, la ansiedad y el sexo, lo cual indica que la falta de practicar un deporte se asocia a mayor ansiedad, además de que hay diferencia entre la práctica deportiva entre hombres y mujeres.

**Tabla 6** Correlación entre los puntajes de las variables y los datos sociodemográficos

Variables	Malestar psicológico	Nivel Depresión	Nivel Ansiedad	Nivel Estrés	Sexo	Vivienda	Deporte	Pasatiempo
Malestar psicológico	1							
Nivel Depresión	.714**	1						
Nivel Ansiedad	.803**	.631**	1					
Nivel Estrés	.452**	.541**	.547**	1				
Sexo	.219**	.218**	.226**	.093*	1			
Vivienda	.086*	0.053	.105*	0.010	0.035	1		
Deporte	.100*	0.080	.128**	0.048	.338**	0.024	1	
Pasatiempo	0.014	-0.045	0.000	-0.028	0.001	0.064	-0.028	1

Nota: \*\* $p < 0.01$  (bilateral). \* $p < 0.05$  (bilateral).

## DISCUSIÓN

El objetivo de esta investigación tiene como objetivo analizar los factores psicosociales del malestar psicológico en adolescentes mexicanos, después de los análisis realizados se puede revelar que el perfil de salud mental se ve caracterizado por la una prevalencia significativa de sintomatología ansiosa y

malestar psicológico general, con una marcada diferencia entre el sexo y una asociación leve pero significativa con la práctica deportiva.

Entrando en detalle, se puede ver que cerca de una tercera parte de la población (35%) mostró niveles de leves a severos de depresión, al mismo tiempo la ansiedad a nivel moderado a severo se ve reflejada en una parte de la población estudiada (33%). Este hallazgo es consistente con los datos más recientes segunda la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición Continua (ENSANUT), donde la ansiedad ha mostrado más continuidad en la condición de salud mental en la población de adolescentes mexicanos tras la pandemia (Gobierno de México, 2024). Al mismo tiempo (Salinas et al.2024) menciona que en el contexto educativo en mexicano la incidencia de ansiedad en adolescentes es alta debido a la incertidumbre prolongada y la readaptación a la socialización presencial tras el confinamiento. De misma manera (Pinto et al. 2024) menciona que en investigaciones recientes donde se utilizó el DASS-21, se percibe una vulnerabilidad particular a los trastornos ansioso debido a la presión académica y la readaptación a la presencialidad.

En relación con las diferencias de sexo, nuestros resultados confirman contundentemente la brecha de género, donde las mujeres son quienes presentaron puntajes más altos en las variables de depresión, ansiedad y estrés. Esto concuerda con Vázquez et al. (2023), quienes mencionan que la sintomatología depresiva en mujeres podría ser debido a que las mujeres experimentan mayor prevalencia de estrés y ansiedad que desencadenan en empeorar los síntomas, además de que las mujeres tienden a reaccionar con conductas internalizantes como la depresión y los hombres de manera externa, tomando conductas antisociales y el abuso de sustancias.

Un elemento central que emerge de los hallazgos es la alta interrelación entre las distintas dimensiones del malestar psicológico, particularmente entre la ansiedad, depresión y malestar psicológico general, lo cual refuerza la comprensión de este fenómeno como una condición multidimensional y comórbida, más que como expresiones psicopatológicas aisladas. En este sentido, la fuerte asociación observada entre la ansiedad y el malestar psicológico general sugiere que la ansiedad opera como un componente nuclear del malestar emocional en la adolescencia, actuando como un eje que potencia la coexistencia de otros síntomas afectivos. Esta configuración coincide con lo reportado por Morales Rodríguez y Díaz Barajas (2024), quienes documentan niveles medio-altos de ansiedad y depresión en adolescentes escolarizados



y destacan que dichas sintomatologías suelen coexistir, incrementando la vulnerabilidad psicológica y el deterioro del funcionamiento psicosocial. Desde esta perspectiva, los resultados del presente estudio aportan evidencia que respalda la necesidad de abordar el malestar psicológico adolescente desde modelos integrales de evaluación e intervención, que consideran la interacción entre síntomas emocionales y factores psicosociales individuales y relacionales, en lugar de aproximaciones fragmentadas centradas en un solo trastorno.

Finalmente se encontró una correlación significativa que identifica al deporte como un factor protector ( $p < 0.05$ ) mientras que los pasatiempos no mostraron significancia estadística. Esto coincide con lo reportado en una revisión sistemática reciente (Menéndez, 2025), quien concluye que la actividad física estructurada es un regulador emocional eficaz en adolescentes mexicanos, de tal manera que ayuda a reducir la ansiedad en un 70% en comparación con los estilos de vida sedentarios. El hecho de que los pasatiempos no mitigaran el malestar en nuestro estudio refuerza la hipótesis de que es el componente activo y de esfuerzo físico lo que genera el beneficio neurobiológico y psicológico necesario para enfrentar la ansiedad en los adolescentes (Castellanos, 2022).

La evidencia empírica acumulada sugiere que la atención del malestar psicológico en la adolescencia requiere estrategias que fortalezcan activamente las capacidades emocionales de los estudiantes, particularmente en contextos escolares. En esta línea, las intervenciones centradas en el desarrollo de la inteligencia emocional han mostrado efectos positivos tanto en la disminución de la sintomatología emocional negativa como en el fortalecimiento de recursos psicológicos protectores. Al respecto, Cardona Izasa et al (2025) reportan que un grupo de intervención basado en modelo de habilidades de la inteligencia emocional de Mayer Salovey generó mejoras significativas en la regulación emocional, estabilidad emocional y la resiliencia junto con reductores de síntomas de estrés, ansiedad y depresión en adolescentes. Aunque dicho estudio se desarrolló en una población con alta vulnerabilidad psicosocial, hoy sus resultados aportan evidencia robusta sobre la eficiencia de este tipo de intervenciones, lo cual resulta especialmente pertinente para el contexto escolar. Desde esta perspectiva, la implementación de programas de inteligencia emocional en adolescentes de secundaria puede constituir una estrategia clave no sólo para atender el malestar psicológico identificado, sino también para prevenir su cronificación y reducir la probabilidad de trayectorias de riesgo en etapas posteriores



del desarrollo.

Desde una perspectiva integradora, los hallazgos del presente estudio adquieren mayor relevancia al ser interpretados a la luz de investigaciones previas que han documentado la relación entre el malestar psicológico y la presencia de conductas de riesgo en la adolescencia. En particular, los resultados coinciden con lo señalado por Gutiérrez Díaz, Vázquez Pérez y Cardona Isaza (2025), quienes, a partir de una revisión bibliográfica, identifican que la sintomatología depresiva, la ansiedad y los factores contextuales adversos constituyen elementos centrales en el riesgo suicida adolescente. En este sentido, la elevada prevalencia de ansiedad y depresión observada en la población estudiada puede ser comprometida no sólo como un indicador de malestar emocional, sino también como un posible antecedente de trayectorias de mayor vulnerabilidad psicosocial si no se atiende de manera oportuna. Así, los resultados refuerzan la necesidad de concebir el malestar psicológico en la adolescencia como un fenómeno continuo y progresivo, que exige estrategias preventivas integrales en el ámbito escolar y comunitario, orientadas a la detección temprana, la reducción de factores de riesgo y el fortalecimiento de recursos protectores.

## CONCLUSIONES

Los hallazgos de este estudio permiten afirmar que el malestar psicológico constituye una condición relevante y ampliamente presente en los adolescentes mexicanos que cursan el nivel escolar de secundaria, evidenciando una expresión significativa de sintomatología psicológica que no puede considerarse marginal ni circunstancial dentro del contexto escolar. La proporción de adolescentes con niveles moderados a extremadamente severos de malestar psicológico revela una carga sustantiva de afectación emocional en esta etapa del desarrollo, lo cual posiciona a la salud mental del adolescente como un tema prioritario en la atención e investigación.

El análisis integrado de los resultados muestra que la ansiedad y la depresión emergen como los componentes centrales del malestar psicológico en este grupo poblacional manteniendo asociaciones más fuertes y consistentes con el malestar general en comparación con el estrés. Esta configuración sugiere que, en el contexto estudiado, el malestar psicológico se articula principalmente en torno a experiencias de inquietud, preocupación persistente y síntomas afectivos, más que manifestaciones asociadas exclusivamente a la sobrecarga o la atención percibida. La alta correlación entre estas





dimensiones confirma la coexistencia de los síntomas y refuerza la noción de comorbilidad psicológica durante la adolescencia temprana.

Un aporte central del estudio radica en la identificación de diferencias claras y sistemáticas por sexo en todas las dimensiones evaluadas del malestar psicológico. Las mujeres presentan de manera consistente mayores niveles de malestar psicológico general, así como ansiedad, depresión y estrés, particularmente en los rangos de mayor severidad. Este patrón observado de forma reiterada en los análisis bivariados y correlaciones no sólo refuerza la solidez de los hallazgos, sino que señala la necesidad de considerar el sexo como una variante clave en la comprensión del malestar psicológico adolescente especialmente en el diseño de estrategias de evaluación, prevención e intervención en el ámbito escolar.

Asimismo, aunque con asociaciones de menor magnitud los resultados indican que a variables contextuales como la vivienda y conductuales como la práctica deportiva se relacionan de manera significativa con el malestar psicológico y la ansiedad. Estas asociaciones, aun cuando no permiten establecer relaciones causales, sugieren que el entorno familiar inmediato y los estilos de vida pueden constituir elementos relevantes en la experiencia psicológica de los adolescentes, complementando la comprensión del malestar más allá de los síntomas individuales.

Desde una lectura integradora, los resultados permiten sostener que el malestar psicológico en adolescentes de secundaria se configura como un fenómeno heterogéneo, influido por la interacción entre factores emocionales y sociodemográficos, caracterizado por perfiles diferenciados de vulnerabilidad. Esta evidencia cuestiona abordajes homogéneos de la salud mental escolar y refuerza la necesidad de aproximaciones más sensibles a las diferencias individuales y grupales dentro del contexto educativo.

Finalmente, aunque el diseño transversal del estudio limita la inferencia causal, los hallazgos ofrecen una base empírica sólida para futuras investigaciones orientadas a profundizar en la dinámica del malestar psicológico adolescente. En particular, se plantea como reto avanzar hacia estudios longitudinales que permitan analizar la evolución de estos síntomas a lo largo del tiempo, así como investigaciones que integran variables contextuales y escolares adicionales. Desde el ámbito de la salud y la educación, los resultados subrayan la importancia de fortalecer estrategias de detección temprana y promoción del bienestar psicológico en la secundaria, con especial atención en la ansiedad, la depresión

y las diferencias por sexo como componentes centrales de la construcción de entornos escolares más saludables.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Acurio, A. I. C., & Rojas, D. L. (2023). Depresión, ansiedad, estrés y funcionalidad familiar en adolescentes de una unidad educativa de Guayaquil. *Revista Eugenio Espejo*, 17(2), 33–45.

<https://doi.org/10.37135/ee.04.17.05>

Adicciones, C. N. de S. M. y. (2024). Informe sobre la Situación de la salud mental y el consumo de sustancias en México. gob.mx. Recuperado el 18 de diciembre de 2025, de

<http://www.gob.mx/conasama/documentos/informe-sobre-la-situacion-de-la-salud-mental-y-el-consumo-de-sustancias-en-mexico>

Cardona-Isaza, A.J., González-Barrón, R., Trujillo, A., & Montoya-Castilla, I. (2025). Effects of an emotional intelligence intervention on justice involved adolescents. *International Journal of Emotional Education*, 17(2), 109-129. <https://doi.org/10.56300/QTKI6660>

Castellanos Pintado, G. (2022). Efectos positivos de la actividad física sobre la ansiedad en estudiantes universitarios. <https://titula.universidadeuropea.com/handle/20.500.12880/1236>

Freschi, D., Verónica del-Valle, M., Freschi, D., & Verónica del-Valle, M. (2023). Malestar psicológico y síntomas psicopatológicos en pacientes recuperados de COVID-19. *Psicogente*, 26(50), 1–23.

<https://doi.org/10.17081/psico.26.50.5866>

García Uribe, M.I., & González Márquez, M. (2022). Clima social, familiar, escolar y conductas de riesgo en adolescentes. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, 11(23), 231-258. <https://doi.org/10.36677/rpsicologia.v11i23.18057>

González, M., Correa, C., Ruíz, S., & Barroso, E. (2023). El modelo de factor dual de salud mental en adolescentes: relevancia de los factores intrapersonales y contextuales de protección y riesgo.

*Psicología y Salud*, 33(2). 487-498. <https://doi.org/10.25009/pys.v33i2.2830>

Gutiérrez Díaz, G., Vázquez Pérez, J.J., & Cardona Isaza, A.J. (2025). Factores de riesgo sobre el suicidio en adolescentes: revisión bibliográfica- Synergia: *Revista Multidisciplinaria en Desarrollo Humano Educación e Interculturalidad*, 1(1), 52-68.

<https://doi.org/10.32870/synergia.v1i1.3>



- Juárez-García, L.R., Alcázar-Córoles, M.A., Santana Campas, M.A., Ruvalcaba Romero, N.A., & Hermosillo de la Torre, A.E. (2025). Factores psicosociales asociados al consumo de alcohol experimental y de riesgo en adolescentes escolarizados. *Revista Internacional de Investigación en Adicciones*, 11(2), e404. <https://doi.org/10.28931/riiad.2025.404>
- Gobierno de México. (2024). Informe de Datos de Salud Mental 2024: Distribución de casos atendidos por ansiedad y depresión. Sistema de Salud Mental de México; Secretaría de Salud. [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/949747/04\\_DATOS\\_SM\\_2024.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/949747/04_DATOS_SM_2024.pdf)
- Menéndez Reyna, N. E. (2025). El ejercicio físico y sus beneficios psicológicos en adolescentes: Revisión sistemática. *MENTOR Revista De Investigación Educativa Y Deportiva*, 4(10), 582–600. <https://doi.org/10.56200/mried.v4i10.9172>
- Miranda, N. D., & Pacheco, N. E. (2020). Inteligencia emocional, adicción al smartphone y malestar psicológico como predictores de la nomofobia en adolescentes. *Know and Share Psychology*, 1(2). <https://doi.org/10.25115/kasp.v1i2.3195>
- Morales Rodríguez, m., & Díaz Barajas, D. (2024). Depresión y ansiedad en adolescentes: impacto de variables individuales y relacionales de la salud mental. *Revista Religación*, 9(42), e2401270. <https://doi.org/10.46652/rgn.v9i42.1270>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2025). Salud Mental. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Paredes-Iragorri, M. C., Tovar-Añez, M. B., Pinzón-Flórez, C. E., Delgado-García, K. J., Celemín-Álvarez, S. N., Becerra-Urbe, N., Soto-Orduz, N., (2021). Conductas de riesgo para la salud en adolescentes escolarizados del municipio de Tabio, Colombia. *Revista de Salud Pública*, 23(1), 1. <https://doi.org/10.15446/rsap.v23n1.82756>
- Pinto-Cortez, C., Muzatto Negron, P., Hernández, J., Cadenas, S., García Parra, M., Romero Aros, D., (2024). Prevalencia y características sociodemográficas asociadas con la depresión, la ansiedad y el estrés en estudiantes universitarios. *Límite (Arica)*, 19. <https://doi.org/10.4067/s0718-50652024000100216>



- Rebollo-Quintela, N., Mendi, P., Losada-Puente, L., & Fernández-Blanco, A. (2022). Percepciones del alumnado de secundaria sobre su bienestar escolar. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 32(2), 85-101. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.33.num.2.2022.34361>
- Román, F., Vinet, E. V., & Alarcón, A. M. (2014). Escalas de depresión, ansiedad y estrés (dass-21): adaptación y propiedades psicométricas en estudiantes secundarios de Temuco. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 23(II), 179.
- Sataray, O. C., Castañeda, R. C., & Alcalá, J. U. G. (2022). Explicación del malestar psicológico en adolescentes a través de variables comunitarias. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v10i1.3325>
- Salinas-Muñoz, J., Livia Segovia, J. H., Campos-Uscanga, Y., Argüelles-Nava, V. G., Contreras-Alarcón, G., Mota-Morales, M. de L., (2024). Características psicométricas de la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) en estudiantes universitarios. *Investigación en educación médica*, 13(50), 68–78. <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2024.50.23549>
- Santos-Preciado, J. I., Villa-Barragán, J. P., García-Avilés, M. A., León-Álvarez, G., Quezada-Bolaños, S., & Tapia-Conyer, R. (2003). La transición epidemiológica de las y los adolescentes en México. *Salud Pública de México*, 45, S140–S152. <https://doi.org/10.1590/S0036-36342003000700018>
- Vázquez-Salas, A., Hubert, C., Portillo-Romero, A., Valdez-Santiago, R., Barrientos-Gutiérrez, T., & Villalobos, A. (2023). Sintomatología depresiva en adolescentes y adultos mexicanos: Ensanut 2022. *Salud Pública de México*, 65, s117–s125. <https://doi.org/10.21149/14827>

