

# Percepción del adolescente ante la atención psicológica

---

## **Autores:**

**Reyes Lasso, Nayelhi**  
Universidad UMECIT, Panamá  
Licenciatura en Psicología General  
nayelhilucireyes05018@gmail.com  
<https://orcid.org/0009-0004-7902-1599>

**Rivera Mendoza, Lucyn**  
Universidad UMECIT, Panamá  
Licenciatura en Psicología General  
lucynrivera08@gmail.com  
<https://orcid.org/0009-0003-2308-4024>

**Rodríguez, Stephanie**  
Universidad UMECIT, Panamá  
Licenciatura en Psicología General  
stephu.rod26@gmail.com  
<https://orcid.org/0009-0002-8553-3289>

**Docente Asesor:**  
**Sarco Santo, Amelia**  
Universidad UMECIT, Panamá  
Asignatura: Método de Investigación en Psicología  
ameliasarco@umecit.edu.pa  
<https://orcid.org/0000-0001-9524-4080>

**Sede: La Chorrera**

*DOI: 10.37594/sc.v1i6.1618*

## **Resumen**

El objetivo principal de esta investigación fue conocer la percepción psicológica de los adolescentes y si existe algún tipo de resistencia por parte de ellos ante la atención. La metodología que se empleó en este estudio fue de tipo cuantitativo con alcance exploratorio bajo el diseño estudios descriptivos. Por medio del instrumento utilizado (formulario de encuesta) se evidenció que los adolescentes en su mayoría tienen conocimiento acerca de las consultas psicológicas, sin embargo, el mayor factor que influencia la decisión de tomar atención psicológica para ellos es la opinión de la sociedad. Se concluyó con que los adolescentes no presentaron un gran nivel de resistencia, sin embargo, existen múltiples factores que influyen en esta decisión. Mas que la atención psicológica, se evidenció la importancia y atención que se le debe dar a la salud mental, es por ello que es necesario brindar información completa acerca de estos servicios, tratando de disminuir percepciones erróneas o estigmas que se han cultivado en la sociedad, a lo largo de la historia.

**Palabras clave:** adolescentes, atención psicológica, salud mental, percepción.

## **Adolescent's perception of psychological care**

### **Abstract**

The main objective of this research was to know the psychological perception of adolescents and if there is any kind of resistance from them in the face of attention. The methodology used in this study was quantitative with an exploratory scope under a descriptive study design. By means of the instrument used (survey form), it was shown that most adolescents are aware of psychological consultations; however, the major factor influencing the decision to seek psychological care for them is the opinion of society. It was concluded that adolescents did not present a high level of resistance, however, there are multiple factors that influence this decision. More than psychological care, the importance and attention that should be given to mental health was evidenced, which is why it is necessary to provide complete information about these services, trying to reduce misperceptions or stigmas that have been cultivated in society throughout history.

**Keywords:** adolescents, psychological attention, mental health, perception.

## **1. INTRODUCCIÓN**

### **Justificación**

Este estudio se realizó para saber si existe una resistencia por parte de los adolescentes para atenderse o asistir a consultas psicológicas, ya sea porque existan factores como su entorno familiar, social o económicos que no permitan que los mismos, asistan a las terapias/sesiones psicológicas. Actualmente se asume que aún existen muchos estigmas y taboo sobre la atención psicológica dentro de la sociedad.

Realizar esta investigación también, será de mucha ayuda para tener una visión más clara de la percepción de los adolescentes ante la atención psicológica, este estudio nos beneficia de cierta manera para así poder manejar a esta población de una manera más efectiva.

Los beneficiados directos de realizar este estudio investigativo serán los profesionales de la salud mental, como psicólogos y consejeros, quienes podrán adaptar sus enfoques y técnicas para que sean más efectivos y relevantes para los adolescentes. Otro de los beneficiados directos de este estudio, serán los padres o tutores encargados del cuidado o protección de los adolescentes de este estudio, ya que, estos podrán llegar a tener una visión más amplia de la percepción de estos adolescentes, obteniendo información y una mayor comprensión de la importancia de la salud mental, capacitándolos sobre como apoyar a sus hijos en la búsqueda de ayuda psicológica cuando

lo consideren necesario.

Al realizar este estudio también habrán beneficiados indirectos, los cuales podrían ser futuros investigadores que deseen realizar estudios relacionadas a este tema, dado que lo podrán tomar como antecedentes o referencias para sus futuros estudios o investigaciones en el campo de la salud mental adolescente.

Con este estudio investigativo, bajo la línea de investigación de Psicología y Desarrollo Humano, bajo el área de sociedad y desarrollo humano, con el eje temático de Psicología social; pretendemos presentar la percepción de los adolescentes ante la atención psicológica, así como identificar factores o barreras que influyan en la accesibilidad o inaccesibilidad que los adolescentes perciben al momento de tomar la decisión de adquirir estos servicios.

### **Descripción de la temática o problema de investigación**

La salud mental es un derecho fundamental que merece ser protegido y promovido a la sociedad. Es un factor imprescindible en el bienestar mental y emocional que influyen directamente en el desarrollo de los niños y, por ende, de los adolescentes. Sin embargo, con demasiada frecuencia, la salud mental es considerada como un tema secundario y poco importante, tanto para los líderes de un país, profesores, familiares y hasta los mismos adolescentes, quienes a menudo ni siquiera le prestan la debida atención. Como resultado, millones de jóvenes sufren en silencio, enfrentando estigmas y falta de comprensión, en la que no solo se va a manifestar un costo económico y social, sino que los familiares y adolescentes tendrán que enfrentar un costo inimaginable a nivel emocional.

Los adolescentes enfrentan una serie de barreras cuando buscan ayuda psicológica, entre las que destacan el estigma social asociado a los problemas de salud mental, la falta de acceso a servicios de salud mental adecuados y la resistencia interna a aceptar que necesitan ayuda. Estos obstáculos pueden influir negativamente en su bienestar emocional y en su desarrollo personal, limitando sus oportunidades para recibir el apoyo necesario. La percepción negativa hacia la atención psicológica puede llevar a una menor utilización de estos servicios, perpetuando así problemas de salud mental no tratados en una etapa crítica de la vida.

Según el informe *“Estado Mundial de la Infancia 2021, En mi mente: promover, proteger y cuidar la salud mental de la infancia”* publicado en 2023 en la página de UNICEF, 2023, se calcula que en 2020 vivían en el mundo más de 1.200 millones de adolescentes de entre 10 y 19 años, y las estimaciones indican que más de un 13% padecían un trastorno mental sin recibir el

reconocimiento y el tratamiento debido. Esto significa que en torno a 86 millones de adolescentes de entre 15 y 19 años y 80 millones de entre 10 y 14 años viven con un trastorno mental, según la definición de la OMS.

Según una investigación llevada a cabo por Gallup de un informe conocido como ChangingChildhood de UNICEF, un promedio del 19% de los jóvenes de 15 a 24 años de 21 países declararon en el primer semestre de 2021 que a menudo se sienten deprimidos o tienen poco interés en realizar alguna actividad. (UNICEF, 2023).

De acuerdo a este informe, se realizó una encuesta en la que los adolescentes consideraban que al momento de sentirse deprimidos o con poco interés de recreación, les parecía más oportuno, buscar ayuda de un profesional de salud que afrontar dichos problemas por sí mismos.

De esta manera, al finalizar se pudo concluir por medio de la encuesta, que un promedio del 83% de los adolescentes estuvo de acuerdo en que era mejor afrontar los problemas de salud mental compartiendo experiencias con otros y buscando apoyo; por el contrario, solo el 15% consideraba que esos problemas eran personales y que uno mismo puede resolverlos mejor.

A pesar de lo mostrado anteriormente, hay diferencias en lo importante que le puede parecer a un adolescente buscar ayuda y en si realmente toma la iniciativa de buscarla. La discriminación o estigma que puede tener la sociedad ante las personas que sufren de enfermedades mentales, puede provocar que muchos de ellos se vean limitados a reconocer su condición y buscar esa atención psicológica que tanto necesitan. Simplemente por el motivo de sentir que al momento hablar acerca del tema, perciban ese rechazo e incomprensión que muchas veces pueden ser más dañinas que la propia enfermedad.

Prueba de esto, se puede observar en un debate organizado en colaboración con el estudio Global Early Adolescent Study de la Escuela Bloomberg de Salud Pública de la Universidad Johns Hopkins y 13 organismos aliados de todo el mundo, en la que muchos adolescentes participaron y aseguraron que el estigma sobre la salud mental, es uno de los principales objetivos que los hace sentir reprimidos cuando quieren buscar ayuda; esta preocupación se vio mucho más priorizada en los niños, quienes sentían ese miedo por expresar su sentimientos debido a las normas de género masculinas.

Muchos de ellos dentro del debate dirigido a los jóvenes de 15 a 19 años expresaron los siguientes argumentos (Global Early Adolescent Study, 2024):

- *“A mucha gente le produce mucha ansiedad el tema del estrés y las enfermedades mentales. La verdad es que no quieres hablar de ello. La sociedad lo ha convertido en algo muy grave y, supuestamente, negativo”.*
- *“Cuando uno sabe que tiene un problema, pero no está dispuesto a compartirlo con otras personas, es cuando el problema lo puede devorar”.*
- *“Hay gente que, cuando se entera de que una persona va al psicólogo, lo llama loco”.*

A raíz de esto, es que es sumamente importante analizar esas causas internas y externas que ocasionan esa posible resistencia a buscar atención; atención la cual tiene como principal objetivo evitar cualquier deterioro en el bienestar emocional y mental de los adolescentes que aspiran a un futuro estable.

Según datos del Ministerio de Salud de Panamá, en el año 2022, se registraron más de 50,000 casos de trastornos mentales en todo el territorio nacional. Este número representa un aumento del 20% en comparación con el año anterior. Aunado a esto, la tasa de suicidios en Panamá experimento un aumento del 30% en los últimos cinco años. Solo en 2022, se reportaron más de 700 suicidios en el país, cifra en la que los más afectados fueron los jóvenes entre 15 y 29 años, evidenciando el suicidio como segunda causa principal de muerte en este grupo demográfico. (Panamá, 2023).

En un artículo de La Verdad Panamá, un joven contó su experiencia con la salud mental y la atención psicológica en Panamá, y expresó lo siguiente:

Christian Chávez compartió su experiencia personal con la depresión y el suicidio, manifestando que diversas situaciones familiares lo llevaron a pensar en quitarse la vida. Él cree que el mejor apoyo que puede recibir una persona en esa situación es alguien con quien pueda desahogarse y hablar abiertamente. Chávez afirma que tratar los problemas de salud mental es un privilegio, ya que existe mucho estigma al respecto, y el nivel económico influye, pues la terapia y el apoyo pueden ser costosos. Muchas veces, el seguro social no brinda atención oportuna, por lo que es necesario recurrir a servicios de psicología privados.

De esta manera es importante entender que la salud mental tratada con la atención psicológica debida es una responsabilidad compartida entre la sociedad. Es por eso que es importante conocer la problemática de esta situación a nivel nacional y mundial, con el fin de poder conseguir las técnicas y herramientas necesarias para que haya una mejora significativa en la salud mental de los adolescentes.

## **Antecedentes**

En los antecedentes no se encontraron artículos o investigaciones relacionadas específicamente con el tema de este artículo, pero se encontró uno de influencia en este artículo.

Como primer artículo antecedente tenemos el de Delmy Virginia Granados Castro, Ana Guadalupe García Sura (2024) las cuales desarrollaron un estudio mixto acerca de la “Percepción de los adolescentes y jóvenes sobre la atención en servicios de salud de El Salvador” con el objetivo de evaluar las percepciones de la juventud sobre la calidad de atención que recibieron y su experiencia en las Unidades de Salud.

Este estudio con un enfoque mixto se realizó en dos diferentes etapas sucesivas. De primero, se realizó la etapa cuantitativa con un diseño transversal descriptivo, seguido de la cualitativa, desarrollada mediante un diseño fenomenológico entre junio y septiembre de 2020. Este estudio se enfocó en recolectar información sobre la percepción de las personas participantes sobre la atención en servicios de salud de El Salvador; utilizando un cuestionario que evaluaba la atención recibida y su experiencia, en la segunda fase se realizaron mediante entrevistas grupales e individuales se quiso evaluar el nivel de satisfacción.

Este estudio concluyó con que la percepción de la atención en los servicios de salud mental era buena, sin embargo, esta presenta algunas barreras que interfieren en el acceso, oportunidad y aceptabilidad de los servicios de atención.

## **Formulación de la interrogante**

De lo antes planteado se propone la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo perciben los adolescentes la atención psicológica?

## **Objetivo(s) o propósito**

Analizar la percepción de los adolescentes ante la atención psicológica, identificando los factores que influyen en su disposición a buscar y utilizar estos servicios.

## **Breve desarrollo teórico y conceptual**

Percepción del adolescente ante la atención psicológica

*“La atención psicológica es un proceso terapéutico, en el cual el paciente recibe apoyo y orientación de parte de un psicólogo para seguir su camino a la felicidad y armonía interna”*  
Atención psicológica. (2015, abril 22).

Según la UNICEF define a la adolescencia como: “*el período de crecimiento que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y 19 años.*”

Es crucial entender como los adolescentes abordan estos temas sobre la atención psicológica, donde se podrían abordar temas emocionales, cognitivos, conductuales, entre otros. La percepción de ellos sobre este tema, muchas veces pueden ser influencias del entorno exterior de ellos mismos.

### **Teorías relevantes**

#### ***Teorías del comportamiento Help-Seeking***

Este término se utiliza en el ámbito psicológico y se refiere al método o proceso en el que las personas buscan ayuda o apoyo profesional para así manejar problemas emocionales, de salud mental o psicológicos.

#### ***Teoría del desarrollo psicosocial de Erikson***

En Robles MB. La infancia y la niñez en el sentido de identidad. Comentarios en torno a las etapas de la vida de Erik Erikson. Rev Mex Pediatr. 2008;75(1):29-34. Erikson habla sobre 8 etapas del desarrollo psicosocial, los adolescentes forman parte de la quinta etapa que va desde los 12 años hasta los 18 años y habla sobre la crisis de los adolescentes, cuestionándose asimismo el ¿Quién soy yo?

En De Ajuria Guerra, J. (1983): Manual de Psiquiatría Infantil, p 83, Erikson dice que “durante la pubertad y la adolescencia todas las identidades y continuidades sobre las cuales el niño se había apoyado anteriormente se ponen en duda en su búsqueda de continuidad y de identidad.” Lo que quiere decir que la etapa de adolescencia está llena de ansias por lo encontrarse asimismo y sus ideales como persona, llegando así a tener crisis en diferentes momentos de esta etapa.

### **Accesibilidad de los adolescentes a la atención psicológica**

La situación de los adolescentes luego de la pandemia incrementó de manera negativa, tanto en la salud mental, como en la salud física. Surgieron trastornos ansiosos, depresivos recurrentes, de adicciones, de violencia intrafamiliar, violencia de pareja, trastornos de conducta alimentaria. Todos estos recordando, en los adolescentes.

Agregándole a estas deficiencias en la salud mental, que los adolescentes en esta etapa pasan situaciones como crisis por encontrarse a ellos mismos.

## **Algunas causas por las que los adolescentes asisten a terapia**

- **Maltrato psicológico**

Arruabarrena, M.<sup>a</sup> Ignacia. (2011). *“El maltrato psicológico constituye una de las tipologías de desprotección infantil que mayores dificultades presenta para su identificación, evaluación y abordaje”*.

Según UNICEF, 2020 en el mundo aproximadamente 1 de cada 4 niños menores de 5 años viven en hogares donde su madre es víctima de violencia de género.

Esto contribuye a la deficiencia en la salud mental de los niños al llegar a su adolescencia, dando así un resultado de diferentes trastornos o enfermedades mentales, como la depresión, ansiedad, adicciones e incluso repetir patrones de violencia en su vida adulta con su pareja o familia.

- **Abuso sexual contra niños, niñas y adolescentes**

UNICEF, 2018 Según el Ministerio público en Panamá en el año 2015, 88% de las víctimas de abuso sexual fueron niños entre 0 a 17 años.

El abuso sexual contra niñas, niños y adolescentes durante años ha permanecido en silencio o ignorado, dificultando su denuncia y la formulación de políticas públicas basadas en la evidencia. Afortunadamente, la comunidad y las autoridades han comenzado a tomar conciencia de este delito que es particularmente grave porque casi siempre es perpetrado por un familiar o persona cercana a la víctima. UNICEF, 2018.

El abuso sexual contra adolescentes en Panamá es un caso de maltrato que a menudo se observa entre las comunidades de escasos recursos y lugares de difícil acceso en el país. Algo que tampoco contribuye a la causa de detener o castigar este crimen es el deficiente castigo penal que se da por los organismos penales en Panamá y las leyes a este caso de abuso.

## **Justificación del marco teórico**

Los diversos temas por las que un adolescente acude a terapia psicológica siempre van a ser imprescindibles de apoyar y resolver para que estas personas sean adultos con madurez y autosuficiencia emocional en su etapa madura. Lo que les permitirá crear lazos familiares formidables con su pareja e hijos, creando así un ciclo de nunca acabar de relaciones sanas, fuertes y con inteligencia emocional en familia.

Es imprescindible tener en cuenta la opinión de los adolescentes hacia la atención psicológica,

por eso es este estudio que hemos realizado. Estas teorías presentadas son fundamentales gracias a que nos ayudan a comprender por qué a rasgos psicosociales los adolescentes presentan una percepción de la atención psicológica negativa en algunos casos. Así como también es importante recalcar que los adolescentes con ayuda de la innovación y las redes sociales crearon una vía donde sentirse seguros a la hora de buscar y expresar que necesitan ayuda psicológica.

Después de rigurosos estudios consideramos que las causas principales de los adolescentes a la tendencia de rechazo a la atención psicológica son: el estigma, la falta de recursos o simplemente el difícil acceso a esta atención en su situación geográfica. Promover la salud mental en plataformas muy utilizadas por los adolescentes y seguir creando maneras de acercar más al profesional con el adolescente son muy buenas ideas de seguir creando conciencia sobre esta.

## **2. METODOLOGÍA**

### **Método y/o Procedimiento metodológico**

Este estudio es de corte cuantitativo con alcance exploratorio bajo el diseño Estudios Descriptivos, ya que este tipo de estudio y diseño ayudan a obtener información precisa sobre la percepción de los adolescentes respecto a la atención psicológica, identificando posibles factores que influyen en sus actitudes y comportamientos relacionados con la búsqueda de ayuda psicológica.

Definiendo lo anteriormente mencionado, se puede decir que los estudios exploratorios se llevan a cabo cuando el tema o problema de investigación, es poco conocido o no ha sido suficientemente investigado previamente. El objetivo principal de este tipo de estudios es obtener una comprensión inicial y general del tema, explorando sus diversas perspectivas y generando ideas que puedan ser útiles para investigaciones posteriores. Respecto al tipo de corte cuantitativo, según Hernández Sampieri, R. (2018) dice que *“El enfoque cuantitativo utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis previamente hechas, confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento en una población”*.

Finalmente, en relación con el diseño de estudio, Hernández Sampieri, R. (2018) establece que *“La investigación descriptiva busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice”*. Una vez comprendido las definiciones anteriores, se puede proseguir con los siguientes puntos de una manera más clara.

De acuerdo a lo investigado anteriormente, a manera de hipótesis podemos considerar que la percepción de los adolescentes se ve significativamente influenciada por su nivel de conocimientos

sobre los servicios de salud mental y las barreras percibidas de su entorno (estigma social, costo, etc.), por ende, el adolescente puede mostrar cierta resistencia a acudir a estos servicios de ayuda.

En este estudio, se tomó una muestra de 30 adolescentes de la provincia de Panamá Oeste, en un rango de 15 a 17 años, de ambos sexos. La técnica que se empleó para la recolección de la información fue la encuesta y como instrumento se utilizó un cuestionario estructurado por 11 ítems, con preguntas cerradas y de escala Likert, con el fin de conocer la perspectiva de los adolescentes ante la atención psicológica.

Este estudio se desarrolló en cinco fases:

- **Fase 1:** Se seleccionó el tema a investigar y la muestra a la que se iba a aplicar, de modo que, entre algunas opciones, consideramos que la salud mental en la población adolescente es un fenómeno social de nuestro país que debe ser hablado, y mucho más importante la perspectiva y posición que tienen los adolescentes ante la atención psicológica.
- **Fase 2:** Se estableció el instrumento a utilizar, escogiendo finalmente diseñar un cuestionario basado en las consultas e investigaciones realizadas a nivel general de la problemática planteada, para que de esta manera se pudieran formular las preguntas de una manera comprensible.
- **Fase 3:** Se distribuyó el cuestionario a la muestra seleccionada por medio de una encuesta en línea.
- **Fase 4:** Luego de recopilar la información recolectada por el instrumento utilizado, se procedió a elaborar el análisis de los resultados obtenidos.
- **Fase 5:** Se culmina el artículo de investigación en base a la información investigada y los hallazgos encontrados en la encuesta aplicada.

### **Aspectos éticos**

En línea con el artículo 5 del Comité de Bioética de investigación de la UMECIT, se ha prestado especial atención a la identificación y evaluación de los posibles riesgos y los beneficios asociados con la investigación.

De esta manera, para cumplir con los parámetros necesarios, se toma en consideración los siguientes aspectos:

- **Consentimiento informado:** En la presente investigación, contribuyeron de forma voluntaria 30 adolescentes, para aportar acerca de su percepción ante la atención psicológica. Para ello, se aplicó una encuesta digitalizada en la que se daba una breve explicación de que trataba dicho cuestionario, por lo cual el participante era libre de escoger si quería participar o si

prefería mejor no intervenir.

- **Confidencialidad:** En el instrumento utilizado no se solicitaron nombres o alguna información personal que pudiera exponer la identidad del participante. Cumpliendo de este modo con el Decreto Ejecutivo 285 del 28 de mayo de 2021, el cual reglamenta la ley 81 de Protección de datos personales que establece principios, derechos, obligaciones y procedimientos para regular la protección de datos personales en Panamá.
- **Manejo de la información:** Los resultados de la encuesta, únicamente se manejaron bajo el control de una de las encargadas de este estudio, sin conocer ningún dato personal o comprometedor de los participantes. Sin embargo, para la tranquilidad de los participantes, bajo un periodo de una semana posterior a la entrega de la investigación, la encuesta digital será automáticamente anulada.
- **Posibles riesgos:** En este caso, la información compartida por los participantes para el desarrollo de esta investigación, no se considera como un factor de peligro ni para el adolescente ni para los que lo rodean, priorizando de esta forma, la confidencialidad y protección de la información administrada por los adolescentes participantes en el estudio.

### 3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### Características de los participantes

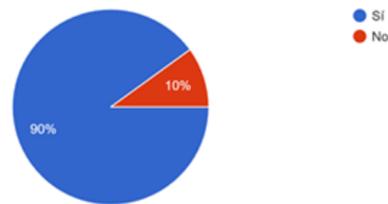
Se encuestaron un total de 30 adolescentes, en un rango de edad entre los 15 a 17 años. De estos, el 66.7% de sexo femenino y el 33.3% sexo masculino, todos se encuentran cursando académicamente, parte de los niveles de pre media y media. La población de este estudio estuvo integrada por adolescentes ubicados en la provincia de Panamá Oeste.

#### Hallazgos y discusión

La atención psicológica en la actualidad es imprescindible en la vida de los adolescentes, ya que constantemente se encuentran enfrentando diversos cambios en su día a día, y para poder enfrentar los mismos, es necesario mantener una buena salud mental. Sin embargo, muchos de ellos tienen de manera presente los prejuicios de la sociedad acerca de este tema, incluyendo también la posible falta de información que tienen los adolescentes y la sociedad acerca de los servicios que se ofrecen para tener un bienestar integral. Es por lo antes mencionado, que realizamos una serie de preguntas que nos ayudaran a comprender la experiencia y perspectiva que tienen los adolescentes ante esta posible problemática.

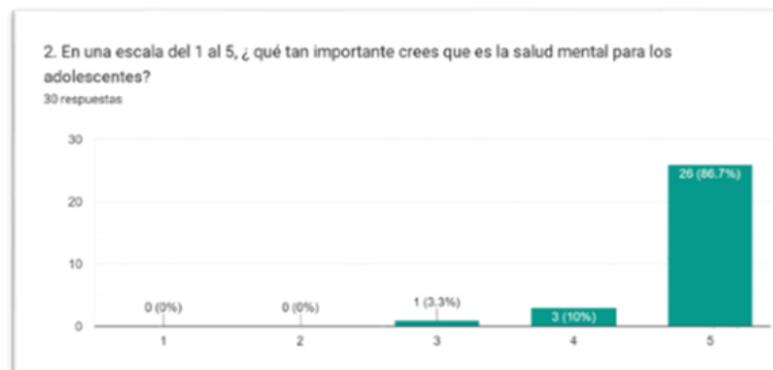
**Figura 1.**

1. ¿Has escuchado hablar de la atención psicológica?  
30 respuestas



Como se puede observar en la gráfica, se muestra que la mayoría de los adolescentes tienen conocimiento acerca del tema. El 90% ha escuchado hablar de la atención psicológica, sugiriendo un alto nivel de conciencia o familiaridad con el tema entre los adolescentes encuestados. Por otro lado, un 10% indica que no han escuchado hablar de la atención psicológica, lo que nos muestra una necesidad de sensibilización y más información que asegure una comprensión completa y positiva del tema.

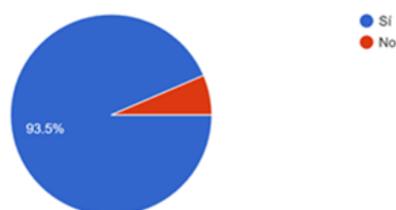
**Figura 2.**



Explorando un poco acerca de la importancia de la salud mental, se pudo evidenciar una alta valoración de lo esencial que es la salud mental entre los adolescentes encuestados. La mayoría con 86.7% califica la salud mental como “muy importante”, y en conjunto, un 10% de los encuestados considera que la salud mental es “importante”. Quedando tan solo una minoría de 3.3% que cree que es moderadamente importante, y nadie piensa que la salud mental sea poco o nada importante. Lo que resalta la necesidad de continuar proporcionando apoyo y recursos adecuados para mantener ese interés por el bienestar emocional.

**Figura 3.**

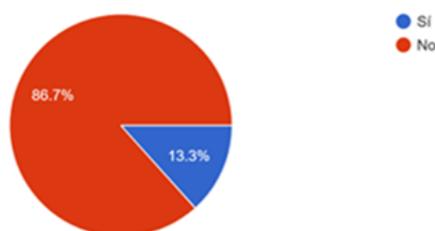
3. ¿Crees que la atención psicológica puede ser útil para superar los desafíos de la adolescencia?  
30 respuestas



Esta grafica muestra que la gran mayoría de los encuestados con un 93.5% cree que la atención psicológica es útil para superar los desafíos de la adolescencia, esto indica una percepción positiva hacia la importancia de la intervención psicológica en esta etapa crucial del desarrollo. Sin embargo, un pequeño porcentaje del 6.5% no considera útil la atención psicológica para estos desafíos, lo que podría indicar la necesidad de mayor educación o información sobre los beneficios de la atención psicológica.

**Figura 4.**

4. ¿Has buscado ayuda psicológica en los últimos 6 meses?  
30 respuestas

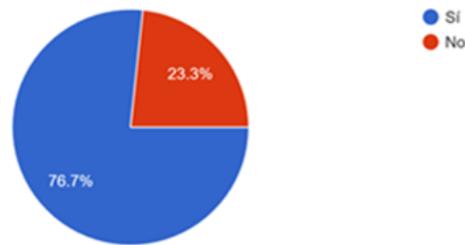


En este caso, se puede observar que solo un 13.3% de los encuestados ha buscado ayuda psicológica en los últimos 6 meses, esto sugiere que, a pesar de que una gran mayoría reconoce la utilidad de la atención psicológica (como se observó en el análisis anterior), pocos han tomado medidas para buscar dicha ayuda recientemente. Por otra parte, se pueda observar que una mayoría del 86.7% de los encuestados no han buscado ayuda psicológica en el último medio año.

Con respecto a lo anterior se destaca una discrepancia significativa entre la percepción de la utilidad de la atención psicológica y la acción de buscar dicha ayuda. Aunque muchos creen en los beneficios de la atención psicológica, la mayoría no ha buscado ayuda recientemente. Este resultado evidencia la importancia de abordar las barreras que impiden que las personas busquen ayuda psicológica, incluso cuando reconocen su valor.

**Figura 5.**

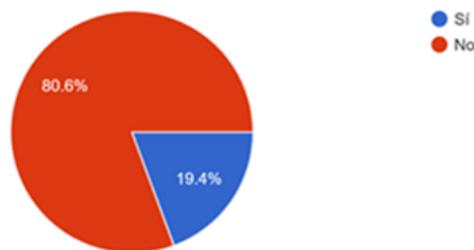
5. ¿Te sentirías cómodo/a hablando de tus problemas personales con un psicólogo?  
30 respuestas



En este punto se presenta que la mayoría de los encuestados con un 76.7% se sienten cómodos hablando de sus problemas personales con un psicólogo, lo que indica una buena disposición para participar en terapias y discutir temas personales con un profesional. No obstante, un 23.3% de los encuestados no se sentirían cómodos compartiendo sus problemas personales con un psicólogo, lo que podría deberse a la falta de confianza en los profesionales, temor al estigma, o una preferencia por mantener la privacidad sobre sus asuntos personales.

**Figura 6.**

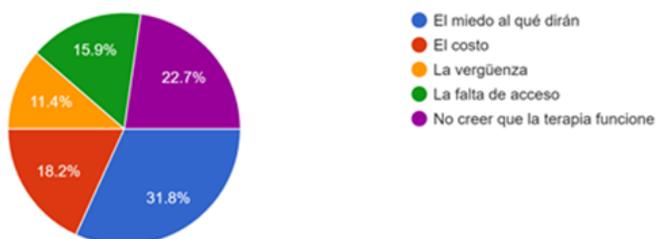
6. ¿Alguna vez has sentido que buscar ayuda psicológica es un signo de debilidad?  
30 respuestas



Aquí se puede revelar que la mayoría de los encuestados con un 80.6% no considera que buscar ayuda psicológica sea un signo de debilidad, reflejando un cambio positivo en la sociedad en cuanto a las actitudes hacia el apoyo a la salud mental. En menor medida con un 19.4%, existe un pequeño grupo que aún percibe buscar ayuda psicológica como un signo de debilidad, sugiriendo que, aunque la percepción general es positiva, todavía hay una parte notable de la población que tiene opiniones estigmatizadoras hacia la ayuda psicológica.

**Figura 7.**

7. ¿Qué razones crees que podrían impedir que un adolescente busque atención psicológica?  
30 respuestas

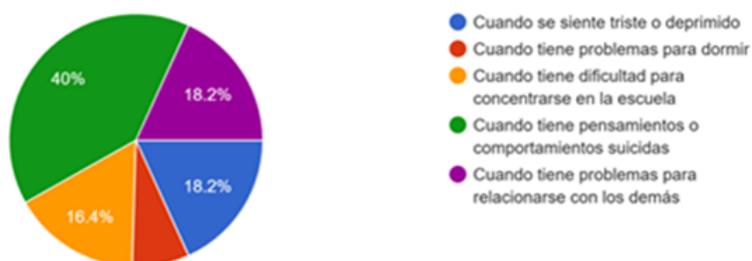


En general, este gráfico sugiere que hay una serie de razones por las que los adolescentes no buscan atención psicológica. Estas razones incluyen: el miedo al qué dirán, el costo, la vergüenza, la falta de acceso y no creer que la terapia funcione.

Como se puede observar, la razón más común por la que los adolescentes podrían no buscar atención psicológica es “el miedo al qué dirán”, con el 31.8% de las respuestas, lo que sugiere que el estigma social y el miedo a la opinión de los demás son las barreras más significativas para los adolescentes. Entre otras razones importantes se menciona el “no creer que la terapia funcione”, el cual indica con un 22.7% que una parte considerable de los adolescentes puede tener dudas sobre la efectividad de la terapia. Incluyendo el 18.2% que considera el costo financiero como una barrera significativa, sugiriendo que la accesibilidad económica también es un factor importante. Entre las barreras menos comunes está “la falta de acceso” con un 15.9% y “la vergüenza” con un 11.4%, la cual es la razón menos citada, pero aún relevante.

**Figura 8.**

8. ¿En qué situación crees que un adolescente debería buscar ayuda psicológica?  
30 respuestas



La situación más común en la que los encuestados creen que un adolescente debería buscar ayuda psicológica es cuando tiene pensamientos o comportamientos suicidas, con un 40% de las respuestas, indicando una alta percepción de prioridad en la intervención psicológica en estos casos.

Una proporción significativa de 18,2% de los encuestados considera importante buscar ayuda psicológica en casos de tristeza o depresión, y el mismo porcentaje cree que los problemas de sueño también son vistos como una razón válida para buscar ayuda psicológica, reflejando la conexión entre la salud mental y los problemas de sueño. Se muestra que el 16.4% de los adolescentes encuestados, reconocen que las dificultades académicas son reconocidas como una razón para buscar ayuda, pero con menor frecuencia que los problemas emocionales más graves. Finalmente, los problemas para relacionarse con los demás con un 7.3% constituyen la razón menos citada, aunque aún relevante.

**Figura 9.**



En resumen, un 100% de los adolescentes encuestados, indican un fuerte consenso sobre la necesidad de acceso a servicios de atención psicológica en la escuela, sugiriendo que la administración escolar debería considerar esta sugerencia, al momento de planificar sus recursos y servicios para el bienestar de los estudiantes.

**Figura 10.**



Este gráfico muestra que las respuestas están bastante distribuidas entre las cuatro opciones, lo que sugiere que los encuestados reconocen múltiples formas en las que un psicólogo puede ayudar a un adolescente. Las dos opciones más seleccionadas por los adolescentes encuestados fueron

“enseñarle habilidades y herramientas para afrontar las dificultades” con 29.6% y “brindar apoyo y orientación” con un 27.8%, indicando que los encuestados creen que el desarrollo de habilidades prácticas y el apoyo emocional son las formas más importantes en que un psicólogo puede ayudar. Por otra parte, la opción de “hablar con él y escucharlo” tuvo un 18.5% y “ayudarlo a entender sus problemas” un 24.1%, opciones que también se consideran importantes, aunque con menos preferencia en comparación con las otras dos opciones.

**Figura 11.**



Los datos de esta gráfica muestran que un 48.7% de los adolescentes encuestados, creen que buscar ayuda psicológica debe ser visto como un acto de fortaleza, resaltando la importancia de cambiar la percepción sobre la búsqueda de ayuda como una acción positiva y valiente, en lugar de un signo de debilidad. Un 35.9% reconoce los beneficios emocionales que puede ofrecer la atención psicológica, seguido de un 10.3% que representa a los adolescentes que muestran ese apoyo a las personas de su alrededor que lo necesitan, sugiriendo un enfoque a la empatía y el apoyo social. Finalmente, una minoría relativamente pequeña con un 5.1% enfatiza la disponibilidad de recursos para aquellos que buscan ayuda, indicando una necesidad de más información y accesibilidad a los recursos de salud mental disponibles.

A partir de estos resultados, se ha logrado una mayor claridad y comprensión del panorama actual en cuanto a la percepción de los adolescentes sobre la atención psicológica. Este estudio nos permite comprender los factores que influyen significativamente en el logro de una salud mental y un bienestar emocional estable en los adolescentes, motivando la implementación de herramientas y técnicas necesarias para abordar la falta de información o los estigmas que puedan afectar el desarrollo y la formación adecuada de estos futuros ciudadanos y profesionales de la sociedad.

#### 4. CONCLUSIONES

A modo de cierre es evidente que la muestra encuestada en esta investigación (adolescentes), denotan efectivamente una significativa característica de preocupación sobre la salud mental de ellos mismos. Esto es importante ya que se reveló que tanta conciencia tienen los adolescentes encuestados sobre la importancia de la salud mental. También que, aunque individualmente para la mayoría es importante la salud mental y los beneficios de acudir a la atención psicológica, estos presentan ciertos estigmas esperados sobre acudir a la atención psicológica, que pueden ser inculcados socialmente o dentro del entorno cercano a ellos.

Como concluyente sobre las teorías analizadas, su ligamiento con el desarrollo psicosocial en la etapa de la adolescencia y la atención psicológica se observa que entre las crisis que conlleva esta etapa en la vida humana, la mayoría de las veces los adolescentes se ven influenciados por creencias familiares o de su entorno a someterse a que esta atención no es vital para ellos.

Las anteriores mencionadas causas por las que un adolescente en desarrollo podría necesariamente acudir a un profesional en el ámbito de la salud mental, crea conciencia en las demás personas con un fin de acudir a las autoridades o profesionales responsables en estos casos si ven que un niño o adolescente se presenta como víctimas de estos abusos.

#### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arruabarrena, M. I. (2011). Maltrato Psicológico a los Niños, Niñas y Adolescentes en la Familia: Definición y Valoración de su Gravedad. *Intervención Psicosocial/Intervención Psicosocial*, 20(1), 25-44. <https://doi.org/10.5093/in2011v20n1a3>
- Atención psicológica. (2016, 12 octubre). Cieps. <http://cieps.cl/unidades/atencion-psicologica/>
- Carrasquilla R., M. A. (2024, 3 mayo). Los jóvenes buscan más ayuda con los profesionales de la salud mental. [www.laestrella.com.pa](http://www.laestrella.com.pa). <https://www.laestrella.com.pa/vida-y-cultura/los-jovenes-buscan-mas-ayuda-con-los-profesionales-de-la-salud-mental-EX7213789>
- Castro, D. V. G., & Sura, A. G. G. (2024). Percepción de las juventudes sobre la calidad de atención en los Servicios de Salud Amigables. *Alerta*, 7(1), 50-58. <https://doi.org/10.5377/alerta.v7i1.16160>
- Fondo de las Naciones Unidas Para la Infancia (UNICEF). (2021). Estado mundial de la infancia 2021 «En mi mente»: promover, proteger y cuidar la salud mental de la infancia. Confederación Salud Mental España. <https://consaludmental.org/centro-documentacion/estado-mundial-infancia-2021-salud-mental/>
- Hernández Sampieri, R. (2018). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN: LAS RUTAS*

CUANTITATIVA, CUALITATIVA Y MIXTA. España: McGraw-Hill Interamericana.  
[https://www.google.com.pa/books/edition/METODOLOG%C3%8DA\\_DE\\_LA\\_INVESTIGACION%3%93N/5A2QDwAAQBAJ?hl=es-419](https://www.google.com.pa/books/edition/METODOLOG%C3%8DA_DE_LA_INVESTIGACION%3%93N/5A2QDwAAQBAJ?hl=es-419)

- Panamá, L. V., & Valdespino, M. (2023, 19 septiembre). Jóvenes los más afectados: más de 50 mil casos de trastornos mentales se registraron en el año 2022. La Verdad Panamá. <https://www.laverdadpa.com/jovenes-los-mas-afectados-mas-de-50-mil-casos-de-trastornos-mentales-se-registraron-en-el-ano-2022/>
- ¿Qué es la adolescencia? (s. f.). UNICEF. <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-adolescencia>
- Robles Martínez, B. (2008). La infancia y la niñez en el sentido de identidad. Comentarios en torno a las etapas de la vida de Erik Erikson. Revista Mexicana de Pediatría. <https://www.medigraphic.com/pdfs/pediat/sp-2008/sp081g.pdf>
- UNICEF (2021), 'The Changing Childhood Project', UNICEF, New York. Los elementos de la encuesta Gallup World Poll utilizados en la encuesta tienen Copyright © 2021 Gallup, Inc. Todos los derechos reservados. ISBN: 978-92-806-5281-9 <https://www.unicef.org/innocenti/media/566/file/UNICEF-Global-Insight-Gallup-Changing-Childhood-Survey-Report-English-2021.pdf>
- Yépez, M., & Terán Villegas, D. (2014, 13 enero). Análisis comparativo de las teorías del desarrollo cognoscitivo de Jean Piaget en etapa preoperacional y del desarrollo psicosocial de Erik Erikson en iniciativa vs. culpa. Repositorio Digital Universidad Internacional SEK. <https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/757>