

Salud mental y calidad de vida en adolescentes de una unidad educativa de Ambato

Mental health and quality of life in adolescents from an educational institution in Ambato

Saúde mental e qualidade de vida em adolescentes de uma unidade educacional de Ambato

ARTÍCULO ORIGINAL



 **Carolina Betsabé Morales Real**
carolinamoralessreal95@outlook.com

 **Sandra Santamaría Guisamana**
esantamaria@pucesa.edu.ec

Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Ambato, Ecuador

Escanea en tu dispositivo móvil
o revisa este artículo en:
<https://doi.org/10.33996/repsi.v9i23.216>

Recibido 2 de diciembre 2025 / Aceptado 12 de enero 2026 / Publicado 22 de enero 2026

RESUMEN

La salud mental en adolescentes constituye una preocupación mundial debido al aumento de dificultades emocionales, conductuales y de bienestar general. El objetivo de esta investigación fue analizar la relación entre la salud mental y la calidad de vida en adolescentes de una Unidad Educativa de la ciudad de Ambato, Ecuador. Mediante una metodología cuantitativa, tipo descriptivo con alcance correlacional, se estudió una muestra de 100 estudiantes, en el período lectivo 2025-2026. Se utilizaron el test Q-PAD y el cuestionario KIDSCREEN-52. Los hallazgos destacaron correlaciones negativas significativas entre las dimensiones de insatisfacción corporal, depresión, ansiedad, abuso de sustancias, problemas interpersonales, problemas familiares, incertidumbre sobre el futuro y riesgo psicosocial con las diferentes dimensiones de calidad de vida. Se encontraron correlaciones positivas significativas entre la dimensión de autoestima y bienestar con todas las dimensiones de calidad de vida. Se concluye que la salud mental se relaciona de manera significativa con la calidad de vida percibida por los adolescentes, evidenciándose que el incremento del malestar psicológico se asocia con una menor percepción de bienestar físico, social, escolar y emocional.

Palabras clave: Adolescentes; Calidad de vida; Emociones; Q-PAD; KIDSCREEN-52; Salud Mental

ABSTRACT

Adolescent mental health is a global concern due to the increase in emotional, behavioral, and general well-being difficulties. The objective of this research was to analyze the relationship between mental health and quality of life in adolescents from an educational institution in the city of Ambato, Ecuador. Using a quantitative, descriptive, correlational methodology, a sample of 100 students was studied during the 2025-2026 academic year. The Q-PAD test and the KIDSCREEN-52 questionnaire were used. The findings highlighted significant negative correlations between the dimensions of body dissatisfaction, depression, anxiety, substance abuse, interpersonal problems, family problems, uncertainty about the future, and psychosocial risk with the different dimensions of quality of life. Significant positive correlations were found between the dimensions of self-esteem and well-being with all dimensions of quality of life. It is concluded that mental health is significantly related to the quality of life perceived by adolescents, demonstrating that increased psychological distress is associated with a lower perception of physical, social, academic, and emotional well-being.

Key words: Adolescents; Quality of life; Emotions; Q-PAD; KIDSCREEN-52; Mental health

RESUMO

A saúde mental dos adolescentes é uma preocupação global devido ao aumento das dificuldades emocionais, comportamentais e de bem-estar geral. O objetivo desta pesquisa foi analisar a relação entre saúde mental e qualidade de vida em adolescentes de uma instituição de ensino na cidade de Ambato, Equador. Utilizando uma metodologia quantitativa, descritiva e correlacional, uma amostra de 100 estudantes foi estudada durante o ano letivo de 2025-2026. Foram utilizados o teste Q-PAD e o questionário KIDSCREEN-52. Os resultados destacaram correlações negativas significativas entre as dimensões de insatisfação corporal, depressão, ansiedade, abuso de substâncias, problemas interpessoais, problemas familiares, incerteza sobre o futuro e risco psicossocial com as diferentes dimensões da qualidade de vida. Correlações positivas significativas foram encontradas entre as dimensões de autoestima e bem-estar com todas as dimensões da qualidade de vida. Conclui-se que a saúde mental está significativamente relacionada à qualidade de vida percebida pelos adolescentes, demonstrando que o aumento do sofrimento psicológico está associado a uma menor percepção de bem-estar físico, social, acadêmico e emocional.

Palavras-chave: Adolescentes; Qualidade de vida; Emoções; Q-PAD; KIDSCREEN-52; Saúde mental

INTRODUCCIÓN

La salud mental en adolescentes se ha convertido en un tema de creciente preocupación a nivel mundial durante las últimas décadas, debido al aumento significativo de jóvenes que presentan dificultades emocionales, conductuales y de bienestar general. Esta situación ha generado un gran interés académico y social en comprender los factores que influyen en la calidad de vida de los adolescentes, sus hábitos y bienestar dentro del núcleo familiar y social, especialmente dentro de los contextos educativos, donde se evidencian cambios importantes en el rendimiento académico, la conducta y la adaptación social. La Organización Mundial de la Salud (2023) estima que uno de cada siete adolescentes de entre 10 y 19 años presenta algún tipo de trastorno mental, lo que representa aproximadamente el 14,3% de esta población a nivel mundial. Además, los adolescentes que presentan trastornos mentales frecuentemente se encuentran expuestos a situaciones de estigmatización o exclusión social, lo cual afecta directamente su desempeño educativo, su salud física y su calidad de vida en general, incrementando la posibilidad de involucrarse en conductas de riesgo.

En el contexto latinoamericano, diversos estudios han abordado la temática de la salud mental y calidad de vida en adolescentes

desde múltiples perspectivas. En Colombia, el estudio realizado por Rodríguez-De Ávila (2023) sobre funcionamiento familiar, salud mental, ansiedad, autoestima y calidad de vida en familias en situación de vulnerabilidad evidenció la complejidad de las relaciones entre estos constructos y la necesidad de intervenciones integrales que consideren el contexto familiar como factor determinante del bienestar adolescente. Por otra parte, en México, la investigación desarrollada por Morales Rodríguez y Díaz Barajas (2022) sobre variables personales y contextuales predictoras de salud mental en adolescentes concluyó que la salud mental adolescente está determinada principalmente por recursos personales internos como la resiliencia y la autoeficacia, los cuales son moduladores fundamentales que interactúan con las condiciones sociodemográficas y educativas del entorno.

En Ecuador, el estudio realizado por Estrella (2022) sobre la salud mental positiva de los estudiantes de tercer año de bachillerato general unificado del cantón Pujilí demostró que la mayoría de los adolescentes presentan niveles altos de salud mental positiva, tanto en contextos rurales como urbanos. Sin embargo, el análisis comparativo reveló diferencias estadísticas significativas en la puntuación global entre ambos contextos, mientras que el factor de satisfacción

personal no mostró diferencias significativas. Estos resultados sugieren que los estudiantes cuentan con recursos socioemocionales adecuados y suficientes para enfrentar los desafíos propios de la adolescencia, independientemente del sector de residencia.

A nivel internacional, los antecedentes proporcionan una visión más amplia sobre los factores asociados a la calidad de vida en la población adolescente. El estudio realizado por Losada Puente (2018) en adolescentes de la ciudad de Madrid, España, concluyó que la mayoría presentaban un nivel adecuado de calidad de vida; no obstante, los estudiantes con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (NEAE) mostraron niveles inferiores en comparación con aquellos que no presentaban dichas necesidades. Además, se identificó que la calidad de vida se ve influenciada por factores personales como el sexo, la edad y aspectos relacionados con la inclusión, las relaciones sociales y la participación comunitaria. Por su parte, el estudio de Mercado (2012) en adolescentes trabajadores y no trabajadores del municipio de Toluviejo, Sucre, Colombia, determinó que el trabajo adolescente no genera diferencias estadísticamente significativas en la salud mental, ya que los adolescentes que trabajan obtuvieron una media de 3,56 en salud mental positiva, mientras que los no trabajadores mostraron

una media de 3,38, siendo estas puntuaciones estadísticamente similares.

La adolescencia constituye la etapa comprendida entre los 11 y los 19 o 20 años y representa un período de transición fundamental entre la infancia y la madurez, caracterizado por una serie de cambios significativos que incluyen transformaciones físicas, cognitivas y de adaptación psicosocial (Papalia y Martorell, 2017). Desde una perspectiva etimológica, el término adolescente proviene del latín *adolescere*, que significa crecer y madurar, lo que implica un proceso de desarrollo integral que abarca múltiples dimensiones del ser humano (Güemes Hidalgo et al., 2017). Durante esta etapa se produce la construcción de la identidad personal, por lo que el contexto sociocultural en el que se desarrollan los adolescentes y las relaciones que establecen adquieren un papel fundamental, ya que influyen de manera significativa en el individuo y en el adecuado desarrollo de sus habilidades sociales y emocionales (Contreras, 2022).

Los cambios físicos primarios durante la adolescencia se relacionan principalmente con el área reproductiva. En las mujeres, incluye la maduración de los ovarios y la aparición de la menarquía, la cual marca el inicio de la capacidad reproductiva. Por otro lado, en los varones se produce el aumento del tamaño testicular, además de la espermarquía, que constituye

la primera eyaculación con espermatozoides viables. Dentro de los cambios secundarios, se encuentran el desarrollo de caracteres sexuales no relacionados directamente con la reproducción, como la aparición de vello axilar y púbico en ambos sexos, el crecimiento del pene y el cambio de voz en los varones, mientras que en las mujeres se observa el desarrollo mamario y una redistribución de la grasa corporal. Estos cambios fisiológicos están mediados por modificaciones hormonales complejas, donde la hipófisis secreta diversas hormonas como la luteinizante (LH) y la foliculoestimulante (FSH), las cuales activan el funcionamiento gonadal (Güemes Hidalgo et al., 2017).

Es importante destacar que durante la adolescencia se producen cambios en el ámbito emocional que incrementan la vulnerabilidad de los jóvenes, influyendo de manera negativa en su salud física y mental. Esta situación suele estar condicionada principalmente por factores socioeconómicos, biológicos, psicológicos y sociales (Bolívar et al., 2022). Asimismo, el desarrollo de las habilidades sociales puede verse afectado por distintos contextos, influyendo de manera directa en el bienestar integral del adolescente. En este sentido, el entorno familiar resulta crucial para la transmisión de valores, normas y patrones de comportamiento; si este entorno no es saludable emocionalmente,

pueden surgir deficiencias en la comunicación, la autoestima y la resolución de conflictos, lo que incrementa el riesgo de padecimiento de trastornos como la depresión y afecta significativamente la calidad de vida de los adolescentes (González Moreno, 2022).

Desde la perspectiva de la Organización Mundial de la Salud (2025), la salud mental se define como una condición de bienestar psicológico que se desarrolla a lo largo de un proceso dinámico, permitiendo así a las personas afrontar las tensiones cotidianas, ampliar sus capacidades, desempeñarse de manera eficaz en el ámbito laboral y tener un desarrollo social saludable. Para el desarrollo de una adecuada salud mental es fundamental considerar diversos factores de carácter personal, familiar, comunitario y estructural, ya que cuando alguno de estos elementos se ve afectado puede debilitarse significativamente la salud mental. Además, desde una perspectiva multidimensional, el concepto de salud mental integra diversos aspectos como la autopercepción y las habilidades personales, así como aspectos sociales como las relaciones con los pares, la adaptación al entorno y la contribución a la comunidad, lo cual varía según el enfoque teórico desde el que se contemple (Miranda, 2018).

Por consiguiente, la calidad de vida, al igual que la salud mental, no constituye un concepto

cerrado ni unidimensional, sino que se analiza desde una perspectiva multidimensional compleja. Se entiende como la valoración que una persona realiza sobre su propia vida de forma subjetiva, en correlación con ciertas condiciones objetivas como la salud física, las relaciones interpersonales, los recursos socioeconómicos y las experiencias personales. Esta valoración es el resultado de la interacción entre factores internos y externos que resultan significativos para cada individuo (Caqueo y Alfonso, 2012). Asimismo, existen ciertas situaciones donde la calidad de vida de los adolescentes puede verse particularmente afectada, siendo algunas de las más relevantes las conductas autolesivas, la depresión, el suicidio y la violencia (Casas, 2010).

Ante la necesidad de contar con datos reales y verídicos que permitan comprender el estado emocional y la percepción de bienestar de los adolescentes en el contexto específico de la ciudad de Ambato, Ecuador, se desarrolló la presente investigación en la Unidad Educativa Santa Marianita de Jesús. En consecuencia, el objetivo general de la investigación fue analizar la relación entre la salud mental y la calidad de vida en adolescentes de una Unidad Educativa de Ambato. Para alcanzar este propósito, se establecieron los siguientes objetivos específicos: primero, sustentar teóricamente los conceptos de salud mental y calidad de vida en la adolescencia mediante una

revisión comprehensiva de la literatura científica; segundo, diagnosticar el nivel de salud mental y la calidad de vida de los adolescentes de la Unidad Educativa Santa Marianita de Jesús mediante la aplicación de instrumentos estandarizados; y tercero, desarrollar un análisis estadístico correlacional entre la salud mental y la calidad de vida de los adolescentes para determinar el grado de asociación entre estas variables.

La relevancia de este estudio radica en la identificación de los factores que influyen en el bienestar de los adolescentes y que pueden orientar intervenciones escolares, familiares y comunitarias, contribuyendo así a la construcción de entornos más saludables y protectores. Los hallazgos aportan evidencia empírica valiosa para el diseño de políticas públicas y programas de salud mental adolescente en el contexto ecuatoriano, al tiempo que llenan un vacío significativo en la literatura científica nacional sobre esta temática.

MATERIALES Y MÉTODO

En la presente investigación se siguió un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo, el cual permite describir las características y propiedades de los fenómenos de manera independiente o conjunta sobre las variables involucradas (Hernández Sampieri et al., 2014). Asimismo, el estudio es de alcance correlacional, ya que tiene

como propósito investigar el grado de asociación entre ambas variables principales, con el fin de cuantificar la posible relación existente entre salud mental y calidad de vida en adolescentes. Por consiguiente, se utilizó un diseño no experimental, dado que el fenómeno se observa de manera natural sin intervención alguna por parte del investigador, y transversal, ya que la recolección de datos se realizó en un único momento temporal para analizar la relación entre las variables y determinar la incidencia en el periodo seleccionado.

La población de estudio estuvo conformada por 100 estudiantes con un rango de edad de 12 a 18 años, legalmente matriculados en el período lectivo 2025-2026 en la Unidad Educativa Santa Marianita de Jesús, ubicada en la ciudad de Ambato, Ecuador. La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, el cual permite una selección de participantes en función de las posibilidades y el acceso que tenga el investigador (Hernández González, 2021). Este tipo de muestreo resulta apropiado cuando se trabaja con poblaciones accesibles y cuando el objetivo principal es explorar relaciones entre variables en lugar de generalizar resultados a poblaciones más amplias.

Para la recolección de datos se utilizaron instrumentos estandarizados de reconocido valor psicométrico en la evaluación de adolescentes. En

primer lugar, se aplicó una ficha sociodemográfica en la cual se recopiló información relevante como la edad, el sexo, el nivel educativo y el contexto familiar de cada participante. De igual manera, se empleó un consentimiento informado dirigido a los padres y/o representantes legales de los adolescentes menores de edad, así como un asentimiento informado firmado por los propios adolescentes, garantizando de esta manera el cumplimiento de los principios y normas éticas vigentes en investigación con seres humanos, incluyendo el respeto a la autonomía, la beneficencia, la no maleficencia y la justicia.

El cuestionario KIDSCREEN-52 constituye un instrumento genérico de calidad de vida diseñado específicamente para niños y adolescentes de entre 8 y 18 años. Este instrumento está compuesto por 52 ítems, organizados en 10 dimensiones que evalúan diferentes aspectos del bienestar: Bienestar físico, Bienestar psicológico, Estado de ánimo y emociones, Autopercepción, Autonomía, Relaciones con los padres y vida familiar, Recursos económicos, Apoyo social y compañeros, Entorno escolar y Acoso escolar. Los ítems se responden mediante una escala Likert de cinco opciones, que evalúa la frecuencia o la intensidad de los síntomas experimentados. Este instrumento cuenta con una consistencia interna que oscila entre 0,74 y 0,86 según el coeficiente Alfa de Cronbach, lo cual indica un nivel alto de

fiabilidad. Asimismo, muestra validez de constructo mediante análisis factorial confirmatorio, que respalda la estructura teórica de las 10 dimensiones propuestas (KIDSCREEN, 2011).

De manera complementaria, se utilizó el test Q-PAD (Questionnaire for the Assessment of Psychopathology in Adolescence), instrumento diseñado para evaluar indicadores de malestar psicológico y psicopatología en adolescentes. Este instrumento está compuesto por 81 ítems divididos en 9 dimensiones que abarcan: Insatisfacción corporal, Ansiedad, Depresión, Abuso de sustancias, Problemas interpersonales, Problemas familiares, Incertidumbre sobre el futuro, Riesgo psicosocial y Autoestima y bienestar. El Q-PAD cuenta con una consistencia interna que oscila entre 0,78 y 0,90 según el coeficiente Alfa de Cronbach, indicando un nivel alto de fiabilidad. Además, presenta validez de contenido y constructo adecuada, lo que lo convierte en un instrumento confiable para la evaluación de la salud mental en población adolescente.

Los datos recogidos fueron analizados mediante el coeficiente de correlación de Pearson, el cual permite determinar la intensidad y la dirección de la relación lineal entre dos variables cuantitativas. Este coeficiente varía entre -1 y +1, donde valores cercanos a +1 indican una correlación positiva fuerte, valores cercanos

a -1 indican una correlación negativa fuerte y valores cercanos a 0 indican ausencia de correlación lineal. Para interpretar la magnitud de las correlaciones, se consideraron los siguientes rangos: correlaciones débiles ($r < 0,30$), correlaciones moderadas ($0,30 \leq r < 0,50$) y correlaciones fuertes ($r \geq 0,50$). El nivel de significancia estadística se estableció en $p < 0,05$ para todas las pruebas.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En el presente apartado se exponen los hallazgos más significativos del estudio en relación con los resultados obtenidos. Esta sección constituye la columna vertebral del artículo científico, presentando de manera clara y objetiva los datos recolectados mediante la aplicación de los instrumentos de evaluación.

A continuación, se presenta el análisis descriptivo de los resultados obtenidos para las variables de salud mental y calidad de vida, con cada una de las dimensiones estudiadas. Los valores de asimetría y curtosis se encontraron dentro de los rangos aceptables (± 2), lo cual permitió el uso de estadísticos paramétricos para el análisis de los datos, garantizando la validez de las inferencias realizadas.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de las dimensiones del Q-PAD.

Dimensión	M	DE	As	Cu
Insatisfacción corporal	16,40	6,58	0,06	-1,39
Ansiedad	25,80	7,61	-0,02	-0,88
Depresión	19,87	6,74	0,15	-1,10
Abuso de sustancias	14,50	5,97	1,66	1,80
Problemas interpersonales	20,33	5,61	-0,19	-0,40
Problemas familiares	19,67	6,41	0,44	-0,41
Incertidumbre sobre el futuro	24,54	7,84	-0,35	-1,02
Riesgo psicosocial	46,40	11,31	1,12	1,18
Autoestima y bienestar	32,31	8,04	-0,38	-0,67

Nota. M: Media; DE: Desviación estándar; As: Asimetría; Cu: Curtosis.

Como se observa en la tabla 1, las dimensiones evaluadas se encuentran distribuidas de forma adecuada para su análisis estadístico. Las puntuaciones medias oscilaron entre moderadas y elevadas, mientras que las desviaciones estándar muestran que existe una variabilidad normal en la

población adolescente estudiada. Asimismo, las puntuaciones de asimetría y curtosis se encuentran dentro de rangos aceptables (± 2), respaldando de esta manera el uso de análisis paramétricos en el estudio. En consecuencia, se procedió al análisis correlacional utilizando el coeficiente de Pearson.

Tabla 2. Estadísticos descriptivos de las dimensiones del KIDSCREEN-52.

Dimensión	M	DE	As	Cu
Bienestar Físico	14,46	3,14	-0,47	0,26
Bienestar Psicológico	20,02	4,17	0,45	-0,00
Estado de ánimo y emociones	19,43	5,94	-0,04	-0,42
Autopercepción	14,92	4,13	0,25	-0,26
Autonomía	15,33	4,19	-0,13	-0,75
Relaciones con los padres y vida familiar	18,49	5,91	-0,10	-0,81
Recursos económicos	9,18	3,08	0,14	-0,32
Apoyo social y compañeros	21,06	4,47	-0,08	-0,44
Entorno escolar	18,54	4,30	-0,58	0,64
Acoso escolar	12,94	2,20	-1,36	2,27

Nota. M: Media; DE: Desviación estándar; As: Asimetría; Cu: Curtosis.

En la tabla 2 se evidencian puntuaciones medias moderadas en todas las dimensiones del KIDSCREEN-52. La desviación estándar refleja la variabilidad esperada en la población adolescente, mientras que los coeficientes de asimetría y curtosis

se mantuvieron en rangos aceptables, mostrando distribuciones aproximadamente normales. Por lo antes descrito, se consideró apropiado emplear el coeficiente de correlación de Pearson para analizar la relación entre salud mental y calidad de vida.

Tabla 3. Correlaciones entre las dimensiones del Q-PAD y el KIDSCREEN-52.

Q-PAD/KIDSCREEN	BF	BP	EAE	AP	AUT	RPVF	RE	ASC	ES	AE
Insatisfacción corporal	-0,29**	-0,42**	-0,39**	-0,39**	-0,35**	-0,33**	-0,17	-0,23*	-0,26**	-0,27**
Depresión	-0,41***	-0,47***	-0,46***	-0,37***	-0,32***	-0,37***	-0,39**	-0,23*	-0,36***	-0,18
Ansiedad	-0,40***	-0,46***	-0,52***	-0,44***	-0,35***	-0,41***	-0,29**	-0,22*	-0,35***	-0,22*
Abuso de sustancias	-0,32**	-0,34***	-0,33***	-0,24*	-0,16	-0,31**	0,02	-0,05	-0,24*	-0,14
Problemas interpersonales	-0,28**	-0,42***	-0,44***	-0,35***	-0,22*	-0,29**	-0,25*	-0,13	-0,31**	-0,26**
Problemas familiares	-0,31**	-0,49***	-0,37***	-0,41***	-0,41***	-0,56***	-0,19	-0,13	-0,23*	0,22*
Incertidumbre sobre el futuro	-0,23*	-0,22*	-0,15	-0,33***	-0,26**	0,21*	-0,31**	-0,14	0,06	-0,20*
Riesgo psicosocial	-0,45***	-0,54***	-0,51***	-0,42***	-0,32**	-0,47***	-0,18	-0,17	-0,39***	-0,24*
Autoestima y bienestar	0,40***	0,52***	0,53***	0,54***	0,45***	0,50***	0,39***	0,41***	0,44***	0,37***

Nota. BF: Bienestar Físico; BP: Bienestar Psicológico; EAE: Estado de Ánimo y Emociones; AP: Autopercepción; AUT: Autonomía; RPVF: Relaciones con los Padres y Vida Familiar; RE: Recursos Económicos; ASC: Apoyo Social y Compañeros; ES: Entorno Escolar; AE: Acoso Escolar. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

En la Tabla 3, se observan las correlaciones de Pearson entre las dimensiones de salud mental evaluadas mediante el Q-PAD y las dimensiones de calidad de vida medidas con el KIDSCREEN-52. En términos generales, se evidencian correlaciones negativas y significativas entre las dimensiones de malestar psicológico y los indicadores de calidad de vida, lo cual indica que a mayores niveles de sintomatología psicológica es menor la percepción que tienen los adolescentes sobre su bienestar general.

Dentro de las correlaciones negativas significativas se encuentran la insatisfacción corporal, el abuso de sustancias, los problemas interpersonales y los problemas familiares, la incertidumbre por el futuro y el riesgo psicosocial, los cuales se correlacionan significativamente con las dimensiones de bienestar físico, bienestar psicológico, estado de ánimo y emociones, autopercepción, autonomía, relaciones con los padres y vida familiar, apoyo social y compañeros, entorno escolar y acoso escolar. Estas

correlaciones presentan magnitudes que oscilan entre bajas y moderadas, esto sugiere que el incremento en los niveles de malestar psicológico se asocia con la disminución de la calidad de vida en varias áreas del funcionamiento adolescente.

Por otro lado, la dimensión de autoestima y bienestar del Q-PAD muestra una correlación positiva y estadísticamente significativa con todas las dimensiones del KIDSCREEN-52, es decir, a mayores niveles de autoestima y bienestar personal existe una mejor calidad de vida percibida por los adolescentes. Este hallazgo resulta particularmente relevante al identificar la autoestima como un factor protector fundamental en la promoción del bienestar integral de los jóvenes.

Discusión

En el presente estudio se propuso analizar la relación entre la salud mental y la calidad de vida en adolescentes de una unidad educativa de la ciudad de Ambato, Ecuador, evaluando la salud mental mediante el Q-PAD y la calidad de vida con el KIDSCREEN-52. Los resultados obtenidos permitieron dar respuesta a esta interrogante fundamental, evidenciando la existencia de relaciones significativas entre ambas variables.

Respecto a esto, se demostró que las dimensiones de insatisfacción corporal, abuso de sustancias, problemas interpersonales, problemas familiares, incertidumbre por el futuro y riesgo psicosocial mantienen correlaciones negativas significativas

moderadas con las dimensiones de calidad de vida, las cuales se relacionan directamente con la disminución de la calidad de vida y el deterioro de la salud mental de los adolescentes. Estos hallazgos concuerdan con estudios posteriores realizados por Rodríguez-De Ávila (2023), quien menciona que estas dimensiones pueden convertirse en factores de riesgo fundamentales que afectan el bienestar integral de los jóvenes en etapa adolescente.

Desde la perspectiva de la salud mental, se evidenció que la depresión y la ansiedad arrojaron correlaciones negativas moderadas con las diferentes dimensiones de calidad de vida. Estas condiciones afectan el mundo interno del adolescente, su percepción de sí mismo y, en consecuencia, su funcionamiento diario en diversos ámbitos. Estos hallazgos coinciden con estudios previos que señalan que en la adolescencia los trastornos internalizados tienen un impacto directo en la calidad de vida percibida. La investigación desarrollada por López et al. (2021) utilizando el test Q-PAD demostró que la escala de depresión se asocia significativamente con los niveles de autoestima, confirmando la complejidad de las relaciones entre los diferentes constructos de salud mental.

En cuanto a los problemas familiares, se identificó una correlación negativa significativa alta, especialmente en la dimensión de relación con los padres y vida familiar. Este hallazgo concuerda con investigaciones previas en las cuales se aplicó el test

Q-PAD y se evidenció que los estudiantes manifiestan insatisfacción con la situación que vive su familia, considerando que no son suficientemente apoyados ni escuchados por sus figuras parentales. Los resultados evidencian la importancia del rol parental y del contexto familiar en el desarrollo de los adolescentes, así como en su bienestar psicológico y en su calidad de vida (Posada y Cadavid, 2023).

Los resultados de la presente investigación también revelan que la dimensión de autoestima y bienestar mostró correlaciones positivas y estadísticamente significativas con todas las dimensiones de calidad de vida del KIDSCREEN-52. Esto sugiere que los adolescentes que presentan fortalecimiento en su identidad personal y bienestar emocional experimentan un mejor desarrollo personal, social y educativo durante esta etapa crítica del ciclo vital. Este hallazgo es consistente con la literatura científica que identifica a la autoestima como un factor protector fundamental en la adolescencia, tal como lo destacan Losada (2018) y Mercado (2012), quienes señalan que la autoestima contribuye significativamente a la resiliencia y al afrontamiento de factores de riesgo psicosocial.

Es importante reconocer que el presente estudio presenta ciertas limitaciones. Primeramente, la muestra se seleccionó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia en una sola unidad educativa, lo cual limita la generalización de los resultados a otras poblaciones adolescentes del país.

Además, la naturaleza transversal del estudio impide establecer relaciones causales entre las variables, ya que los datos se recogieron en un único momento temporal. Asimismo, la utilización de instrumentos autoinformados podría estar sujeta a sesgos de deseabilidad social o interpretación subjetiva de los ítems por parte de los adolescentes.

Por último, los hallazgos del estudio tienen implicaciones importantes desde la perspectiva práctica como para la teoría. En el ámbito práctico, los resultados permiten orientar estrategias de intervención en la escuela, impulsando programas de prevención y fortalecimiento de la salud mental, fomentando la autoestima y mejorando la dinámica familiar. Desde la perspectiva teórica, los resultados respaldan la conceptualización multidimensional de la calidad de vida y la salud mental adolescente, aportando evidencia empírica que respalda la interrelación entre constructos psicológicos y factores contextuales. Además, se pone de manifiesto la necesidad de integrar enfoques sistémicos que consideren el entorno familiar, escolar y social como moduladores del bienestar adolescente.

En definitiva, la salud mental y la calidad de vida en adolescentes se encuentran estrechamente relacionadas, destacando la influencia negativa de factores de malestar psicológico y la importancia de la autoestima como factor protector. Los resultados obtenidos aportan evidencia valiosa para diseñar intervenciones integrales y políticas educativas

orientadas a la promoción del bienestar adolescente, contribuyendo al fortalecimiento del conocimiento científico en contextos educativos ecuatorianos y latinoamericanos.

CONCLUSIONES

Los resultados obtenidos en la presente investigación demuestran que la salud mental está estrechamente relacionada con la calidad de vida de los adolescentes de la Unidad Educativa Santa Marianita de Jesús de la ciudad de Ambato, corroborando que con el incremento del malestar psicológico se evidencia una menor percepción de bienestar físico, social, escolar y emocional. Esta relación significativa entre ambas variables confirma la importancia de considerar la salud mental como un componente fundamental de la calidad de vida en la población adolescente.

En particular, la depresión, la ansiedad, la insatisfacción corporal, el riesgo psicosocial y los problemas familiares presentaron correlaciones negativas significativas con las dimensiones de calidad de vida evaluadas, lo cual evidencia la relación directa existente en el manejo emocional, social y escolar del adolescente. Estos hallazgos subrayan la necesidad de implementar programas de prevención e intervención en salud mental dirigidos a abordar estos problemas dentro del contexto educativo.

Asimismo, se identificó que los problemas familiares poseen una correlación negativa significativa alta, especialmente con la dimensión de relaciones con los padres y vida familiar. Por lo tanto, resulta fundamental reforzar el rol de la familia y de los padres como fuentes de apoyo emocional, contención afectiva, comunicación efectiva y establecimiento de límites, contribuyendo a un bienestar general que incide directamente en la calidad de vida percibida por los adolescentes.

La autoestima y el bienestar personal se expusieron como factores protectores fundamentales, ya que se demostró que los estudiantes con niveles elevados de autoestima tienden a presentar mayores niveles de bienestar social, reflejados en relaciones interpersonales más saludables, mayor percepción de apoyo social y una participación más activa y satisfactoria dentro de su entorno educativo y social. En consecuencia, fomentar la autoestima se convierte en una estrategia clave para fortalecer la salud mental y la calidad de vida en la adolescencia.

Los hallazgos de este estudio sugieren que las instituciones educativas y las familias deben implementar estrategias integrales que promuevan la salud emocional de los adolescentes, incluyendo talleres de autocuidado, programas de educación socioemocional y espacios de acompañamiento psicológico. Además, se recomienda fortalecer la comunicación familiar y el acompañamiento de los

padres en el desarrollo de habilidades sociales y emocionales.

Finalmente, se identifican oportunidades para futuras investigaciones, tales como: analizar la influencia de factores culturales y socioeconómicos en la relación entre salud mental y calidad de vida; estudiar la efectividad de intervenciones específicas en la mejora de la autoestima y el bienestar adolescente; y explorar de manera longitudinal cómo las variables psicosociales influyen en la adaptación y desempeño académico a lo largo del tiempo.

En conclusión, la presente investigación aporta evidencia empírica sobre la interrelación entre salud mental y calidad de vida en adolescentes, destacando la importancia de promover la autoestima, fortalecer el contexto familiar y desarrollar intervenciones educativas integrales que favorezcan el bienestar físico, emocional y social de los jóvenes.

CONFLICTO DE INTERESES. Los autores declaran que no existe conflicto de intereses para la publicación del presente artículo científico.

FINANCIAMIENTO. Los autores declaran que no recibieron financiamiento específico para la realización de esta investigación.

REFERENCIAS

- Bolívar, M., Ríos, S., y Avendaño, B. (2022). Regulación emocional en adolescentes: Importancia e influencia del contexto. *Apuntes de Bioética*. <https://files01.core.ac.uk/download/pdf/552629134.pdf>
- Caqueo, U. A., y Alfonso, U. (2012). Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto. *Sociedad Chilena de Psicología Clínica*. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082012000100006>
- Casas, J. (2010). Calidad de vida del adolescente. *Revista Cubana de Pediatría*. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0034-75312010000400012&script=sci_arttext
- Contreras, L. (2022). Psicología del niño y del adolescente. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. <https://repositorio.une.edu.pe/entities/publication/c183f798-7650-4067-9c52-1d285c3bb1f7>
- Estrella, M. G. (2022). La salud mental positiva de los estudiantes de tercer año de bachillerato general unificado del cantón Pujilí: Estudio comparativo entre el sector urbano y rural [Tesis de Maestría, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio Institucional PUCE.
- González Moreno, A. y González Moreno, A. (2022). Las habilidades sociales y su relación con otras variables en la etapa de la adolescencia: Una revisión sistemática. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 11(2). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8438513>
- Güemes Hidalgo, M., Ceñal González-Fierro, M. J., y Hidalgo Vicario, M. I. (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Adolescenciasema*, 1-13. <https://www.adolescenciasema.org/ficheros/PEDIATRIA%20INTEGRAL/Desarrollo%20durante%20la%20Adolescencia.pdf>
- Hernández González, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252021000300002&script=sci_arttext
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, P. (2014). Metodología de la investigación (6ª ed.). McGraw-Hill Education.

- KIDSCREEN. (2011). KIDSCREEN-52 Questionnaire. <https://www.kidscreen.org/>
- López, L., Yina, F., Ana, T., Cardona, F., y Lemos, M. (2021). Bienestar y autoestima: Un estudio comparativo en estudiantes de los colegios de la Policía Nacional. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 13(2). <https://doi.org/10.22335/rlct.v13i2.1399>
- Losada Puente, L. (2018). Calidad de vida en adolescentes y factores personales influyentes. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 5(1). <https://doi.org/10.17979/reipe.2018.5.1.3437>
- Mercado, D. M. (2012). Salud mental positiva y calidad de vida en adolescentes trabajadores y no trabajadores del municipio de Tolúviejo, Sucre. *Cultura Educación y Sociedad*, 3(1), 1-18. <https://revistascientificas.cuc.edu.co/culturaeducacionysociedad/article/view/962>
- Miranda, H. G. (2018). ¿De qué hablamos cuando hablamos de salud mental? *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 23(S1), 109-119. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1438570>
- Morales Rodríguez, M., y Díaz Barajas, D. (2022). Variables personales y contextuales predictoras de salud mental en adolescentes: Estrés, ansiedad, depresión e impulsividad. *Revista de Ciencias Sociales y Humanas*, 22(33). <https://doi.org/10.46652/rgn.v7i33.955>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). Salud mental del adolescente. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización Mundial de la Salud. (2025). Salud mental: Fortalecer nuestra respuesta. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Papalia, D. E., y Martorell, G. (2017). *Desarrollo humano* (12ª ed.). McGraw-Hill Education.
- Posada, K., y Cadavid, K. (2023). Relación entre los problemas familiares, autoestima y el bienestar de los adolescentes [Tesis de Grado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional UCC. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/390213ef-a314-41e9-adb2-b64028a905a5/content>
- Rodríguez-De Ávila, U. E. (2023). Funcionamiento familiar, salud mental, ansiedad, autoestima y calidad de vida en familias en situación de vulnerabilidad de una ciudad del caribe colombiano. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 17(2). <https://doi.org/10.21500/19002386.6178>
- World Health Organization. (2025). Mental health: Strengthening our response. <https://www.who.int/publications/i/item/mental-health>