



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

FACTORES RELACIONADOS AL
BIENESTAR PSICOLÓGICO EN
JÓVENES LATINOAMERICANOS
ENTRE LOS 20 A 30 AÑOS DURANTE
EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA POR
COVID 19

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

MARCIA FERNANDA VIZA APAZA

LIMA – PERÚ

2023

Turnitin Informe de Originalidad

Procesado el: 10-ago.-2023 11:34 -05
 Identificador: 2144020893
 Número de palabras: 35098
 Entregado: 1

FACTORES RELACIONADOS AL BIENESTAR
 PSICOLÓGICO EN JÓ VENES
 LATINOAMERICANOS ENTRE LOS 20 A 30 AÑ OS
 DURANTE EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA POR
 COVID 19 Por Marcia Fernanda Viza Apaza

Lic. Mey Ling Rosa Chang Marcovich

Asesora

Meyling RM

Índice de similitud

17%

Similitud según fuente

Internet Sources:	16%
Publicaciones:	4%
Trabajos del estudiante:	3%

1% match (Internet desde 19-ene.-2023)

https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/13024/Interaccion_CrossMule_Stephanie.pdf?isAllowed=y&sequence=1

< 1% match ()

[Torregrosa Ruiz, Manuela. "Envejecimiento Activo, exitoso y saludable: Impacto del Cuidado y diferencias por Sexo/Género", 2019](#)

< 1% match ()

[Campos Ugaz, Thalía Liliana, Hoyos Saenz, Gloria Isabel. "Bienestar psicológico y estilos de afrontamiento al estrés en pobladores aledaños al Museo Chotuna-Chornancap de Lambayeque.", "Baishideng Publishing Group Inc.", 2023](#)

< 1% match ()

[Zarate Vilton, Doraliza. "Funcionamiento familiar y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada del distrito de Puente Piedra, 2022", "Baishideng Publishing Group Inc.", 2022](#)

< 1% match ()

[Calvarro Castañeda, Andrea Luz. "Estrés Percibido, Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en jóvenes", 2016](#)

< 1% match ()

[Carrasco Fernandez, Brayan Smith, Villegas Calle, Ximena Mercedes. "Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de Psicología de los últimos ciclos de una universidad privada de Lima Norte, 2020", Universidad Privada del Norte SAC, 2022](#)

< 1% match ()

[Condori Morán, Juan Fernando. "Afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes de ingeniería en una universidad privada de Lima Metropolitana", "Baishideng Publishing Group Inc.", 2021](#)

FACTORES RELACIONADOS AL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN JÓ VENES LATINOAMERICANOS ENTRE LOS 20 A 30 AÑ OS DURANTE EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA POR COVID 19

INFORME DE ORIGINALIDAD

17%

INDICE DE SIMILITUD

16%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

3%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

MIEMBROS DEL JURADO

Dr. GIANCARLO OJEDA MERCADO

Presidente

Mg. CECILIA PATRICIA CASTRO CHÁVARRY

Vocal

Lic. JENNIFER DENISSE CARRASCO TACURI

Secretaria

ASESORA DE TESIS

Lic. Mey Ling Rosa Chang Marcovich

DEDICATORIA

*A mi familia, por su constante comprensión y apoyo incondicional
durante este arduo proceso.*

*A mis mejores amigos por brindarme ánimos
para continuar con la investigación.*

*A mi asesora por su constante apoyo, dedicación y enorme paciencia
durante toda mi investigación.*

AGRADECIMIENTOS

Para empezar, quiero agradecer a mi familia, especialmente a mis padres quienes, con sus palabras de aliento, me brindaron la fuerza y perseverancia necesarias para no rendirme con este proyecto.

A mi asesora Mey Ling, por su constante apoyo en la elaboración de esta investigación, a través de sus frases motivadoras, reflexiones y recomendaciones durante todo el trabajo.

Igualmente, agradezco a mis amigos del Hospital “San Bartolomé” quienes durante el proceso de elaboración de mi investigación me alentaron en cada paso y me brindaron las palabras precisas en los momentos más difíciles.

Finalmente agradezco a mi Nakama, por su paciencia, cariño, comprensión, colaboración y sobre todo por su constante compañía y confianza en mí, siempre estaré agradecida con todas las personas mencionadas.

2.2.1 Investigaciones cuantitativas	41
2.2.2 Investigaciones mixtas	46
2.2.3 Investigaciones cualitativas	47
2.2.4 Instrumentos.....	48
2.3 Estudios acerca del tema	52
2.3.1 Impacto de la pandemia en el bienestar psicológico de los jóvenes latinoamericanos.....	52
2.3.2 Factores relacionados al bienestar psicológico	63
2.3.2.1 Factores de protección	64
2.3.2.2 Factores de riesgo.....	71
2.3.3 Respuesta de los países Latinoamericanos ante la crisis de salud mental.....	80
2.3.4 Programas en relación al bienestar psicológico	87
2.4 Reflexiones teóricas sobre el tema	89
2.5 Impacto teórico y social del tema.....	118
3. CONCLUSIONES.....	130
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	134

RESUMEN

La presente investigación documental tiene por objetivo general, analizar la influencia de los factores relacionados al bienestar psicológico en jóvenes latinoamericanos entre los 20 a 30 años durante el contexto de la pandemia por COVID-19, de acuerdo a los objetivos específicos permite brindar un detallado conocimiento sobre el estado del bienestar psicológico en los jóvenes latinoamericanos, asimismo los factores relacionados y la respuesta de los países en un contexto de pandemia. Se trata de un estudio cualitativo interpretativo, de tipo documental, en el cual se revisaron 22 artículos científicos nacionales e internacionales, los cuales se organizaron de acuerdo al enfoque metodológico: cuantitativo, cualitativo y mixto. Los resultados indican que la pandemia por COVID-19 afectó el bienestar psicológico de los jóvenes latinoamericanos, debido al proceso de transición en el que se encuentran, asimismo se identificaron los factores de riesgo y protección asociados al bienestar psicológico dentro del contexto latinoamericano.

Palabras clave: *Bienestar psicológico, COVID-19, jóvenes latinoamericanos, factores de riesgo y protección.*

ABSTRACT

The general objective of this documentary research is to analyze the influence of factors related to psychological well-being in young Latin Americans between 20 and 30 years old during the context of the COVID-19 pandemic by COVID-19, according to the specific objectives allows to provide a detailed knowledge about the state of psychological well-being in Latin American youth, also related factors and the response of countries in a pandemic context. This is a qualitative interpretative study, documentary type, in which 22 national and international scientific articles were reviewed, which were organized according to the methodological approach: quantitative, qualitative or mixed. The results indicate that the COVID-19 pandemic affected the psychological well-being of young Latin Americans, due to the transition process in which they find themselves, risk and protective factors associated with psychological well-being within the Latin American context were also identified.

Keywords: *Psychological well-being, COVID-19, Latin American youth, risk factors and protection*

1. INTRODUCCIÓN

1.1 Presentación e importancia del tema

El mundo ha sido gravemente afectado por el nuevo virus SARS-CoV2, conocido mayormente como COVID-19, el cual es una enfermedad infecciosa altamente contagiosa. Dicha enfermedad fue inicialmente detectada en Wuhan, China a finales del 2019 y declarada por la Organización Mundial de la Salud (2020) como pandemia a nivel mundial en marzo del año 2020.

Esta situación conllevó a los países a tomar medidas sanitarias urgentes, tales como el cierre de fronteras, confinamiento obligatorio, cierre de lugares con aglomeración como centros de trabajo, estudio, iglesias, entre otros, con la finalidad de evitar la crisis sanitaria, contener la propagación, y reducir el elevado índice de morbilidad y mortalidad (Comisión Económica para América Latina y el Caribe, 2021).

El COVID-19, es una enfermedad altamente infecciosa que afectó tanto la salud física como mental de las personas en todo el mundo. En primer lugar, dentro de las principales complicaciones de la COVID-19 a nivel físico, se encuentra la neumonía con un 40% de los casos detectados, asimismo el 15% de personas infectadas presentó neumonía severa la cual requiere del soporte de oxígeno, y el 5% de casos críticos presentaron insuficiencia pulmonar, renal, hepática, cardíaca, síndrome de dificultad respiratoria aguda (SDRA), miocarditis y accidentes cerebrovasculares (Organización Panamericana de la Salud, 2020).

Asimismo, la COVID-19 generó diferentes secuelas siendo el aparato respiratorio el más afectado. Un estudio realizado por Molina (2020), indica que el 35% de personas contagiadas hizo uso del soporte respiratorio, el cual generó una

respuesta inflamatoria intensa del tracto respiratorio, de igual forma también se presentaron casos con síndrome respiratorio agudo y fibrosis pulmonar.

Por lo cual, se puede afirmar que la enfermedad generó muchas complicaciones en la salud de las personas, efectos que hasta el día de hoy pueden estar experimentando.

Al igual que el daño a nivel físico, es importante resaltar el fuerte impacto de la COVID-19 en la salud mental de las personas, ya que se ha evidenciado el desarrollo de trastornos como estrés, ansiedad, depresión entre otros, sumado a ello aspectos relacionados con la interacción, debido a la falta de actividad social terminó alterando la calidad de vida y el bienestar de la población en general (Hernández, 2020).

Asimismo, la incertidumbre producto de esta nueva enfermedad asociada a la rápida propagación, alto riesgo de infección y al desconocimiento de la duración, generó la aparición y empeoró los problemas de salud mental ya existentes.

Gordon (2020), menciona que los problemas de salud mental más recurrentes son la ansiedad, depresión y trastornos relacionados con el estrés, como el estrés postraumático, asimismo se incrementó la ideación suicida, y el consumo de alcohol o drogas, además en algunos casos se evidenció la aparición de alucinaciones y delirios.

De igual manera Fiorillo y Goorwod (2020), mencionan que la soledad y la falta de interacción social se relacionaban con el desarrollo de trastornos como la esquizofrenia y la depresión mayor.

En base a ello, según reportes de la OMS (2020), la prevalencia a nivel mundial de la ansiedad y depresión aumentó en un 25%, debido al cambio en las

rutinas y costumbres diarias de muchas personas que ha generado incertidumbre, presiones económicas, aislamiento social y miedo a enfermarse.

Asimismo, Caballero y Campo (2020), señalan que el temor al contagio, la desinformación, la distorsión o el exceso de información estaban relacionadas con la preocupación excesiva, confusión, ira o frustración.

Un estudio realizado por Huang y Zhao (2020), señalan que el 35.1% de personas encuestadas presentaba ansiedad generalizada, el 20.1% tenía problemas de depresión y el 18.2% padecía de insomnio.

Hossain, Tasnim, Faiza, Mazumder, McKyer, Ahmed y Ma (2020), menciona que las mujeres tenían mayor probabilidad de padecer alguno de los trastornos mencionados anteriormente, debido a la sobrecarga de responsabilidades y toma de decisiones.

En base a ello, Ozamiz, Dosil, Picaza e Idoiaga (2020), señalan en su estudio que el 21% de mujeres padecían de depresión, el 25.9% padecía ansiedad y un 22.2% estrés, a diferencia de los hombres quienes mostraron niveles más bajos con 17.3%, 13.9% y 17.9% respectivamente.

Respecto a la presencia de estrés postraumático, Vindegaard y Benros (2020) mencionan que en una investigación realizada se encontró que de un total de 714 pacientes infectados el 96.2% sufrió de estrés postraumático, ya que el padecer COVID-19 es considerado como una experiencia traumática debido al constante miedo de perder la vida.

Asimismo, el miedo, la preocupación excesiva, el proceso de duelo, el aburrimiento, la frustración y el malestar producto de las drásticas medidas sumado

a ello el cambio de la rutina diaria, incrementó el consumo de alcohol y drogas (Martínez, 2020).

La OPS (2020), indica que el 63.4% de personas consumieron alcohol producto del impacto y efectos de la pandemia, de este porcentaje el 32% señala haber tenido un episodio de consumo excesivo, el cual se presentó con mayor incidencia en los jóvenes entre 18 a 39 años.

Villanueva, Motos, Isorno, Villanueva, Blay y Vásquez (2020), sostienen que el impacto de las medidas de confinamiento sobre el riesgo de consumo de alcohol afectó en gran medida a los hombres puesto que registraron cifras de 53.7% en comparación con el 46.3% de mujeres.

Si bien gran parte del mundo fue afectado por este virus, la región de Latinoamérica ha sido una de las más golpeadas registrando cifras de 70.266.000 de contagios, es decir un millón de nuevos contagios cada 15 días (Reuters, 2022).

Asimismo, la mortalidad por COVID-19 impactó de forma significativa a los países Latinoamericanos, ya que se registró un 32.1% de fallecidos, a pesar de que esta región sólo representa el 8.4% de la población mundial (CEPAL, 2021).

Estas cifras muestran el fuerte daño generado en esta parte del mundo, debido a que, a diferencia de otras regiones, Latinoamérica presenta limitaciones respecto a los sistemas públicos y a la escasez de recursos (Lafuente, 2020).

La pandemia ha puesto en evidencia los problemas ya existentes en esta región respecto a economía, política y sistema sanitario. A nivel económico, los países pertenecientes a esta región evidencian problemas tales como: la crisis migratoria venezolana, el endeudamiento, estallidos sociales internos, altos índices de corrupción, el estancamiento económico, la devaluación de las monedas, la caída

del turismo y la fragmentada infraestructura sanitaria (Organización Internacional del Trabajo, 2019).

La deuda económica generó que las estrategias o maniobras de los gobiernos no sean eficientes para contrarrestar o hacer frente a la pandemia, asimismo, el Coronavirus ha paralizado la expansión económica, puesto que la mayoría de los países de Latinoamérica se dedican a la exportación de materia prima hacia Europa o Asia (CEPAL, 2020).

Este escenario de vulnerabilidad macroeconómica se produce en simultáneo con los estallidos y protestas sociales, debido a las desigualdades económicas y al déficit en políticas que busquen promover la mejora del servicio público, siendo el de más relevancia el sanitario, esta problemática es la consecuencia del mal funcionamiento de los gobiernos y la debilidad política (Malamud y Núñez, 2020).

El sistema de salud latinoamericano es considerado como heterogéneo, precario, débil y fragmentado, debido a los constantes problemas políticos y económicos, sumado a ello la centralización en servicios públicos y médicos que promueven un servicio sanitario desigual entre los grupos poblacionales, afectando así el acceso a una atención de calidad (OPS, 2020).

Así mismo, los gobiernos solo destinan el 3.8% del Producto Bruto Interno a los servicios de salud, siendo una cifra tres veces menor en comparación con países de Europa (OMS, 2020).

De igual manera, la OIT (2020), menciona que el 30% de la población latinoamericana presentó dificultades para acceder a servicios de salud por las barreras geográficas y por el factor económico, ya que muchos de los seguros no brindan cobertura completa.

Igualmente, se puso en evidencia la falta de preparación para enfrentar la pandemia por COVID-19, mostrando una infraestructura hospitalaria deficiente y la ausencia de tecnología necesaria para hacer frente a la crisis sanitaria. Específicamente, la limitación en equipos imprescindibles como ventiladores mecánicos, incrementó la tasa de mortalidad en esta región (Peñañiel, 2021).

De igual forma, la escasa atención del gobierno hacia el ámbito de la salud mental generó que no se creara un sistema de atención adecuado, provocando afectaciones que alteraron la calidad de vida de las personas (Palacio, 2021).

En la misma línea, debido al impacto que la enfermedad tenía en la salud física, se dejó de lado la atención de trastornos que afectan la salud mental. Asimismo, se subestimó el impacto que la pandemia podía traer a la salud mental de las personas (Organización de las Naciones Unidas, 2020)

Por esta razón se considera que el contexto latinoamericano, fue uno de los más afectados por la pandemia de la COVID-19. Esto concuerda con lo expuesto por Gallegos (2021), el cual indica que las cifras con respecto a la salud mental en Latinoamérica no fueron las más alentadoras. Esto se debe a que se relacionó con la falta de políticas orientadas a mitigar la aparición y a reducir la evolución de trastornos mentales.

Dentro de la población latinoamericana, se encontró en las recientes investigaciones que los jóvenes de 20 a 30 años fueron uno de los grupos etarios más afectados o impactados a nivel físico, social y mental.

El impacto físico de la COVID-19 en los jóvenes latinoamericanos se evidenció a través de las infecciones asintomáticas, las cuales eran altamente contagiosas, asimismo la incertidumbre respecto a la carga real de morbilidad y la

presencia de enfermedades no transmisibles como diabetes, asma y cáncer, afectó la salud física de este grupo (OPS, 2021).

De acuerdo a la OMS (2020), el 55.9% de jóvenes latinoamericanos fueron hospitalizados por una infección grave e inclusive hicieron uso del ventilador mecánico, y el 66.7% falleció en un hospital.

Asimismo, comorbilidades como el asma, diabetes, tuberculosis, enfermedades renales, cardiovasculares y obesidad incrementaron los niveles de mortalidad y morbilidad de este grupo, (Peramo, López y López, 2021), siendo la obesidad considerada como un factor de riesgo de complicaciones ante la presencia de la COVID-19, puesto que la obesidad mórbida y la hipertensión están asociadas al uso de un ventilador mecánico e inclusive a un mayor riesgo de muerte.

Si bien los jóvenes latinoamericanos no presentaron una sintomatología complicada, ya que algunos pacientes no cumplían los requisitos necesarios para una hospitalización, en su mayoría presentaron síntomas “posCOVID-19” como fatiga, disnea y deterioro neurológico, que inclusive se mantenían después del primer síntoma de COVID-19 (Ponce, Muñiz, Mastarreno y Villacreces, 2020).

Estos síntomas persistentes, afectaron la salud mental de este grupo, ya que alteró la capacidad de retomar sus actividades, y dañó la calidad de vida (Arias, 2020).

Los jóvenes latinoamericanos al encontrarse en la etapa de adultez emergente, toman decisiones importantes respecto a la formación académica, laboral, relaciones de pareja y sociales, los cuales son factores determinantes para el desarrollo y el bienestar óptimo (Hamuche, 2020).

Por ende, la alteración de hábitos y rutinas, provocaron cambios abruptos a nivel personal, familiar y social afectando así su calidad de vida (Vargas, 2020).

La formación académica en los jóvenes latinoamericanos se vio interrumpida debido a la pandemia, ya que tuvieron que adaptarse al sistema remoto, por lo tanto, el difícil acceso a recursos tecnológicos para la tele educación conllevó a un retraso educativo, que desencadenó problemas en la salud mental y física, tal como el estrés académico (Carmen, 2020).

Según la ONU (2021), el 47% de jóvenes latinoamericanos consideró que las clases en línea han sido exigentes, asimismo un 11% no tiene acceso a una computadora y el 34% no tiene buena conexión a internet, siendo las zonas rurales las más afectadas.

De la misma manera, Latinoamérica es una región que afrontó la pandemia con escasos recursos económicos y con una constante inestabilidad política, en base a ello la desigualdad económica, social, la carencia de satisfacción de necesidades básicas y el desempleo afectaron la salud mental de este grupo (Peniche y Crescencio, 2021).

Si bien el empleo es un factor importante en los jóvenes latinoamericanos, ya que está asociado al sentido de independencia, se estima que durante la pandemia el 16% de jóvenes perdió su trabajo debido al cierre de empresas, por ende, al no contar con ingresos económicos en su mayoría evidenciaron preocupaciones constantes e inclusive estrés (OIT, 2020).

De acuerdo a una investigación realizada por Reyes, Santana, Nava, Plata y Gutiérrez (2021), señalan que los jóvenes latinoamericanos son la población más vulnerable para padecer ansiedad y depresión, esto debido a que en su mayoría son

seres sociales acostumbrados a relacionarse con amigos, familiares o conocidos, por ende, el efecto de la pandemia en este grupo es a largo plazo.

Asimismo, al ser altamente sociales consideran que el distanciamiento de su círculo social y la dificultad de ajuste frente a los cambios por la pandemia afectó su bienestar (Paucar, 2020).

Se estima que el 47% de jóvenes latinoamericanos padeció de ansiedad o ataques de pánico durante la pandemia, siendo la población más afectada las mujeres con un 54%, en comparación con los hombres 45%, (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, 2021).

Esto debido a los condicionantes de género impuesto sobre las mujeres que incrementaron la demanda respecto a trabajo doméstico, gestión de relaciones sociales, de pareja y familiares, cuidado, deteriorando así su propia autonomía, asimismo el descuido de la salud y el miedo a sufrir violencia doméstica elevó los niveles de ansiedad (Orellana y Orellana, 2020).

Igualmente, estos elevados niveles de ansiedad también se relacionaron con el aumento del índice de sobrepeso debido al encierro, ya que el 52% de jóvenes latinoamericanos reportó estar menos activo en comparación con los tiempos pre pandemia (UNICEF, 2020).

Esta condición incrementó los problemas de autoestima, generando depresión o esquizofrenia he inclusive puede conllevar al suicidio, lo cual eleva el índice de mortalidad en esta región (Morán, Franco, Bonifaz y Pazmiño, 2020).

Estos trastornos de salud mental, también se encuentran asociados al consumo de sustancias y a la violencia. La OPS (2020), señala que el 39% de

jóvenes consume alcohol con la finalidad de afrontar estados emocionales complejos.

De la misma manera, la ONU (2021), menciona que, respecto a la percepción del incremento de la violencia de género, son las mujeres con un 62%, las que consideraron que, si existe un incremento, a diferencia de los hombres ya que solo el 47% indicó haber presenciado algún tipo de cambio.

La aparición o evolución de estos trastornos afectaron la calidad de vida de los jóvenes latinoamericanos, ya que la pandemia alteró las dimensiones que la componen, tales como: dimensión física, social y psicológica (Concha, Castillo y Guzmán, 2020).

De acuerdo a una investigación realizada por Guzmán, Concha, Lira, Vásquez y Castillo (2021), mencionan que el 88.3% de evaluados consideran que la calidad de vida se ha visto afectada por la COVID-19.

Si bien a nivel físico la pandemia no alteró de forma significativa el rol o función física, se considera que en los jóvenes latinoamericanos el aspecto social y psicológico fueron los más afectados, alterando así su calidad de vida (Cudris, Barrios y Bonilla, 2020).

Esto debido a que el aislamiento o cuarentena producen en este grupo la pérdida de relaciones sociales, generando así un estado de alarma, sensación de miedo y preocupación constante respecto al futuro, sumado a ello los cambios en la dinámica familiar generan una sobrecarga de estrés la cual atenta contra la calidad de vida (Ballena, Cabrejos, Dávila, Gonzáles, Mejía, Ramos y Barboza, 2021).

Igualmente, para Villacis, Camacho, Narváez y Camacho (2021), la pandemia al ser un evento traumático puede incrementar la aparición de ideas

suicidas, así también como la ingesta de alcohol, debido a que se limitó el desarrollo o continuidad de hábitos saludables, afectando así su bienestar.

Por lo expuesto, la pandemia deterioró la calidad de vida de los jóvenes latinoamericanos siendo el bienestar psicológico uno de los aspectos más afectados por el COVID-19.

El bienestar psicológico se define como el adecuado funcionamiento psicológico y el desarrollo de experiencias óptimas, así también como la valoración de estas (Ryan & Deci, 2001 citado por Valerio y Serna, 2018).

Es importante resaltar que el bienestar psicológico es un aspecto fundamental en la salud mental y de suma importancia debido a que se ha vinculado con diferentes procesos como el desenvolvimiento social, la felicidad, la salud física, el afrontamiento frente a las nuevas demandas del contexto y el estrés vital (Castellanos, Gutiérrez, López, Nuván y Medina, 2020).

Este aspecto es importante para la salud mental, ya que refleja la calidad de vida que mantiene la persona (Silvera, Olivella, Cudris, Bahamón, y Gil, 2020).

Por ende, los jóvenes latinoamericanos al ser el grupo con mayor dificultad emocional producto de la COVID-19, el presentar un adecuado nivel de bienestar psicológico disminuirá la aparición de trastornos que puedan afectar su salud, por lo tanto componentes del bienestar psicológico como: la satisfacción personal, la cual está relacionada con la percepción que tiene el joven sobre su situación actual, incrementará los deseos de crecimiento y superación personal, social y familiar, permitiendo al joven sobrellevar el contexto de pandemia por COVID-19 (Moreta, López, Gordón, Ortíz y Gaibor, 2020).

Es por ello que el impacto de la COVID-19 en el bienestar psicológico, ha generado en los jóvenes latinoamericanos una visión pesimista frente al futuro, siendo las mujeres las más afectadas (43%) a diferencia de los hombres (31%) (UNICEF, 2019). Esto debido a que el incremento de emociones negativas en esta población, aumenta los sentimientos de desesperanza respecto a la situación política, laboral, económica y familiar, que inclusive podría generar la aparición de patologías (González y Herrera, 2019).

Asimismo, en este grupo etario se han presentado problemáticas que afectan al bienestar psicológico como son trastornos de estrés, ansiedad, alteraciones del sueño, depresión, frustración y desilusión, esto debido al cambio en la rutina y al difícil proceso de adaptación hacia un sistema virtual ya sea para el ámbito académico, personal o laboral, lo cual generó conflictos por la falta de preparación de los sistemas correspondientes, los altos índices de desigualdad, la crisis económica y política que impactan a esta región, marcando así una notoria diferencia con otras partes del mundo (Ballena et al., 2021).

Igualmente, Malvezzi, Santana y Figueiredo (2021), consideran que la COVID-19 ha impactado en los factores del bienestar psicológico como: la satisfacción con la vida, toma de decisiones y la creación de relaciones positivas en los jóvenes latinoamericanos. Esta problemática se ve reflejada en el bajo crecimiento personal y en la presencia de dificultades para aceptar nuevos retos o responsabilidades.

Por ende, es importante el análisis de los factores asociados al bienestar psicológico, frente a ello se plantearon los siguientes objetivos.

La presente investigación tiene como objetivo general analizar la influencia de los factores relacionados al bienestar psicológico en jóvenes latinoamericanos entre los 20 a 30 años durante el contexto de la pandemia por COVID-19.

Y como objetivos específicos describir el impacto de la pandemia en el bienestar psicológico en jóvenes latinoamericanos entre los 20 a 30 años durante el contexto de la pandemia por COVID-19; analizar la respuesta de los países latinoamericanos frente a las demandas de salud mental de sus jóvenes durante el contexto de la pandemia por COVID-19 e identificar y describir los factores de riesgo y protección relacionados con el bienestar psicológico en jóvenes latinoamericanos entre los 20 a 30 años durante el contexto de la pandemia por COVID-19.

El siguiente estudio es relevante a nivel teórico debido a que se estudió la realidad de diferentes países. De esta manera, se logró recopilar, analizar, sistematizar y ampliar la información correspondiente al tema, generando así una base sólida que sirva de marco teórico para futuras investigaciones dentro de esta misma región, identificando así aspectos que deben ser estudiados con mayor profundidad, ya que los efectos que la pandemia ha dejado en las personas siguen desarrollándose.

Es relevante a nivel práctico, ya que se identificó los factores que se asociaron con el bienestar psicológico, de manera que se puedan potenciar aquellos que protegen este aspecto, a través de intervenciones a nivel grupal o individual, asimismo la presente investigación servirá como base para la implementación de programas preventivos promocionales diseñados para evitar la aparición de

patologías relacionadas con la alteración del bienestar psicológico y que puedan ser utilizados en situaciones similares a la de la pandemia por COVID-19.

A nivel social, la investigación es relevante, ya que se visibiliza una temática en una población que ha sido bastante afectada y vulnerada durante este contexto. Es por ello que se abordará las problemáticas que se mantienen hasta el momento con la finalidad de proteger su salud mental y mejorar la calidad de vida con intervenciones más precisas y basadas en el conocimiento científico.

Con respecto a la metodología, la presente investigación es de nivel básico ya que está orientada a brindar nuevos conocimientos ampliando así la información documentada hasta el momento, asimismo no se pretende modificar la realidad a través de la aplicación práctica. De igual manera, es de tipo documental debido a que se basa en seleccionar, obtener y consultar fuentes bibliográficas, que son parte de diferentes materiales aportados por distintos autores (Reyes, 2022).

Con respecto a los criterios empleados para la selección de la información en primer lugar, se tomó en cuenta las investigaciones en donde se especifique los factores relacionados al bienestar psicológico en los jóvenes 20 a 30 años. Asimismo, que las investigaciones sean realizadas en el contexto latinoamericano y durante el contexto de la pandemia por COVID-19. Se tomaron en cuenta investigaciones en inglés y español, con diseños cuantitativos, mixtos y cualitativos.

Con respecto a los criterios de exclusión no se tomaron en cuenta las investigaciones que no se encuentren completas, que no especificaran aspectos de su metodología y que no se encuentren publicadas en revistas de alto impacto.

2. ANÁLISIS DEL TEMA

2.1 Conceptualización y alcance del tema

La presente revisión pretende explorar las variables, considerando diferentes conceptualizaciones y enfoques dentro de un contexto latinoamericano. Además, se presentó el concepto de bienestar, factores relacionados al bienestar psicológico, juventud y COVID-19.

2.1.1 Definición de Bienestar psicológico

Antiguamente la concepción del bienestar psicológico era unidimensional, puesto que sólo consideraba la ausencia de enfermedades, trastornos mentales o de emociones desagradables, dejando de lado la eudaimonía (vida buena), sin embargo, con el paso del tiempo, la definición de bienestar psicológico cambia y adopta un modelo multidimensional (Gómez, 2019).

Por lo tanto, al dejar la definición unidimensional, el bienestar se ha visto estudiado por dos corrientes importantes: la perspectiva hedonista (bienestar subjetivo) y la perspectiva eudaimónica (bienestar psicológico).

Ambas perspectivas influyen en el individuo, por su parte el bienestar subjetivo o hedonista, se centra en los afectos positivos, negativos y en la satisfacción con la vida; a diferencia del bienestar psicológico o eudaimónico, el cual se basa en la corriente filosófica desarrollada por Aristóteles, quien hace referencia a este término como el ser más auténtico, felicidad, plenitud o la expresión de una vida virtuosa. (Vásquez, 2000, citado en Barrantes y Ureña, 2019).

Por ende, el bienestar psicológico se enfoca en el esfuerzo que realiza el individuo para lograr el desarrollo de las potencialidades propias, es decir se basa en la valoración de sí mismo.

Ryff (1989, citado en Bahamón, Alarcón, Cudris, Trejos y Campo, 2019), se centra en la perspectiva eudaimónica y define al bienestar psicológico como el crecimiento personal y el desarrollo de capacidades, en los cuales el equilibrio de ambos muestra indicadores de un adecuado funcionamiento positivo.

De igual manera, Ryan y Deci (2019), consideran que el bienestar psicológico es el óptimo funcionamiento del individuo, relacionado a la adecuada satisfacción de las necesidades básicas, y a la capacidad de establecer metas u objetivos coherentes y congruentes, por lo tanto, un desequilibrio significativo en alguna de las áreas podría asociarse al desarrollo de sintomatología negativa física y psicológica.

Para Casullo (2002, citado en Chapoñan, 2021), el bienestar psicológico, es un término que abarca el afecto positivo, la percepción que la persona tiene sobre sus logros alcanzados y el nivel de satisfacción personal. Sin embargo, este modelo considera que la percepción se encuentra en constante cambio, debido a una constante evaluación a nivel individual y social, asimismo, incluye el impacto de los factores ambientales.

Otras aproximaciones relacionadas al concepto de bienestar psicológico son las expuestas por autores como Waterman (1993, citado en Heintzelman, 2018), el cual relaciona al bienestar psicológico con la expresividad personal, mientras que Molina y Meléndez (2006, citado en Delgado, Oyanguren, Reyes, Zegarra y Cueva, 2021), define al bienestar psicológico como el resultado de aspiraciones y expectativas interpretándose como ideas de gozo o satisfacción.

En esta misma línea, Salotti (2006, citado en Estrada, De la Cruz, Pérez, Cáceres y Bahamón, 2021), considera que la percepción de logros y la satisfacción

con la vida respecto a las actividades realizadas, son el resultado del bienestar psicológico.

Para Sánchez-Cánovas (1998, citado en Yataco, 2019), el bienestar psicológico es el sentido de felicidad, es decir tiene una perspectiva subjetiva. Asimismo, está relacionado con la capacidad de reflexión sobre la frecuencia e intensidad de las emociones y la satisfacción con la vida. Está compuesto por 4 dimensiones: bienestar personal, laboral, económico y en las relaciones sociales.

No obstante, según Díaz, Rodríguez, Blanco, Moreno, Gallardo, y Valle (2017), consideran que el bienestar psicológico es el incremento de aptitudes y el desarrollo personal, los cuales son considerados como indicadores de un funcionamiento integral positivo.

Por último, González y Méndez (2005, citado en Hernández, 2017), sostienen que el funcionamiento psíquico y el estado emocional, están vinculados al bienestar psicológico, puesto que consideran a la capacidad de adaptación y la flexibilidad, importantes para el bienestar pleno.

2.1.2 Modelos de Bienestar psicológico

Por lo expuesto, destaca el modelo multidimensional propuesto por Ryff, en el cual incluye seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida (Ryff, 1989, citado en Barra, Soto y Schmidt, 2019).

Este enfoque multidimensional, permite una mayor comprensión del ser humano, ya que la evaluación se realiza bajo un enfoque global, descartando el modelo médico como única opción, el cual presenta un enfoque de salud-enfermedad, donde el individuo cumple un rol pasivo que consiste en recibir el

tratamiento farmacológico para abordar diferentes problemáticas en torno a salud (Chanpoñan, 2021).

De acuerdo al modelo multidimensional propuesto por Ryff, se construye la *Psychological Well-Being Scales (PWBS)*, utilizada para medir el bienestar psicológico, a través de las seis dimensiones mencionadas anteriormente (Hernández, 2020).

Al igual que el modelo multidimensional de Ryff, Casullo (2002, citado en Canchari, 2019) construye la *Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)*, compuesto por cuatro dimensiones las cuales son: aceptación de sí mismo, vínculos, control de situaciones y proyectos.

Para Ryan y Deci (2001, citado en García, Castillo, García y Smith, 2017) el bienestar es un constructo multidimensional compuesto por dos tradiciones, la primera relacionada a la felicidad, presencia de afecto positivo (bienestar hedónico) y la segunda relacionada con las experiencias de vida y el desarrollo del potencial humano (bienestar eudaimónico).

Ambos autores plantearon la teoría de la autodeterminación (TAD), la cual considera que el bienestar está compuesto por tres necesidades psicológicas básicas, universales e innatas: autonomía (conducta integrada por el interés y el sistema de valores personales), relación (sentimiento de conexión con otros, considerada como fin y no como medio para alcanzar otros objetivos), y por último, competencia (sentimiento de eficacia en la interacción con el medio, así también como la confianza de poder demostrar las capacidades individuales), (Ryan y Deci, 1985; citado por Meneses, 2018).

Asimismo, consideran que el bienestar está sujeto a la forma en que los contextos satisfagan o frustren estas necesidades básicas. De igual manera, las metas u objetivos extrínsecos como el éxito financiero y la apariencia, se asocian a un menor bienestar, mientras que los objetivos intrínsecos como son las relaciones cercanas y el crecimiento personal, potencian el bienestar del individuo (Ryan y Deci, 1985; citado por Fernández, Uriel, Bruno y Stover, 2017).

Igualmente, en base al modelo propuesto por Sánchez-Cánovas (1998, citado en Arana, Restrepo, García y Hoyos, 2018), se construye la *Escala de Bienestar Psicológico (EBP)*, utilizada para medir el bienestar psicológico desde una perspectiva subjetiva, a través de las escalas bienestar subjetivo, bienestar material, bienestar laboral y relaciones con la pareja.

Por último, otro de los principales exponentes relacionados al bienestar es Seligman (2011); citado por Domínguez e Ibarra (2017), define al bienestar psicológico como un constructo irreal, ya que no puede medirse de forma directa, si no que está compuesto por diferentes elementos medibles, los cuales tienen que presentar las siguientes características: 1) contribuir al bienestar, 2) ser utilizado como fin y no como medio para alcanzar otro elemento, 3) presentar definición propia e independiente de otros elementos.

Para Seligman (2010); citado por Hernández (2020), son cinco elementos que cumplen con estas características, los cuales son:

- La emoción positiva, considerada como el primer elemento de medida subjetiva, se encuentra relacionado a la felicidad y la satisfacción con la vida compuestas por el éxtasis, el placer y la comodidad.

- El compromiso o flujo, es el segundo elemento con medida subjetiva que compone el bienestar psicológico, es definido como la capacidad de centrarse en la tarea que se realiza en el momento presente, lo cual conlleva a que la persona pierda la conciencia en sí mismo, considerando a la retrospectiva como la única forma de entender el estado subjetivo.
- Pertener y servir, es el tercer elemento compuesto por dos medidas, subjetiva, la cual hace referencia a sentir que las acciones a realizarse son importantes y significativas, mientras que la medida objetiva, juzga los actos desde la lógica.
- El logro o realización, considerado como el cuarto elemento, donde la persona no busca este componente por emociones positivas, sentido o significado de vida, sino por el hecho de ganar, sobresalir o de conseguir logros que se puedan evidenciar.

En este elemento, Seligman (2019), pone en evidencia que la tarea de la psicología no es indicar a las personas el ¿Cómo encontrar el bienestar?, sino describir el actuar de las personas cuando tienen la libertad de elegir.

- Relaciones positivas con otros, es el quinto y último elemento que cumple con dos de las principales características, ya que contribuye al bienestar y puede ser definido de forma independiente, puesto que, al establecer relaciones positivas con otros, genera efectos sobre el bienestar psicológico, como lo son la presencia de emociones positivas, compromiso, sentido o logro.

Sin embargo, ninguno de estos elementos define de forma individual al bienestar, debido a que no solo se basa en pensar, sentir o estar bien, sino que

también es necesario el compromiso, sentido, logro y buenas relaciones, para poder alcanzar el bienestar psicológico (Seligman, 2019).

2.1.3 Elementos del bienestar psicológico

Los elementos del bienestar psicológico están propuestos en dos modelos teóricos, siendo el modelo multidimensional del bienestar psicológico, el más importante, ya que al utilizar ambas perspectivas importantes como son la hedónica y la eudaimonia, promueve una evaluación integral, debido a que engloba tanto aspectos cognitivos como afectivos (Domínguez, Romo, Palmero, Barranca, Del Moral y Campos, 2019).

Asimismo, este modelo brinda índices de bienestar psicológico a diferencia de otros modelos que solo muestran predictores, de igual manera permite conocer el sentido de autorrealización y el desarrollo potencial de las personas, a través de sus 6 dimensiones, las cuales se han visto afectadas por la crisis sanitaria que impactó en la calidad de vida, salud mental y el bienestar psicológico de los jóvenes latinoamericanos.

2.1.3.1 Escalas de medición del Bienestar psicológico

2.1.3.1.1 Elementos del Modelo Multidimensional del Bienestar Psicológico de Ryff

De acuerdo al modelo multidimensional propuesto por Ryff (1989, citado en Chapoñan, 2021), plantea seis dimensiones del bienestar psicológico, las cuales son:

- Autonomía, considerada como la capacidad de la persona para actuar de forma independiente, asimismo, es la evaluación positiva que se tiene sobre el presente y el pasado.

- Autoaceptación, se basa en la autodeterminación que la persona pueda tener, el aceptar las fortalezas, debilidades y cualidades sean negativas o positivas.
- Crecimiento personal, se centra en el desarrollo de potencialidades y capacidades, así también como en el sentido de crecimiento.
- Dominio del entorno, es la capacidad de adaptarse y desenvolverse de forma efectiva en el contexto o ambiente que lo rodea, buscando satisfacer los deseos o necesidades.
- Propósito de la vida, es el significado propio de la vida y el cumplimiento de metas u objetivos personales significativos que ayuden al crecimiento personal.
- Relaciones positivas con otros, es la formación de vínculos interpersonales que sean emocionales y afectivos, es establecer relaciones que beneficien y generen satisfacción en el individuo.

Este modelo multidimensional permite evaluar el progreso positivo del bienestar psicológico de la persona.

2.1.3.1.2 Elementos de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)

Casullo (2002, citado en García, Hernández, Espinoza y Soler, 2020), tomó como punto de partida el modelo multidimensional propuesto por Ryff, sin embargo, sólo considera cuatro dimensiones del bienestar psicológico, con las cuales construye la *Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)*, (Casullo, 2002, citado en Canchari, 2019).

- Control, se basa en los aspectos positivos o negativos, es decir primar la auto competencia.

- Vínculos, es la capacidad de establecer relaciones sociales positivas y gratificantes.
- Autonomía, relacionada con la independencia y la toma de decisiones propias.
- Proyectos, es la capacidad de establecer metas u objetivos, que permitirán establecer el sentido de direccionalidad.

Esta *Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)*, propuesta por Casullo, evalúa la autopercepción del sujeto respecto a su propio bienestar psicológico (Figuerola, Luna, Meneses y Lezana, 2021).

2.1.3.1.3 Elementos de la Escala de Bienestar Psicológico (EBP)

Sánchez-Cánovas (1998, citado en Arana, Restrepo, García y Hoyos, 2017), plantea 4 escalas para medir el bienestar psicológico, desde una perspectiva subjetiva, las cuales son:

- Escala de bienestar psicológico subjetivo, evalúa el sentido de felicidad, asimismo distingue a la satisfacción con la vida y al afecto positivo y negativo como componentes del bienestar.
- Escala de bienestar material, relacionado con la percepción subjetiva de cada persona sobre posición material e ingresos económicos.
- Escala de bienestar laboral, relacionado con la satisfacción general y el estado de salud completo.
- Escala de bienestar en las relaciones con la pareja, consiste en la formación de vínculos positivos y saludables, es decir formar una relación satisfactoria.

2.1.4 Factores asociados al Bienestar psicológico

Los factores asociados al bienestar psicológico en general son agrupados en factores de riesgo o vulnerabilidad y factores de protección, de igual manera, es importante considerar la etapa del desarrollo en la cual se encuentra el individuo e identificar los roles y actividades que realiza puesto que cada etapa del desarrollo está relacionada con retos en particular que podrían afectar su bienestar (Ryff & Singer, 2008; citado por Meier y Oros, 2019).

2.1.4.1 Factores de riesgo o vulnerabilidad

Para Sandín, Chorot, García y Valiente (2021), los factores de riesgo o vulnerabilidad, se relacionan a contextos o situaciones experimentadas que impiden el desarrollo pleno de la persona, puesto que incrementan la probabilidad de padecer conflictos conductuales, emocionales o de salud.

En base a ello los jóvenes son considerados como grupo vulnerable debido al cambio hacia una nueva etapa en la cual asumen nuevas responsabilidades como el aspecto laboral ligado a la autonomía y la salida del hogar, como expresión de emancipación (Miranda y Alfredo, 2022).

Por lo tanto, la crisis económica desencadenó la falta de oportunidades laborales, generando en los jóvenes frustración, desesperanza respecto al futuro e inestabilidad, asimismo, las medidas impuestas por estado como: el aislamiento y cuarentena incrementó la presencia de conductas adictivas, lo cual perjudicó el establecimiento de relaciones positivas entre pares o de pareja (Vallejo y Álvarez, 2020).

Latinoamérica presentó problemáticas respecto a salud, debido a que las condiciones hospitalarias, la pobre infraestructura en los centros de salud, el difícil

acceso a una atención médica de calidad, y la falta de programas de prevención y promoción respecto a salud mental, ocasionó el incremento de patologías como ansiedad, depresión, angustia psicológica, violencia doméstica y riesgo suicida en jóvenes de Latinoamérica con una cifra de 36% (Organización Panamericana de la Salud, 2020).

En base a ello, la presencia de enfermedades cardiovasculares, obesidad, enfermedades respiratorias y tabaquismo, son considerados como factores de riesgo, ya que presentan mayor probabilidad de contraer el virus (Alcántara, Pacheco, Cadenas y Matsuki, 2020)

Igualmente, las deficientes condiciones de salubridad en Latinoamérica, como son el difícil acceso a recursos básicos como agua, desagüe, luz y alcantarillado, así también como la alta densidad urbana y la informalidad, promovieron la rápida propagación del virus, afectando el bienestar físico y psicológico (Lustig y Mariscal, 2020).

2.1.4.2 Factores de protección

Los factores de protección son considerados como las condiciones, recursos o mecanismos de defensa, con los que cuentan las personas, la familia y la comunidad para enfrentar situaciones de riesgo o vulnerabilidad emocional (Narváez, Obando, Hernández, y De la Cruz, 2021).

Los mecanismos utilizados por los jóvenes para mitigar los efectos de la pandemia, fueron el desarrollo de hábitos del cuidado de salud, como dormir entre 7 u 8 horas, así también como mantener hábitos alimenticios saludables.

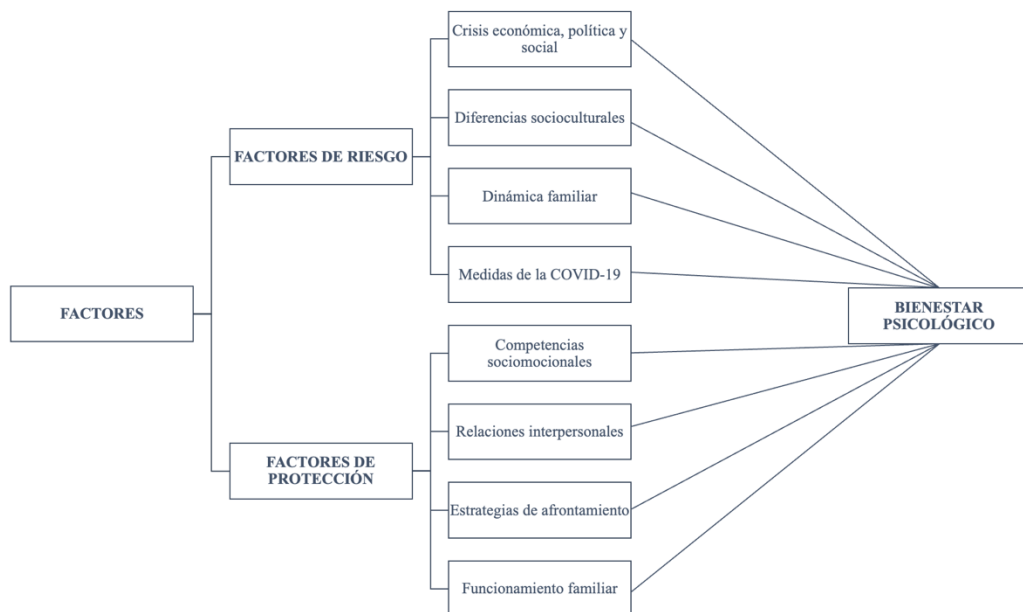
Respecto a las relaciones interpersonales, el contar con redes de apoyo fue una estrategia de gran ayuda para contrarrestar los sentimientos o emociones

negativos en los jóvenes (Medina, Fernández, Zúñiga y Gómez, 2022), de igual modo, el desarrollo de competencias socioemocionales como el autoconocimiento, adaptabilidad, empatía, gestión de conflictos e hiperreflexividad, ayudaron al joven a fortalecer su bienestar psicológico, a pesar de la crisis sanitaria (Herrera, 2022).

Por último, los recursos económicos y materiales fueron de gran ayuda para reducir el impacto sobre el bienestar psicológico en los jóvenes, sin embargo, es importante resaltar que la desigualdad respecto a oportunidades económicas y laborales generó vulnerabilidad en este grupo etario.

Figura 1

Factores relacionados al Bienestar Psicológico de los jóvenes



2.1.5 Factores asociados al Bienestar psicológico durante la pandemia

Diversos factores impactaron al bienestar psicológico producto de la pandemia por COVID-19, siendo los factores educativos, socioeconómicos, relacionales y ambientales, los más afectados (Sandín, Chorot, García y Valiente, 2021).

2.1.5.1 Factor educativo

Durante la juventud, el factor educativo se encuentra más presente, ya que está relacionado con la formación profesional, en la cual el joven adquiere habilidades y conocimientos, necesarios para afrontar el mercado laboral. De acuerdo, a la OIT (2019), de los 107.9 millones de jóvenes de Latinoamérica y El Caribe entre los 15 y 24 años, el 51.1% realizaban actividades relacionadas al ámbito académico, sin embargo, durante el confinamiento esta cifra disminuyó hasta en un 17.9% a finales de ese año.

Estas cifras muestran la dura realidad producto de la pandemia por COVID-19, la cual ha limitado el acceso a una educación de calidad y a diferentes puestos laborales, generando así graves consecuencias que alteran la salud física y mental de los jóvenes.

Asimismo, durante el proceso de formación educativa, se presentan elementos del bienestar psicológico, como son el crecimiento personal y el propósito en la vida, ambos relacionados al cumplimiento de metas u objetivos, así también como el desarrollo de la independencia o autonomía y la formación de nuevos vínculos sociales que generan en el joven satisfacción con la vida, los cuales se han visto afectados por la desigualdad e incapacidad de los entes reguladores (Comisión Económica Para América Latina y El Caribe, 2020) .

La desigualdad digital y las brechas en la educación producto del confinamiento por COVID-19, ha generado malestar en los jóvenes, ya que la necesidad de continuar con los programas académicos a distancia, ha puesto en relevancia la incapacidad del sistema para enfrentar esta nueva realidad (Kuric, Calderón y Sanmartín, 2021). Asimismo, la pérdida de la presencialidad implica el

quiebre en la igualdad de oportunidades respecto a aprendizaje (Benedicto, Echaves, Jurado, Ramos y Tejerina, 2020).

Para Reisdorf y Rhinesmith (2020), existen tres brechas educativas, la primera relacionada al aprovechamiento tecnológico, es decir al uso desigual de los dispositivos electrónicos, ya que no todos los jóvenes estudiantes cuentan con los recursos o medios necesarios para la educación virtual; la segunda brecha se basa en el aspecto motivacional, debido al estrés, ansiedad, incertidumbre o preocupación por el entorno social, entre otros malestares y por último la tercera brecha de tipo cognitivo, puesto que existen carencias respecto a competencias digitales tanto en alumnos como en profesores, todo esto ha afectado el rendimiento académico de los jóvenes, generando deserción temporal.

Según la OIT (2020), el 9% de estudiantes ha considerado abandonar sus estudios, e inclusive algunos jóvenes retornaron a sus ciudades de origen debido a problemas para solventar sus estudios, alterando así su bienestar psicológico (López, Hernández y Yorhendi, 2021).

2.1.5.2 Factores socioeconómicos

En Latinoamérica, la situación económica al igual que el sistema educativo también se vio afectada por la pandemia por COVID 19, ya que se encuentra caracterizada por el estancamiento, ralentización y regresión de ciertas mejoras en beneficios del mercado laboral (OIT, 2021).

Por ende, el bajo ritmo del crecimiento económico se vio reflejado en la débil creación de nuevos puestos de trabajo, afectando así a diferentes grupos etarios, siendo los jóvenes los más perjudicados (Banco Interamericano de Desarrollo, 2020).

El acceso de los jóvenes al mercado laboral siempre ha presentado dificultades por la falta de oportunidades y la exigencia de experiencia laboral, es por ello que presentan más probabilidades de desempleo en comparación con los adultos (Domínguez, 2021).

Esta problemática ya existente en los jóvenes durante el proceso de inserción laboral se ha visto fuertemente afectada por la pandemia por COVID-19, se estima que el 48.9% de jóvenes formaban parte de la fuerza de trabajo, sin embargo, la crisis sanitaria conlleva a que 9.4 millones se encuentren en una situación de desempleo (OIT, 2021).

De acuerdo al Banco Mundial (2020), la crisis sanitaria podría generar la pérdida de diez billones de ingresos en los jóvenes, debido a la falta de políticas públicas en beneficio de este sector.

Asimismo, según la Organización de las Naciones Unidas (2020), la crisis económica tendría mayor impacto en los jóvenes, puesto que ya se encontraban en riesgo social y económico antes de la llegada de la pandemia.

En base a ello, la crisis sanitaria producto del COVID 19, generó el aumento del desempleo juvenil, redujo el acceso a nuevas oportunidades laborales, generó más probabilidades de ingreso a la pobreza, debido a las desigualdad de oportunidades en este grupo etario, reflejado en que las mujeres solo representan el 50% de participación en el mercado laboral, a diferencia del 75% de varones y por último también incrementó las deudas entre pares (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2020), esto debido a que según la OIT (2021), los jóvenes son los primeros en perder sus puestos laborales y los últimos en reinsertarse al campo de trabajo.

Esta problemática respecto al acceso limitado de los jóvenes al mercado laboral a raíz de la pandemia, ha generado problemas más allá de los indicadores laborales, puesto que también afectó el bienestar psicológico de los jóvenes (Achdut y Refaeli, 2020), debido a que muchos dejaron de estudiar o trabajar durante la pandemia, lo cual ha impulsado la presencia de patologías como estrés, ansiedad, angustia psicológica, asociada a la presión financiera e inestabilidad económica, las cuales impactan a su vez en la autoestima (OMS, 2020).

2.1.5.3 Factores relacionales

El miedo a infectarse, la preocupación constante por los familiares mayores y las restricciones que afectaron los vínculos sociales, fortalecen la relación entre desempleo y angustia psicológica, puesto que según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (2020), la duración del desempleo en escenarios largos como lo vivenciado durante la crisis sanitaria, produce graves consecuencias en la salud física y mental, asimismo la preocupación constante por la inactividad y la generación de ingresos, conlleva a la frustración respecto al futuro en los jóvenes.

Esta crisis sanitaria producto de la pandemia, aparte de afectar el mercado laboral y el sistema educativo, también afectó en gran medida los vínculos sociales de los jóvenes, ya que planteó una nueva forma de relacionarse con otros, así también como la aparición de nuevos hábitos, desarrollando una nueva forma de vivir (Díaz, 2020).

La cuarentena o aislamiento vivenciada durante varios meses, conllevó a que los jóvenes presenten un constante sentimiento de soledad, ya que algunos iniciaban su vida universitaria o laboral, por lo tanto, encontrar una nueva forma de

relacionarse tanto a nivel emocional, afectivo y sexual, fue difícil, porque se pasó de una realidad física a la virtualidad (Posada, Bejarano, Rincón, Trujillo y Vargas, 2021).

El aislamiento de todo tipo de relación diferente a la de su entorno familiar, generó efectos negativos a nivel psicológico y emocional, esto debido a que una de las principales motivaciones de los jóvenes es el sentido de pertenencia a un grupo, por ende, la distancia conllevó a la presencia de dificultades para entrar en contacto con sus pares (Hartung, 2020).

De acuerdo a Arciniega y Dios (2005; citado por Posada et al., 2021), los jóvenes en esta nueva etapa de vida, tienden a alejarse de las personas que reflejan autoridad, puesto que, en la búsqueda de entendimiento personal, observan a este grupo como obstáculo y no como ayuda, asimismo, se distancian de la familia para encontrar sus objetivos personales y potenciar el sentido de competencia.

Por lo tanto, en el caso de las relaciones familiares, el permanecer en un mismo espacio de trabajo, estudio y descanso, ha generado conflicto entre las actividades juveniles y las responsabilidades tanto a nivel laboral, como familiar, afectando así su bienestar físico y mental (UNICEF, 2020).

Cívico y Colomo (2021), considera que la pandemia ha promovido el aumento de conductas adictivas respecto a la tecnología (TIC's), afectando las relaciones de amistad o pareja, ya que el contacto se limitó a la interacción por dispositivos electrónico, igualmente para Sanfeliciano (2019), la amistad es una relación que se construye con el paso del tiempo e implica elementos como la confianza, afecto, comunicación, y conocimiento mutuo, que involucra la planificación de metas o realización de sueños que sean significativos para ambas

partes, por lo tanto la falta de contacto durante la pandemia deterioró la socialización entre pares.

De igual forma, las relaciones amorosas se vieron afectadas, por la falta de contacto personal y físico, asimismo se considera que para establecer un fuerte vínculo es necesario el aspecto sexual íntimo.

Es por ello que Guzmán et al. (2021), sostienen que la percepción del bienestar psicológico y la calidad de vida, ha sufrido daños, puesto que las restricciones de participación e interacción social, han generado en los jóvenes estrés, ansiedad y depresión, en consecuencia, a los cambios producidos por el contexto de crisis sanitaria.

2.1.5.4 Factores ambientales

Actualmente, el contexto compuesto por la triada ambiente-salud-individuo, ha sufrido graves daños producto de la pandemia, puesto que se evidencian riesgos respecto a salud pública, hábitat y seguridad alimentaria (Rosas, Del Ángel y Soriano, 2020).

En base a ello las condiciones naturales respecto al clima como la humedad y la temperatura favorecen la supervivencia del SARS-CoV-2, puesto que la principal vía de transmisión es por nano gotas emitidas en aerosoles de origen respiratorio, como son el estornudo y saliva, por lo tanto, enfermedades relacionadas a cambios climáticos como gripe, tos, alergia, asma o neumonía podrían estar asociados una mayor probabilidad de infección por este virus (Castañeda y Rodríguez, 2020).

De igual forma, este virus ha puesto en relevancia los problemas respecto a salud pública, esto debido a la falta de intervención por parte del estado, ya que el

confinamiento produjo la paralización total de las actividades, generando así la disminución de recursos económicos. Asimismo, el difícil acceso a implementos para evitar la propagación del virus como: mascarillas, alcohol, faciales, entre otros, dejó consecuencias negativas a nivel económico y en el bienestar.

La salud física y el bienestar nutricional, son aspectos descuidados por los países de Latinoamérica, según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2019), el 9.2% de la población mundial estuvo expuesta a niveles graves de seguridad alimentaria, siendo Latinoamérica uno de los países declarados en riesgo, esto debido a los problemas de malnutrición relacionados al retraso en el desarrollo, sobrepeso u obesidad y enfermedad cardiovascular.

Se estima que el 7,9% de jóvenes latinoamericanos presenta obesidad (OMS, 2020), debido al confinamiento, ya que no se tuvo el acceso a gimnasios o rutinas diarias que motivaban el desarrollo de actividad física, por lo tanto, ambos extremos afectan el bienestar y favorecen la morbimortalidad por COVID-19.

Igualmente, la salud ambiental relacionada al saneamiento básico se ha visto perjudicada, ya que según Gómez (2020), afirma que el SARS-CoV-2, puede permanecer en el agua limpia, aguas residuales y materia fecal por días, siendo considerado como foco infeccioso, por consiguiente la mala gestión de agua potable, alcantarillado y recolección de residuos sólidos, debido a que los entes encargados del proceso no operaban con normalidad en zonas con dificultades socio económicas, generando así problemas de salud y alteración en la calidad de vida.

2.1.6 Definición de Juventud

Hoy en día la definición que se tiene sobre la juventud no es la misma que se tuvo en años anteriores, esto debido a que el contexto y las condiciones sociales, jugaron un rol importante en la construcción de este término.

Para Papalia y Martorell (2015; citado por Filardo, 2019), la juventud es una etapa del desarrollo humano que abarca desde los 20 a los 30 años, y es considerada como la etapa de adultez emergente y temprana, en la cual el adolescente se encuentra dentro del periodo de recentramiento, proceso que significa el cambio a una identidad adulta.

Asimismo, Filardo (2019), menciona que la juventud es considerada como una etapa entre la adolescencia y el paso a la vida adulta, es por ello que García y Martínez (2020), consideran que esta etapa se encuentra marcada por el proceso de emancipación caracterizado por ser tridimensional: económica, residencial y la formación de las bases para una nueva familia.

Por lo tanto, es un periodo donde el joven es capaz de responder por sus actos y contribuir al desarrollo de su entorno o contexto, ya que cuenta con adecuado desarrollo físico - mental, y se encuentran en la búsqueda constante de satisfacción personal, estabilidad y crecimiento personal (Rodríguez, 2020).

2.1.7 Modelos teóricos de la juventud

2.1.7.1 La juventud como crisis normativa: Erik. H. Erikson

De acuerdo a Erikson (1980) citado en Feixa (2019), señala que la crisis de identidad de los jóvenes está más relacionada con los aspectos socioculturales y no con procesos mentales, es decir las etiquetas sociales impactan en la formación de la identidad juvenil, por lo tanto, este autor menciona que el riesgo principal durante

esta etapa es la confusión de identidad, la cual es producto de una moratoria prolongada, por ende, el joven depende de los instrumentos que pueda ofrecer la sociedad para superar esta crisis.

2.1.7.2 La juventud como crisis de identidad: Stanley G. Hall

Hall (1915) citado por Barbero (2018), indica que la juventud es el cambio de primitivo a un periodo de civilización, para que posteriormente aparezca la sedentarización o etapa adulta.

Según este autor, la naturaleza arma o fortalece a los jóvenes para enfrentar cualquier tipo de conflictos, este armamento es a nivel físico debido a los cambios corporales, asimismo considera que esta etapa es el mejor periodo de vida, ya que ningún periodo de vida es tan receptivo como lo es la juventud (Rodríguez y Verd, 2018).

2.1.7.3 La juventud como crisis de autoridad: Antonio Gramsci

Para Gramsci (1975) citado en Feixa (2019), la crisis de autoridad radica en el conflicto que existe entre la generación “vieja” y los jóvenes, ya que los viejos dirigen la vida, no obstante fingen no realizarlo con la finalidad de que los jóvenes tengan control sobre sus acciones, sin embargo los resultados suelen ser diferentes a las expectativas planteadas, asimismo los jóvenes se encuentran en un estado de rebelión constante, por ende la sociedad debe de identificar y reconocer las necesidades durante esta etapa.

2.1.8 Características psicosociales de la juventud

La juventud se caracteriza por la búsqueda de autonomía, el desarrollo de la autoconfianza, autoconcepto, la formación de vínculos interpersonales (amigos, pareja) y el cumplimiento de metas (carrera y familia) (Jaque, 2021).

Es por ello que durante esta etapa los jóvenes determinan quiénes son y quiénes quieren ser, lo cual significa que durante este periodo ya no son adolescentes, pero todavía no han adoptado los roles adultos, por lo que las características propias de esta etapa pueden ser factores de vulnerabilidad, ya que la incertidumbre y la confusión que presentan los jóvenes durante esta transición puede ser muy angustiante (Daza, Rincón y Sabogal, 2022).

Al ser un proceso de transición difícil, existe la probabilidad de la aparición de trastornos psicológicos, como la esquizofrenia, depresión mayor, adicciones como alcoholismo o abuso de drogas y trastornos bipolares afectan la calidad de vida (Papalia y Matorrel, 2015; citado por Surco, 2021).

De igual manera, también se presentan problemas de estrés puesto que la posibilidad de tomar decisiones importantes y elegir trayectorias, significa en los jóvenes el sentido de libertad, no obstante, la responsabilidad de no depender de otra persona y mantenerse por sí mismo es una experiencia abrumadora que afecta el bienestar psicológico del joven (Palomera et al., 2021).

2.1.9 Desafíos de los jóvenes latinoamericanos durante la pandemia

Actualmente los jóvenes representan la generación más grande de Latinoamérica con aproximadamente Mil 800 millones entre los 15 a 30 años y son considerados como el nuevo grupo vulnerable (ONU, 2020), debido a los cambios producidos por la pandemia que impactan en el bienestar psicológico de este grupo, puesto que las consecuencias a corto y largo plazo agravan la salud mental, emocional, laboral y el desarrollo educativo (Domínguez, 2021).

En base a ello, el precario sistema de salud y la falta de intervención en torno a la salud mental, ha generado la desconfianza de los jóvenes en el gobierno y en el

personal de salud, asimismo las medidas de distanciamiento obstaculizaron la posibilidad de asistencia y apoyo social que son importantes para afrontar la situación estresante, sumado a este contexto los factores de vulnerabilidad propios de esta etapa (ONU, 2020).

Por ende, los efectos de la pandemia en esta población se presentan en la alteración de los objetivos y proyectos de vida personales, los cuales favorecen el sentido de dirección propio, asimismo también se evidencia problemas asociados al crecimiento personal, debido a la abrupta interrupción del trabajo y aprendizaje en los jóvenes, ya que el proceso de adaptación a la realidad tecnológica fue difícil por la falta de recursos tecnológicos, generando estrés y entre otras patologías asociadas a la salud mental (Castañeda y Rodríguez, 2020).

De la misma manera, la creación de vínculos interpersonales se ha visto perjudicada debido a la cuarentena, ya que el incremento del consumo de alcohol y drogas afecta la formación de relaciones positivas, generando desconfianza, aislamiento y frustración, igualmente el miedo frente al contagio por COVID-19 produce insatisfacción personal (Bello, Peterson, Martínez y Sánchez, 2021).

Así mismo, se ha visto afectada la autonomía de los jóvenes, ya que la pandemia ha producido inestabilidad financiera, puesto que las restricciones económicas generaron un aumento en la tasa de desempleo durante el periodo de aislamiento, por lo cual los jóvenes han visto limitado su sentido de independencia, debido a la presencia de responsabilidades económicas como la carga familiar (Castellanos et al., 2020).

Por último, el sentido de control o dominio del entorno ha cambiado drásticamente a causa de las medidas impuestas por los gobiernos que han frenado

el afrontamiento, debido a que el 33% de jóvenes perciben que no tienen la capacidad para mejorar su entorno, lo cual genera que no se den cuenta de las oportunidades que los rodean y consideran que su vida no tiene propósito y tampoco sentido (OIT, 2020).

No obstante, para reducir los efectos de la pandemia en los jóvenes existen los factores de protección que actúan como mecanismos de defensa frente a situaciones estresantes como la pandemia por COVID-19.

Por un lado, los factores externos que amortiguan el efecto de la pandemia, son: las medidas de confinamiento tomadas por los gobiernos de los países, el apoyo económico recibido, los cambios respecto a la enseñanza, el trabajo virtual o remoto y la continua información sobre COVID-19, a través de las redes sociales o medios de comunicación (Cucunúba, 2020).

Por otro lado, los factores internos que ayudan a los jóvenes a enfrentar el contexto de pandemia son: la resiliencia, la dinámica familiar, las capacidades y habilidades propias y las estrategias de afrontamiento, las cuales ayudan a frenar el impacto en el bienestar psicológico y el posible desarrollo de patologías clínicas (Mendoza, Lozano y Venegas, 2020).

2.1.10 Definición de COVID-19

El virus SARS-CoV-2, pertenece a la orden Nidovirales y proviene de la familia Coronaviridae distinguidos en 4 géneros: alfa, beta, delta y gamma, siendo los dos primeros los que afectan a los humanos (Maguiña, Gatelo y Tequen, 2020).

Se considera que el origen fue de transferencia zoonótica, debido a la presencia de múltiples casos de COVID-19 en el mercado Huanan de Wuhan, en el cual comercializaban animales exóticos, en base a ello Andersen, Rambaut, Lipkin,

Holmes, y Garry (2020), consideran que el virus RaTG13 del murciélago presenta una secuencia 96% similar al SARS-CoV-2.

Se detectó el primer caso de la existencia de este nuevo virus en China, ya que se reportaron casos de neumonía de causa desconocida en Wuhan, Hubei (OMS, 2020).

De acuerdo a la OMS (2020), indica que el modo de transmisión es a través de gotículas respiratorias que ingresan al cuerpo mediante el contacto. Es por ello que la forma de contagio se produce de forma directa por el contacto cercano (menos de un metro) con una persona con síntomas respiratorios, tales como tos, estornudos, y se presenta de forma indirecta, a través del contacto con superficies infectadas.

Se estima que el periodo de incubación es entre 4 a 7 días, sin embargo, en el 95% de los infectados fue 12 días, asimismo el 80% de los casos son asintomáticos, los cuales suelen ser altamente contagiosos, ya que solo presentan cuadros leves de malestar general y tos (Maguiña et al., 2020).

El impacto de la pandemia en Latinoamérica ha generado una fuerte crisis sanitaria, económica y social, debido a los sistemas de salud fragmentados, las falencias presentes en los programas sociales y la profunda desigualdad, por ende, la respuesta ante la crisis sanitaria y política fue deficiente.

Por ello, Latinoamérica es considerada como zona crítica de la pandemia por COVID-19, esto debido a que según la OPS (2021), presenta el 43% y 48% de nuevos casos y muertes respectivamente, siendo Brasil el que continúa liderando la lista de los países con más contagios y muertes por COVID-19.

Así mismo, los ya existentes problemas de desigualdad y la falta de protección social, sumados a la llegada de la crisis sanitaria, hicieron más visible las brechas, respecto a salud, educación y economía. Por lo tanto, se pone en evidencia la urgente necesidad de establecer políticas públicas que busquen restablecer la economía, a través de la generación de más puestos laborales, que ayuden a contrarrestar los problemas actuales, pero que también se proyectan a futuro con la finalidad de brindar seguridad a la población e impulsar un estado de bienestar.

2.2 Métodos de estudio del tema

Para el proceso de selección de las investigaciones se utilizaron las palabras clave bienestar psicológico, jóvenes latinoamericanos y COVID-19, tanto en español como en sus variantes en inglés. Se procedió a indagar en diferentes repositorios de universidades y buscadores tales como Dialnet, Redalyc, Pubmed, y Researchgate, asimismo se consideraron tesis de pregrado, postgrado y artículos científicos.

Se obtuvo un total de 30 investigaciones, de las cuales se procedió a revisar el resumen de cada una de ellas, para identificar si cumplían con los criterios de inclusión seleccionados.

Con respecto a los criterios empleados para la selección de la información en primer lugar, se tomó en cuenta las investigaciones en donde se especifique los factores relacionados al bienestar psicológico en los jóvenes 20 a 30 años, que tengan como idioma nativo el español. Asimismo, que las investigaciones sean realizadas en el contexto latinoamericano y durante el contexto de la pandemia por COVID-19.

Se tomaron en cuenta investigaciones en inglés y español, con diseños cuantitativos, mixtos y cualitativos.

Con respecto a los criterios de exclusión no se tomaron en cuenta aquellas investigaciones que no se encontraran completas, que no especificaran aspectos de la metodología y que no hayan sido publicadas en revistas de alto impacto.

En base a ello, se eliminaron 8 investigaciones, ya que no cumplían con los criterios o no se encontraban completas. Por consiguiente, se trabajó con un total de 22 investigaciones. Para el análisis de la información, se utilizó la ficha de recolección de datos.

En este apartado se procedió a revisar la metodología de las investigaciones que formaron parte de la presente investigación. Se trabajó con un total de 22 investigaciones, por motivos metodológicos se separaron las investigaciones en tres grupos.

El primer grupo que contiene a las investigaciones cuantitativas compuesta por 15 investigaciones, luego el grupo de investigaciones mixtas compuesta por 1 investigación, y finalmente las investigaciones cualitativas que está conformada por 6 investigaciones. A continuación, se procederá a describir la metodología de cada una de ellas.

2.2.1 Investigaciones cuantitativas

La investigación de Medina, Fernández, Zúñiga y Gómez (2022), titulada *“Bienestar psicológico de estudiantes universitarios durante la pandemia por SARS COVID 19”*, es una investigación cuantitativa de tipo descriptiva correlacional. Se utilizaron 222 participantes que cursaron del 2do al 8vo ciclo de la carrera de psicología. La muestra estuvo compuesta por 174 mujeres y 48

hombres, el rango de edad de la muestra estuvo entre los 17 a 37 años. Las edades están distribuidas en 17 a 19 años (33.33%) hombres y (36.78%) mujeres, 20 a 22 años (39.58%) hombres y (48.85%) mujeres, 23 a 25 años (16.67%) hombres y (11.49%) mujeres, por último, de 26 años a más (10.42%) hombres y (2.87%) mujeres. Todos los participantes pertenecen a una universidad privada de la ciudad de México.

La investigación realizada por Schoeps, Tamarit, De la Barrera, Lacomba, Montoya, Del Rosario, Coello, Herrera, Trujillo, Riveros y Amador (2022), titulada *“Efectos sociales y psicológicos de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de adolescentes y adultos jóvenes: un estudio de mediación transcultural”*, es una investigación cuantitativa correlacional. Se utilizaron 6283 participantes de los 5260 de fueron mujeres (83,70%), 955 hombres (15,20%), 34 identificados como no binarios (0,54%), 8 de género fluido (0,13%) y 15 no declararon su sexo (0,24%). Las edades de los participantes oscilaron entre 12 y 30 años ($M = 18,79$; $SD = 3,48$), de los cuales 12 a 17 (13.3%), 18 a 23 años (40.2%), 24 a 30 años (46.5%). Los participantes pertenecen a cinco países de habla hispana, no obstante, la investigación fue llevada a cabo en Chile.

De igual manera, la investigación de Bello, Martínez, Peterson y Sánchez (2021), titulada *“Estrategias de afrontamiento: Efectos en el Bienestar Psicológico de universitarios durante la pandemia del COVID-19”*, es una investigación cuantitativa de diseño no experimental transversal. Se utilizaron 135 participantes, de los cuales 100 fueron mujeres y 35 hombres. El rango de edad de la muestra estuvo entre los 18 a 25 años. Todos los participantes residen en la ciudad de Santo Domingo, República Dominicana.

La investigación de Narváez, Obando, Hernández y De la Cruz (2021), titulada *“Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios”*, es una investigación cuantitativa no experimental de tipo descriptivo correlacional y transversal. Se utilizaron 201 participantes, de los cuales 107 fueron mujeres y 94 hombres. El rango de edad de la muestra estuvo entre los 18 años a más, de los cuales 18 a 23 (49.75%) y 24 a 30 años (50.25%). Todos los participantes pertenecen a una universidad privada al sur occidente de Colombia.

De igual forma, la investigación de Guzmán, Concha, Lira, Vásquez y Castillo (2021), titulada *“Impacto de un contexto de pandemia sobre la calidad de vida de los adultos jóvenes”*, es una investigación cuantitativa de tipo descriptiva longitudinal. Se utilizaron 157 participantes de los cuales 63 fueron mujeres y 94 hombres. El rango de edad de la muestra estuvo entre los 18 a 28 años. Todos los participantes pertenecen a una universidad privada de la ciudad de Chile.

La investigación realizada por Posada, Bejarano, Rincón, Trujillo y Vargas (2021), titulada *“Cambios en las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios durante la pandemia”*, es una investigación cuantitativa descriptiva de corte transversal. Se utilizaron 194 participantes, de los cuales 120 fueron mujeres y 74 hombres. El rango de edad de la muestra estuvo entre los 18 a 23 años. Todos los participantes pertenecen a una universidad privada de la ciudad de Bogotá, Colombia.

De igual modo, la investigación realizada por Delgado, Oyanguren, Reyes, Zegarra y Cueva (2021), titulada *“El rol moderador de la procrastinación sobre la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de pregrado”*, es una investigación cuantitativa de diseño no experimental. Se

utilizaron 391 participantes, de los cuales 258 fueron mujeres y 133 hombres. El rango de edad estuvo entre los 17 a 33 años, de los cuales 17 a 20 años (16.62%), 21 a 24 años (36.85%), 25 a 28 (30.69%) y 29 a 33 años (15.84%). Los participantes pertenecen a diferentes universidades de Lima Metropolitana.

Asimismo, la investigación realizada por Palomera, Herrero, Carrasco, Juárez, Barrales, Hernández, Llantá, Lorenzana, Meda y Moreno (2021), titulada *“Impacto psicológico de la pandemia COVID-19 en cinco países de Latinoamérica”*, es una investigación cuantitativa no experimental. Se utilizaron 1184 participantes, la participación mayoritaria fueron mujeres (70.8%) y hombres (29.2%). La edad media de la muestra fue de 38.78 años (DT = 13.81); rango de están entre los 18 a 83 años, de los cuales, 18 a 28 años (57.43%), 29 a 39 años (12.58%), 40 a 50 años (8.45%), 51 a 61 años (10.81%), 62 a 72 años (10.14%), 73 a 83 años (0.59%). Los participantes pertenecen a México, Cuba, Chile, Guatemala y Colombia.

De igual manera, la investigación de Luque y Cazorla (2021), titulada *“Funcionamiento familiar y bienestar psicológico en jóvenes universitarios dentro del contexto de COVID-19”*, es una investigación cuantitativa descriptiva correlacional. Se utilizaron 193 estudiantes cuyas edades están entre los 18 a 34 años, distribuidos en 18 a 26 años (73.26%) y 27 a 34 años (26.74%). Los participantes pertenecen a una universidad privada de Arequipa.

La investigación de Mac-Ginty, Jiménez y Martínez (2021), titulada *“Impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios en Chile”*, es una investigación cuantitativa transversal y

exploratoria. Se utilizaron 6395 estudiantes cuyas edades están entre los 18 a 25 años. Los participantes pertenecen a una universidad privada de Chile.

Urías, Salcido y Elizalde (2021) en su investigación titulada “*Síntomas y diagnóstico COVID en estudiantes universitarios: bienestar psicológico*”, es una investigación cuantitativa de corte transversal y de tipo exploratorio descriptivo. Se utilizaron 555 participantes, (82.9 %) mujeres, (16.9%) hombres y (0.2%) no binario. La edad de la mayoría de los participantes fluctuaba entre los 18 a 25 años (86.3%), 26 a 35 años (7.2%), 36 a 45 años (3.6%), 46 a 55 años (2.5%), y 56 a 64 años (0.4%). Todos los participantes residen en la República Mexicana.

La investigación llevada a cabo por Arias (2020), titulada “*Bienestar psicológico durante el confinamiento por COVID-19 en la población adulta joven*”, es una investigación de tipo cuantitativa con diseño no experimental y de corte transversal descriptiva. Se utilizaron 165 participantes, de los cuales 67 fueron hombres y 98 mujeres. El rango de edad de la muestra estuvo entre los 20 a 40 años. La edad de la mayoría de participantes se encuentra entre los 18 a 23 años (54.5%), 24 a 29 años (30.9%), 30 a 35 años (13.3%) y 36 a 40 años (0.6%). Todos los participantes residen en la ciudad de Quito.

Igualmente, la investigación de Castellanos, Gutiérrez, López, Nuván y Medina (2020), titulada “*Bienestar psicológico y características sociodemográficas en estudiantes universitarios durante la cuarentena por SARS-CoV-2 (COVID-19)*”, es una investigación cuantitativa, de diseño transversal y de alcance descriptivo. Se utilizaron 1631 participantes, de los cuales 1311 fueron mujeres y 320 hombres, el rango de edad de la muestra estuvo entre los 18 a 35

años. Todos los participantes pertenecen a una universidad privada de la ciudad de Colombia.

La investigación realizada por Yataco (2019), titulada *“Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de ingeniería de sistemas de una universidad privada de Lima sur”*, es una investigación cuantitativa correlacional de diseño no experimental. Se utilizaron 496 participantes de primer a décimo ciclo, de los cuales el (12.7%) mujeres y el (87.3%) hombres. El rango de edad de la muestra estuvo entre los 16 a 29 años. Los participantes se encuentran en un rango de 16 a 20 años (36.7%) y 20 a 29 años (63.3%). Todos los participantes pertenecen a una universidad privada de Lima sur.

Finalmente, la investigación realizada por Cabrera, Caldas, Rivero y Carrillo (2019), titulada *“Influencia del programa “Florece” en el bienestar psicológico de jóvenes universitarios”*, es una investigación cuantitativa de tipo experimental. Se utilizaron 238 participantes, de los cuales (18.88%) hombres y (81.12%) mujeres. El rango de edad se encuentra entre los 18 a 44 años. Las edades oscilan entre los 19 a 24 años (77.36%), 25 a 30 años (18.88%) y más de 30 años (3.77%). Todos los participantes son estudiantes de un instituto de la ciudad de Colombia.

2.2.2 Investigaciones mixtas

En este grupo se detalla la investigación realizada por Herrera (2022), titulada *“Importancia de algunas competencias socio emocionales como factores protectores en la pandemia COVID-19”*, es una investigación mixta de diseño exploratorio secuencial. Se utilizaron 113 participantes, cuyas edades oscilan entre los 18 a 29 años. Todos los participantes residen en el Valle Alburrrá- Colombia.

2.2.3 Investigaciones cualitativas

En este grupo se encuentra la investigación realizada por Daza, Rincón y Sabogal (2022), titulada *“Factores psicosociales que inciden en el bienestar psicológico en el marco de pandemia, por COVID 19 en estudiantes del programa de psicología Universidad Cooperativa -Villavicencio Colombia”*, es una investigación cualitativa de diseño fenomenológico y de alcance descriptivo. Se utilizaron 52 participantes, de los cuales 45 fueron mujeres y 7 hombres. El rango de edad estuvo entre los 18 a 30 años. Todos los participantes pertenecen a una universidad privada de Colombia.

La investigación de Enríquez (2022), titulada *“Tele psicología en tiempos de crisis sanitaria por confinamiento de COVID-19 en Latinoamérica”*, es una investigación cualitativa de diseño fenomenológico. Se utilizaron 36 participantes, (39%) hombres y (61%) mujeres. El rango de edad se encuentra entre los 22 a 65 años. Las edades se distribuyen en 22 a 32 años (38%), 33 a 43 años (29%), 44 a 53 años (28%) y 54 a 62 años (5%). Los participantes pertenecen a una universidad privada de Ecuador.

Otra investigación es la realizada por Silvera, Olivella, Cudris, Bahamón y Gil (2020), titulada *“Programas, estrategias y protocolos de bienestar psicológico en jóvenes universitarios”*, es una investigación cualitativa con una modalidad de investigación analítica. Se utilizaron 37 artículos, 25 investigaciones y dos reflexiones, de los cuales 26 pertenecen a revistas latinoamericanas y 11 a revistas europeas. Toda la información fue recolectada de bases de datos como: Researchgate, Scielo, Dialnet, Proquest, Ebsco Host, Google Scholar, Scopus y Redalyc.

Así también como la investigación realizada por Becerra y Ruíz (2020), titulada “*La pandemia COVID-19 y su impacto en el bienestar psicológico*”, es una investigación cualitativa descriptiva. Se utilizaron artículos de revistas indexadas e investigaciones. La información fue recolectada de bases de datos como: Scielo, Redalyc, Dialnet, Google Scholar y Proquest.

Asimismo, la investigación de Tena y Gaitán (2020), titulada “*Impacto del COVID-19 en México: Un análisis de las respuestas ante la Pandemia*”, es una investigación cualitativa con una modalidad de investigación analítica. Se revisaron 15 investigaciones. Toda la información fue recolectada de la base de datos de la Universidad de México.

Finalmente, la investigación realizada por Castañeda y Rodríguez (2020), titulada “*COVID 19 - La pandemia. Una mirada a sus impactos en Latinoamérica*”, es una investigación cualitativa de tipo descriptiva. Se utilizaron artículos científicos, revistas e investigaciones provenientes de las bases de datos de Latinoamérica

2.2.4 Instrumentos

A continuación, se presentan los instrumentos recopilados de las investigaciones analizadas.

En las investigaciones de Arias (2020), Castellanos et al. (2020), Bello et al. (2021), Delgado et al. (2021) y Cabrera et al. (2019), utilizaron la Escala de Bienestar psicológico de Ryff, que parte del modelo multidimensional, la cual define al bienestar psicológico como el desarrollo de capacidades y crecimiento personal. Está compuesto por seis dimensiones o subescalas: autoaceptación (evaluación positiva presente y pasada), autonomía (sentido de autodeterminación),

relaciones positivas con otras personas (poseer o desarrollar relaciones de calidad con otros), dominio del entorno (capacidad de manejarse efectivamente en el ambiente que lo rodea), propósito en la vida (creer que la vida tiene significado y propósito), por último, crecimiento personal (sentido de crecimiento y desarrollo como persona).

Al principio la autora propuso 80 ítems por cada subescala, no obstante, se evaluaron los ítems en base a criterios de ambigüedad y ajuste a la definición con la escala, quedando un total de 20 ítems por cada subescala. Sin embargo, debido a la longitud del instrumento se realizaron diversas adaptaciones quedando la escala compuesta de 39 preguntas, en formato de escala Likert de 6 puntos, desde completamente 1 (de acuerdo) a 6 (completamente en desacuerdo). Las puntuaciones obtenidas se estandarizan y se obtiene una calificación entre 0 y >176, que determina el nivel de bienestar psicológico.

Este instrumento se ha utilizado en diferentes estudios relacionados con el bienestar psicológico, brindando numerosas adaptaciones y validaciones; Arias (2020) utilizó el estudio de Merino y Noboa (2019), se realizó la adaptación al contexto ecuatoriano a través de un análisis de confiabilidad interna, obteniendo puntuaciones altas de confiabilidad ($\alpha=0,899$), asimismo, según la adaptación de Medina et al., (2022) para la población mexicana, este instrumento presenta alta validez y confiabilidad ($\alpha=0.91$).

De igual manera, la versión utilizada por Castellanos et al., (2020) y Narváez (2021), fue adaptada por Pinedo, Castro y Chaparro (2018), a través del Análisis Factorial Confirmatorio (AFC), el cual mostró índices de ajuste similares en sus seis dimensiones ($X^2=1649.40$, $gl=362$, $p=0.00$; $CFI=0.95$; $AGFI=0.95$;

RMSEA=0.066), en cuanto a la confiabilidad se obtuvo un omega de McDonald (Ω) con un resultado entre 0.60 y 0.84, indicando buena consistencia interna.

En la misma línea, la investigación de Cabrera et al., (2019), utilizó la versión adaptada y traducida al español de Dierendonck (2006), ya que reportó buena consistencia interna, presentando valores de alfa de Cronbach entre 0.54 y 0.79. Por su parte, Bello et al., (2021), Pineda, Conza y Quispe (2021) y Delgado et al., (2021), utilizaron la adaptación y traducción al español de Díaz (2006), en la cual el instrumento una consistencia interna entre 0.66 y 0.85 para sus subescalas.

Asimismo, la investigación realizada por Luque y Cazorla (2021), utilizó escala de Bienestar Psicológico para adultos (2002) validada por Domínguez (2014). Esta escala proviene del modelo teórico (BIEPS-J) de Casullo (2002), que mide el bienestar psicológico a través de la autopercepción. Compuesta por 13 ítems divididos en 4 dimensiones: Control (aspectos positivos o negativos, es decir primar la auto competencia, Vínculos (relaciones sociales positivas y gratificantes), Autonomía (independencia y la toma de decisiones propias) y Proyectos (metas u objetivos), en formato de tipo Likert de 3 puntos, desde 1 (de acuerdo) a 3 (desacuerdo). Demostró buena confiabilidad alfa de Cronbach de .966, a través del Análisis Factorial Confirmatorio (AFC), con el método de máxima verosimilitud.

La investigación realizada por Yataco (2019), utilizó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP), validada en jóvenes universitarios peruanos por Guillen (2016).

Esta escala proviene del modelo teórico propuesto por Sánchez-Cánovas (1998), quien define al bienestar psicológico como el sentido de felicidad. Está compuesta por 65 ítems divididos en 4 subescalas: bienestar psicológico subjetivo (sentido de felicidad, afecto y satisfacción personal), bienestar material (percepción

subjetiva de la persona y no según índices externos), bienestar laboral (satisfacción integral) y relaciones en la pareja (vínculos positivos), en formato de tipo Likert de 5 puntos, desde 1 (nunca) a 5 (siempre). Reportó buena confiabilidad por consistencia interna ($\alpha=0.949$) y validez (V de Aiken= 1.00).

Con respecto a los estudios cualitativos, la entrevista fue el instrumento utilizado para la recolección de datos que permitan indagar sobre el bienestar psicológico. La investigación realizada por Enríquez (2022), realizó una entrevista semi estructurada que tuvo como objetivo conocer la percepción de bienestar psicológico en base al uso de la tele psicología durante la pandemia y el impacto de la pandemia en la calidad de vida, constó de 2 categorías cada una compuesta por 5 preguntas y se aplicó a 18 jóvenes.

Asimismo, la investigación de Daza et al. (2022), utiliza para la recolección de datos una encuesta con preguntas abiertas, con el propósito de que el participante pueda responder de manera subjetiva a cada una de las preguntas. Estas se encontraban en relación con el grado de afectación o impacto de la pandemia en el bienestar psicológico.

Finalmente, las investigaciones realizadas por Daza et al. (2022), Silveira et al. (2020), Becerra y Ruíz (2020) y Catañeda y Rodríguez (2020), utilizaron diferentes artículos, investigaciones, bases de datos de revistas indexadas como Researchgate, Scielo, Dialnet, Proquest, Ebsco Host, Google Scholar, Scopus y Redalyc, para poder indagar más sobre el bienestar psicológico. De igual manera, es importante resaltar que una de las limitaciones de los estudios cualitativos es la escasa descripción de los instrumentos utilizados.

2.3 Estudios acerca del tema

En este apartado se presentan las investigaciones revisadas en el estudio, tomando en cuenta los siguientes subtemas: impacto de la pandemia en el bienestar psicológico de los jóvenes latinoamericanos, factores relacionados al bienestar psicológico, respuesta de los países latinoamericanos frente a las demandas de salud mental, programas en relación al bienestar psicológico y sus beneficios para los jóvenes.

2.3.1 Impacto de la pandemia en el bienestar psicológico de los jóvenes latinoamericanos

Se encontraron ocho estudios que explican el impacto de la pandemia en el bienestar de los jóvenes latinos, asimismo se detalló cómo la inestabilidad de los gobiernos, las diferencias demográficas y los roles de género exacerbaron los niveles de daño de la pandemia sobre la calidad de vida, el crecimiento personal y salud mental - psicológica.

En primer lugar, la investigación de Guzmán et al. (2021), titulada “*Impacto de un contexto de pandemia sobre la calidad de vida de adultos jóvenes*”, la cual tuvo como objetivo comparar la calidad de vida de los jóvenes en un entorno pre pandemia y un contexto con pandemia por COVID-19. Los resultados evidencian que la pandemia generó la disminución de la calidad de vida en este grupo, siendo las dimensiones de salud psicológica y el rol emocional - social los más afectados.

Ambas dimensiones se asocian a sentimientos de alegría, tranquilidad y calma, es decir, la ausencia de patrones clínicos como estrés, ansiedad, depresión, así también como la adecuada gestión o manejo emocional que permite al joven continuar con el proceso de inserción a una vida adulta. Sin embargo, los cambios

generados por la pandemia como son las diversas restricciones limitan la participación e interacción social debido a la cuarentena y el aislamiento, incrementando la aparición de problemas que afectan la percepción del bienestar psicológico.

Si bien los jóvenes presentan altos niveles de estrés, producto del propio proceso de transición, que implica la adopción de una nueva identidad y el ejercicio de nuevos roles tales como el ingreso al mundo laboral y la independencia económica, la pandemia ha exacerbado esta problemática debido a las acciones que limitan una adecuada inserción, asimismo el constante estado de alarma, preocupación por el riesgo de infección y la sensación de miedo ha alterado la percepción del bienestar psicológico.

Estos resultados ayudan a entender que los jóvenes son un grupo vulnerable por el hecho de encontrarse en una etapa crítica, debido al paso hacia una vida adulta, que implica una serie de cambios y esfuerzo por parte del joven, sumado a ello las restricciones impuestas producto de la pandemia, ha alterado significativamente la calidad de vida de los jóvenes, disminuyendo también su percepción sobre su bienestar psicológico.

Esto se debe a que la pandemia trajo consigo el cierre de lugares de esparcimiento, el paso a una educación virtual y trabajo remoto, así también como la excesiva exposición de casos en los medios locales y la desinformación que motivaron estados de alarma, lo cual conllevó al desarrollo de trastornos como estrés o ansiedad, esta problemática afectó la satisfacción personal, autonomía, y el sentido de logro, los cuales son aspectos importantes para un adecuado nivel de bienestar psicológico.

En la investigación de Arias (2020), titulada “*Bienestar psicológico durante el confinamiento por COVID-19 en la población adulta joven, ciudad de Quito, periodo 2020*”, tuvo como objetivo conocer las dimensiones del bienestar psicológico más prevalentes en los jóvenes durante el periodo de confinamiento.

Los resultados muestran que la población joven presenta niveles moderados de bienestar psicológico, sin embargo, la autoaceptación, el dominio del entorno y el propósito en la vida se han visto afectadas producto de la crisis sanitaria.

La pandemia trajo consigo nuevas medidas que fueron impuestas a la sociedad con el propósito de salvaguardar un estado de salud óptimo y reducir los contagios, no obstante estas acciones como el confinamiento, aislamiento social, el uso de protectores faciales, el cambio en la forma de saludo, la paralización económica, el cierre de centros educativos, laborales y de entretenimiento entre otros, desencadenaron la pérdida de hábitos o rutinas saludables, incrementando así patrones de sueño irregulares, problemas alimenticios que exacerbaban los índices de obesidad en los jóvenes producto del sedentarismo, este último relacionado con el uso excesivo de aparatos electrónicos.

Esta situación generó en los jóvenes sentimientos de incapacidad para cambiar la situación problemática, estancamiento producto de la alteración de metas o planes propuestos e inflexibilidad para poder aceptar la pandemia, lo cual afectó el bienestar psicológico de los jóvenes.

Estos resultados permiten conocer que los cambios en el entorno como consecuencia de la pandemia influyeron en la aparición de emociones, sentimientos y pensamientos negativos, esto debido a la falta de experiencias positivas para los jóvenes, especialmente durante los momentos iniciales de la pandemia.

Asimismo, el cambio de la presencialidad a una modalidad virtual ha generado problemas de aprendizaje o laborales que alteran el sentido de vida, ya que la modificación en las metas o planes propuestos ha promovido el sentimiento de indefensión respecto al futuro.

De igual forma, la pandemia ha generado actitudes negativas en los jóvenes, ya que durante esta etapa de vida se busca crear situaciones controladas y favorables que permitan la obtención de logros y el reconocimiento personal, sin embargo, un factor externo como la pandemia ha alterado su bienestar psicológico.

La investigación de Becerra y Ruiz (2020), titulada "*La pandemia COVID-19 y su impacto en el bienestar psicológico*", se planteó como objetivo describir los estresores por COVID-19 sobre el bienestar psicológico. Los resultados fueron que los estresores producto de la pandemia tienen una influencia negativa sobre el bienestar psicológico.

En base a ello, se considera que la pandemia expone a los jóvenes a factores estresantes como: el confinamiento o cuarentena, la inestabilidad económica y laboral, exclusión social y la amenaza constante de infección o contagio por COVID-19. Estos factores se evidencian en las medidas impuestas por los gobiernos Latinoamericanos, como la suspensión de derechos como el libre tránsito, actividades que impliquen aglomeración de personas (fiestas, reuniones y eventos), paralización del sector educativo y cierre de actividades económicas, por lo tanto, este cambio ha impactado en el bienestar psicológico de este grupo etario, pues compromete muchas de las actividades que estos llevaban a cabo y que formaban parte de su día a día.

Por lo mencionado anteriormente, estos resultados ayudan a entender cómo el contexto impacta de forma negativa en el bienestar psicológico. Puesto que los aspectos estresores de la pandemia, como son los cambios en la dinámica social, educativa, económica, política, así también como el estigma o rechazo frente a una persona contagiada, debido al miedo o preocupación constante de poder infectarse, ha generado problemas respecto a la satisfacción con la vida, bajo crecimiento personal y pérdida del sentido de vida.

Esto se evidencia en la aparición o continuidad de trastornos como depresión, ansiedad y estrés, los cuales obstruyen el desarrollo de potencialidades, aspecto de suma importancia para el bienestar psicológico de los jóvenes.

El estudio realizado por Castellanos et al. (2020), titulado “*Bienestar psicológico y características sociodemográficas en estudiantes universitarios durante la cuarentena por SARS-CoV-2 (COVID-19)*”, se planteó como objetivo analizar la relación entre el bienestar psicológico y las características sociodemográficas durante el inicio de pandemia. Se obtuvo como resultado que las mujeres presentan mayor bienestar psicológico en comparación con los hombres, asimismo el estado civil de soltero (a) y el estrato económico influyen en el nivel de bienestar psicológico.

Estas características sociodemográficas se relacionan con la pandemia, puesto que la crisis producto de la pandemia ha producido inestabilidad económica, laboral, educativa y social, por lo tanto, el impacto de la pandemia es diferente en jóvenes pertenecientes a un estrato económico alto, ya que cuentan con los medios necesarios para afrontar la pandemia con mejores recursos, lo cual va a permitir mantener su bienestar psicológico sin una alteración significativa.

En contraste con los jóvenes de estrato económico bajo y con sobrecarga familiar, a los cuales las limitaciones o restricciones durante el periodo de pandemia, ha generado inestabilidad económica, por ende, la afectación del bienestar psicológico será más alta en comparación con el otro grupo.

Por lo mencionado, estos resultados permiten conocer que el rol de género, la discriminación y los prejuicios afectan la percepción del bienestar psicológico, esto debido a que los hombres están más expuestos a situaciones que pueden afectar su bienestar, ya que, al ser considerados como cabeza de familia, la presión generada por la crisis producto de la pandemia ha promovido la aparición de problemas como estrés y ansiedad.

Igualmente, las mujeres presentaron mayores niveles de depresión, debido a la sobrecarga de labores en el hogar e inclusive en algunos casos la presencia de situaciones de violencia ha alterado su bienestar. Asimismo, la pérdida de autonomía, los cambios respecto a proyecto de vida, autoaceptación y crecimiento personal han disminuido la percepción del bienestar psicológico.

El estudio realizado por Úrias, Salcido y Elizalde (2021), titulado “*Síntomas y diagnóstico COVID en estudiantes universitarios: bienestar psicológico*”, tuvo como objetivo identificar si existen diferencias en el bienestar psicológico de los jóvenes con síntomas o con diagnóstico positivo de COVID-19. Se obtuvo como resultado que no existe diferencias en la afectación del bienestar psicológico entre los jóvenes con síntomas y los jóvenes con diagnóstico de COVID-19.

Es decir, el daño en el bienestar psicológico fue igual en ambos grupos, debido a que el impacto de la pandemia afectó por igual a las esferas familiares, personales, sociales y económicas.

La presencia de síntomas o diagnóstico positivo alteró la percepción del bienestar psicológico, esto debido a la excesiva exposición de noticias falsas y rumores que incrementaron los niveles de preocupación, ya que el miedo constante de los jóvenes sobre las posibles secuelas generó mayor malestar.

Asimismo, el aspecto económico fue otro estresor, esto debido a la pérdida de empleos como consecuencia de las restricciones durante la pandemia, desencadenando inestabilidad económica, por lo tanto, la presencia del diagnóstico demanda gastos en medicamentos, soporte respiratorio entre otros, que para muchas familias fue difícil por los altos costos.

De igual forma, el diagnóstico generó en los jóvenes sentimientos de desesperanza, frustración, estrés, ansiedad, depresión y en algunos casos después del proceso de recuperación, trastornos de estrés post traumático.

En la misma línea los jóvenes con diagnóstico reservado, que fueron internados en hospitales, presentaron pérdida del sentido de vida, insatisfacción con la vida y problemas de incapacidad para modificar su entorno, estos aspectos son de suma importancia para un adecuado nivel de bienestar psicológico, el cual se ha visto afectado por la crisis sanitaria por COVID-19.

Asimismo, la investigación realizada por Castañeda (2020), titulada *“COVID 19 - La pandemia. Una mirada a sus impactos en Latinoamérica”*, tuvo como objetivo realizar una revisión teórica que permita conocer el impacto de la COVID-19 en Latinoamérica. Los resultados fueron que Latinoamérica fue una de las regiones más impactadas en comparación con otras regiones.

Latinoamérica fue la región con más daños producto de la pandemia, esto debido a los problemas políticos, gubernamentales y sociales, que agravaron la situación de los países.

La llegada de la pandemia motivó la implementación de estrategias que ayuden a reducir los contagios y decesos, siendo el confinamiento la principal medida, sin embargo, el encierro de la población desencadenó inestabilidad económica debido al cierre de centros laborales.

Igualmente, el cambio en el sistema de educación contribuyó al desarrollo de problemas emocionales, aparición de síntomas psiquiátricos, estrés, miedo, frustración, sentimientos de impotencia, abandono, e inseguridad, estrés postraumático, intentos o suicidio consumado y consumo de sustancias psicoactivas, que aumentan la sensación de malestar psicológico en los jóvenes.

Las recomendaciones para atenuar la propagación del contagio como el uso de mascarillas y distanciamiento físico han provocado cambios en los estados de ánimo de la persona y desconexión social generando la aparición de conductas agresivas. De igual forma, la cuarentena promovió el hacinamiento, situación a la que muchas familias no se encontraban preparadas, debido a que residir la mayor parte del día en un mismo lugar y por largos periodos de tiempo, ha predispuesto a los jóvenes a situaciones de violencia intrafamiliar o abuso, aspectos que afectan el bienestar psicológico de este grupo etario.

Estos resultados permiten conocer como la inestabilidad en la respuesta ante la pandemia generó un impacto más profundo en el bienestar psicológico de la sociedad y en especial la de los jóvenes, ya que son considerados como población vulnerable, por características propias de la etapa.

Asimismo, la pandemia demostró la incapacidad de los gobiernos, para salvaguardar el bienestar de sus ciudadanos, puesto que si bien las medidas como el confinamiento, toque de queda y cierre de lugares, fueron necesarias para mitigar la crisis en salud, no se consideró el impacto de estas en la salud mental, siendo el bienestar psicológico de los jóvenes el más afectado.

Dado que, al encontrarse en una etapa de cambios, la paralización de actividades laborales y educativas influyó de forma negativa en aspectos importantes como la autonomía o independencia produciendo insatisfacción con la vida, frustración ante el cambio de planes o metas, sumado a ello la falta de estrategias de afrontamiento como la adaptabilidad o flexibilidad generaron un mayor daño en el bienestar psicológico.

El estudio realizado por Mac-Ginty, Jiménez y Martínez (2021), titulado *“Impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios en Chile”*, tuvo como objetivo evaluar el impacto de la pandemia en la salud mental de los jóvenes chilenos. Se obtuvo como resultado que la pandemia afectó la salud mental, siendo el bienestar psicológico el aspecto con mayor impacto negativo, asimismo las mujeres presentaron mayor sintomatología ansiosa y depresiva.

Los cambios producidos por la pandemia desencadenaron una fuerte crisis a nivel sanitario, político, económico y social, puesto que la inestabilidad estuvo presente en cada una de estas áreas importantes para los jóvenes.

Se considera que la reducción de ingresos, la privación del contacto social y el cierre de instituciones de educación superior ocasionaron en los jóvenes

cambios de ánimo, preocupación constante por su futuro, frustración e inestabilidad.

De la misma manera, en el caso de los universitarios, la paralización de las actividades educativas y el paso a una enseñanza virtual, motivó la aparición de problemas en el rendimiento académico, dificultades en la concentración y deterioro de la interacción social, el cual es un aspecto de suma importancia durante esta etapa, ya que la necesidad de socialización es una característica primordial.

Las problemáticas generadas por la aparición del COVID-19, alteraron el bienestar psicológico en especial el de los jóvenes, puesto que se exacerbaron problemas de irritabilidad, insomnio, ansiedad y depresión.

Además, se presentaron pensamientos negativos que ocasionaron problemas con la satisfacción personal, autoaceptación y sentido de logro, ya que los jóvenes consideran que la pandemia ha truncado planes y metas, considerando que el daño generado por el COVID-19 es irreversible, por ende, toda esta situación afectó a este grupo etario.

Finalmente, la investigación realizada por Palomera et al. (2021), titulada *“Impacto psicológico de la pandemia COVID-19 en cinco países de Latinoamérica”*, se planteó como objetivo comparar el impacto psicológico generado por la pandemia en Latinoamérica.

Los resultados muestran que la población Latinoamericana evidencia niveles altos de impacto psicológico. Esto debido a las intervenciones utilizadas por los gobiernos, siendo la estrategia principal el confinamiento, que tuvo como finalidad reducir las cifras de contagio, no obstante, esta medida utilizada desencadenó problemas que afectaron la salud mental y bienestar psicológico.

Esta situación motivó la aparición o desarrollo de trastornos como ansiedad, depresión, estrés postraumático, insatisfacción personal, frustración y pérdida del sentido de vida.

Asimismo, el distanciamiento social es otra de las medidas de prevención impuestas por el estado, sin embargo, no se consideró el grado de magnitud negativo que causaría esta medida en la salud mental de las personas, con mayor énfasis en el bienestar psicológico.

La interacción social es un aspecto de suma importancia para los jóvenes, ya que es la principal característica de este grupo, por ende el cierre de lugares de contacto como universidades, centros laborales y lugares de esparcimiento, generó en los jóvenes problemas emocionales como la soledad, confusión, frustración, enojo e ira, que motivaron la realización de conductas de riesgo como asistir a fiestas clandestinas, evitar el uso de medidas de protección como la mascarilla, protector facial, alcohol y mantener el distanciamiento físico. Estas conductas afectan el bienestar psicológico de los jóvenes.

Esto nos permite conocer que Latinoamérica es la región con un grado de afectación severo por el COVID-19, debido a los problemas para implementar medidas en favor de la salud mental, puesto que aparte de presentar una débil infraestructura sanitaria, la falta de gestión pública en beneficio de este sector y el difícil acceso por parte de los jóvenes a servicios de salud mental facilitó el deterioro del bienestar psicológico.

Los resultados de las investigaciones en este apartado, nos muestran como las medidas tomadas por los gobiernos Latinoamericanos como el confinamiento,

el cierre de lugares, el distanciamiento social, el uso de mascarillas y protectores faciales han alterado la calidad de vida.

Estas acciones tomadas o implementadas por los gobiernos, han afectado significativamente a los jóvenes, ya que, al encontrarse en un periodo de transición hacia una etapa adulta, sumado a ello las escasas medidas para la protección de la salud mental durante esta etapa de la pandemia y en fases siguientes de la misma, aumentaron la vulnerabilidad de este grupo, provocando un impacto negativo en su bienestar psicológico.

Es importante mencionar que no solo las medidas que se tomaron para frenar la pandemia afectaron a los jóvenes, sino también el hecho de que los gobiernos no fueron eficientes al momento de plantear sistemas de atención en salud mental, ya que no se contaban con los recursos, equipos y espacio necesarios para brindar consultas en las áreas de psicología y psiquiatría, lo cual incrementó los sentimientos de frustración, problemas emocionales, estrés, depresión, esquizofrenia entre otros trastornos que afectan en gran parte la salud mental de los jóvenes.

2.3.2 Factores relacionados al bienestar psicológico

A través de la revisión de las investigaciones se pudieron identificar que, con respecto a los factores relacionados al bienestar psicológico, los autores lo dividen en factores de protección y factores de riesgo durante el contexto de la pandemia.

A diferencia de la sección anterior, en esta se busca clasificar los diversos factores que generan un impacto en la salud mental de los jóvenes, especialmente en el bienestar psicológico.

Se encontraron trece estudios que explican ambos factores asociados al bienestar psicológico de los jóvenes latinos durante el contexto por pandemia, se detallan factores emocionales, interpersonales e influencias del entorno, cada uno actuando de manera distinta según como se presentan.

2.3.2.1 Factores de protección

Los factores de protección se entienden como aspectos personales o del entorno, que ayudan a afrontar situaciones desfavorables, permitiendo el desarrollo integral de la persona.

Con respecto a los factores de protección del bienestar psicológico, el estudio realizado por Luque y Cazorla (2021), titulado “*Funcionamiento familiar y bienestar psicológico en jóvenes universitarios dentro del contexto de COVID-19*”, tuvo como objetivo identificar la relación entre el funcionamiento familiar y el bienestar psicológico de los jóvenes. Los resultados muestran que sí se encontró relación entre cohesión y adaptabilidad con el bienestar psicológico.

Es decir, factores como la cohesión que implica la cercanía y la adecuada interacción entre sus miembros, así también como la adaptabilidad que es la capacidad para poder cambiar la estructura familiar frente a una nueva situación como es la pandemia, influyen de forma positiva en el bienestar psicológico.

Por ende, para los jóvenes el adecuado funcionamiento familiar actúa como un factor de protección, ya que es una fuente de apoyo primario y soporte para afrontar la crisis sanitaria, de igual manera la comunicación constante entre los miembros permite la continuidad en la rutina de los jóvenes.

Esto permite entender que a pesar de que los jóvenes se encuentran en la búsqueda constante del sentido de independencia o autonomía, aún necesitan de la

familia en situaciones de emergencia tal cual como lo es la pandemia, inclusive en algunos casos se incrementó la unión familiar frente a la incertidumbre vivida.

Es por ello que el apoyo familiar es considerado como una red de soporte primordial para los jóvenes, puesto que aún se encuentran inmersos en el núcleo familiar, por ende, esta ayuda permitirá disminuir el grado de afectación en el bienestar psicológico, especialmente si dentro de la familia se está desarrollando de manera adecuada la cohesión entre los miembros y la capacidad para adaptarse frente a las dificultades.

Asimismo, en la investigación de Arias (2020), considera a la educación como factor protector, ya que un mayor nivel educativo se asocia con menores niveles de estrés, ansiedad y depresión, puesto que durante el periodo universitario se desarrollan estrategias que permiten sobrellevar la situación de cambio como son: la flexibilidad, resiliencia y adaptación al cambio, mecanismos que han permitido reducir el impacto de la pandemia en el bienestar psicológico de los jóvenes.

De igual forma, la investigación realizada por Herrera (2022), titulada *“Importancia de algunas competencias socioemocionales como factores protectores en la pandemia COVID-19”*, tuvo como objetivo conocer la importancia de las competencias socio emocionales en los jóvenes como estrategias de afrontamiento frente a la pandemia. Se obtuvo como resultado que la capacidad de la empatía, la adaptación y las relaciones interpersonales son factores protectores que facilitan el bienestar psicológico. Estas competencias emocionales son conductas sociales que ayudan al joven a sobrellevar situaciones problemáticas o de incertidumbre como la pandemia.

Se considera a la adaptación, relaciones interpersonales y la empatía como factores protectores, siendo esta último la más importante a nivel personal, ya que permitió a los jóvenes fortalecer los vínculos sociales, familiares y amorosos, aspectos de suma importancia para mantener un adecuado nivel de bienestar psicológico, los cuales debido al impacto de la pandemia se vieron afectados.

Esto significa que las competencias socioemocionales ayudan a los jóvenes a sobrellevar los efectos de la pandemia. Por lo tanto, el desarrollo y fortalecimiento de estas competencias no solo serán de ayuda durante la pandemia sino en cualquier otra situación de incertidumbre o estrés, ya que permitirán que el joven logre adaptarse al contexto y que pueda continuar con su proyecto de vida, disminuyendo así la presencia de trastornos que puedan alterar su bienestar psicológico.

Asimismo, la investigación de Narváez et al. (2021), titulada *“Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios”*, tuvo como objetivo identificar la asociación entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico en jóvenes frente al impacto psicosocial del COVID-19. Se obtuvo como resultado una asociación directa y significativa entre ambas variables.

Las estrategias de afrontamiento son herramientas o recursos que se desarrollan con la finalidad de hacer frente a las demandas, por lo tanto, son consideradas también como factores protectores, puesto que ayudaron a reducir las consecuencias psicosociales negativas que repercuten en los niveles de bienestar psicológico de los jóvenes.

De acuerdo a la investigación, las estrategias más utilizadas por los jóvenes durante el periodo de pandemia fueron, solución de problemas, reevaluación cognitiva, evitación emocional y cognitiva.

En base a ello, el contexto de pandemia motivó a que los jóvenes busquen alternativas para sobrellevar la difícil situación, ya sea por los cambios a nivel educativo y las pérdidas laborales que exacerbaron los problemas económicos.

Frente a ello, la pandemia ha permitido que este grupo etario se refugie en la familia, ya que es la principal red de apoyo y soporte, asimismo, la nueva modalidad de interacción social impulsó a los jóvenes a buscar diferentes soluciones que permitan continuar con sus planes a pesar de las dificultades que se presentaron durante el contexto de la pandemia.

De igual manera, la reevaluación cognitiva, permitió a los jóvenes resignificar el contexto de pandemia para que puedan cambiar el efecto emocional en su bienestar psicológico.

Para ello, se utilizó la evitación emocional y cognitiva estrategias que tienen como finalidad eludir pensamientos catastróficos que generan perturbación emocional, como son las ideas asociadas a las consecuencias de la pandemia, además también se anuló la presencia de emociones negativas y se centraron únicamente en encontrar soluciones para volver a reevaluar la situación de forma positiva.

Igualmente, la religión también fue una estrategia utilizada siendo también considerada como factor protector, puesto que muchos jóvenes buscaron una conexión más profunda con sus propias creencias y fe, aspectos que ayudaron a disminuir las emociones negativas asociadas a la situación abrumadora.

Estos resultados ayudan a comprender la importancia de fortalecer las estrategias de afrontamiento, ya que los jóvenes han sufrido cambios en sus dinámicas y rutinas establecidas, lo cual se relaciona con la aparición de problemas que afectan el bienestar psicológico.

No obstante, las estrategias de búsqueda de apoyo social, estrategias centradas en la solución del problema, evitación emocional y cognitiva, ayudaron a reducir los efectos en el bienestar psicológico generados por la pandemia. Por lo expuesto, estos resultados nos permiten comprender la importancia de fortalecer las estrategias de afrontamiento para evitar la aparición o desarrollo de trastornos psicopatológicos.

Igualmente, la investigación propuesta por Pineda et al. (2021), titulada *“Resiliencia y bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 en jóvenes de la ciudad de Juliaca, 2021”*, tuvo como objetivo conocer si existe relación entre la resiliencia y bienestar psicológico. Los resultados fueron que existe una relación significativa entre ambas variables.

En base a ello, se considera que la resiliencia es utilizada por los jóvenes como mecanismo de afrontamiento, puesto que es la capacidad de resistir y superar el impacto de contextos desfavorables como la pandemia, por lo tanto, permite sobrellevar la situación de forma positiva contribuyendo al bienestar psicológico, asimismo es considerada como factor protector puesto que permite a los jóvenes adaptarse de forma óptima y rápida a contextos desfavorables, ayudando a reducir el impacto en la salud mental.

Por lo expuesto anteriormente, los jóvenes son el grupo más afectado por la pandemia, ya que al encontrarse en una etapa llena de cambios, el contexto

desfavorable generado por la pandemia incrementó su vulnerabilidad, por lo tanto, el papel que juega la resiliencia como estrategia y factor de protección es de suma importancia, puesto que las personas resilientes se caracterizan por su fácil adaptación a situaciones de adversidad o riesgo, permitiendo al joven vivir de manera positiva ante situaciones difíciles como la pandemia, motivando la aparición de emociones positivas, agradables y saludables que ayuden a superar los problemas y a encontrar soluciones ante las diferentes problemáticas presentadas.

Es por ello la importancia de potenciar el desarrollo de la resiliencia, para que los jóvenes no vean alterado su óptimo funcionamiento, satisfacción con la vida, desarrollo de capacidades y crecimiento personal, en efecto es un rasgo importante, ya que evita el incremento del impacto negativo en el bienestar psicológico.

La investigación de García y Ramos (2022), titulada *“Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de educación superior en tiempos de pandemia”*, se planteó como objetivo analizar el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento en jóvenes durante el contexto de pandemia. Se obtuvo como resultado la necesidad de desarrollar estrategias adecuadas y fortalecer la resiliencia en los jóvenes, ya que estas contribuyen al bienestar psicológico, permitiendo una mejor respuesta ante los cambios producidos por la pandemia.

De acuerdo a la recopilación realizada por la investigación, las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los jóvenes fueron, la resiliencia, empatía, inteligencia emocional, meditación, actitud optimista y la sociabilidad, aspectos considerados también como factores protectores. Esto nos permite entender la

importancia de desarrollar estrategias de afrontamiento, ya que permiten sobrellevar situaciones difíciles como la pandemia.

La estrategia más resaltante del grupo mencionado es la inteligencia emocional, ya que usada en conjunto con la meditación permite al joven continuar con su desarrollo personal, asimismo va a generar una actitud positiva disminuyendo el deterioro del bienestar psicológico.

En la misma línea, también se considera como factores de protección a las redes de apoyo como la familia, amigos entre otros, debido a que ayudaron a mitigar los efectos de la pandemia. Esto ayuda a comprender que las estrategias de afrontamiento influyen de forma significativa en el bienestar, puesto que permite afrontar la pandemia con recursos que ayudarán a reducir la aparición de trastornos que afecten la salud mental.

Finalmente, la investigación de Bello et al. (2022), titulada "*Estrategias de afrontamiento: efectos en el bienestar psicológico de universitarios durante la pandemia del COVID-19*", tuvo como objetivo conocer la influencia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico de los jóvenes. Los resultados fueron que las estrategias positivas que influyeron en el bienestar psicológico son la aceptación, crecimiento personal, y búsqueda de apoyo social, mientras que las estrategias negativas fueron consumo de alcohol y drogas, negación y frenar el proceso de afrontamiento.

Estos resultados permiten conocer cuáles son las estrategias que influyen de forma positiva en el bienestar, ya que el aceptar la realidad como situación estresante, permitirá que el joven pueda considerar el contexto como una forma de crecimiento personal, que a su vez promueva la satisfacción con la vida, aspecto

que permite la continuidad con su proyecto de vida. Asimismo, las redes de apoyo ayudan a contrarrestar la aparición de conductas de riesgo. Por lo tanto, son las estrategias de afrontamiento factores de protección frente a la pandemia.

2.3.2.2 Factores de riesgo

Los factores de riesgo o vulnerabilidad son características de la persona o comunidad que incrementan la probabilidad de daño a nivel físico y mental de la persona.

Con respecto a los factores de riesgo o vulnerabilidad del bienestar psicológico dentro del contexto de la pandemia por COVID-19, Daza et al. (2022), en su investigación titulada *“Factores psicosociales que inciden en el bienestar psicológico en el marco de la pandemia, por COVID 19 en estudiantes del programa de psicología Universidad Cooperativa -Villavicencio Colombia”*, su objetivo fue identificar los factores psicosociales que inciden en el bienestar psicológico en el marco de pandemia por COVID-19.

Se llegó a la conclusión que medidas como el aislamiento producto de la pandemia, generó en los jóvenes estudiantes vulnerabilidad emocional y estrés. Esto debido a que el cambio en el estilo de vida durante el periodo de aislamiento obligatorio produjo escenarios de estrés abruptos por la forma en la que se estaban desarrollando los espacios de interacción social, laboral y educativa, siendo esta problemática considerada como un factor de riesgo para el bienestar psicológico, ya que ocasionó problemas en la regulación emocional de los jóvenes.

Con respecto a los factores identificados, en primer lugar, el aislamiento obligatorio al ser una situación nueva influye de forma negativa en el bienestar psicológico de los jóvenes, ya que ha cambiado los estilos de vida de los jóvenes,

alterando sus hábitos y rutinas, produciendo cambios no esperados que han aumentado los niveles de estrés de la población de jóvenes.

Asimismo, en segundo lugar, el factor educativo-laboral, se relaciona con la satisfacción personal, aspecto de suma importancia para el bienestar psicológico, por lo tanto, la pandemia ha puesto en relevancia diferentes barreras educativas y laborales, como las desigualdades a nivel económico, social y la inaccesibilidad existente en Latinoamérica, que influyeron en la aparición de problemas de rendimiento e insatisfacción personal, provocando en los jóvenes sentimientos de frustración y problemas de regulación emocional que han deteriorado la relación con la pareja o familiares, haciendo aún más vulnerables a los jóvenes. Esto debido a que no contaban con los medios o estrategias personales para afrontar esta difícil situación.

Por ende, las diferencias en el ámbito económico y social se identifican como factores de riesgo con respecto al bienestar psicológico.

De igual forma, en la investigación de Posada et al. (2021), titulada *“Cambios en las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios durante la pandemia”*, tuvo como objetivo identificar los cambios en las relaciones de amistad, pareja, familiares y laborales de los jóvenes. Obteniendo como resultado que la amistad fue la relación interpersonal que más cambios sufrió producto de la pandemia. Esto debido a las acciones tomadas por los gobiernos latinos para mitigar los contagios, como el cierre de centros educativos, laborales y lugares públicos, lo cual disminuyó los encuentros entre pares, dificultando su comunicación.

Si bien las redes sociales ayudaron en la continuidad de la comunicación, la interacción a través de una pantalla no es igual a la presencial, ya que el contacto físico es fundamental para fortalecer las relaciones sociales.

Por lo anterior, la interacción social es un aspecto importante para los jóvenes, ya que el sentido de pertenencia es una de las principales motivaciones, debido a que es considerada como una de las principales características durante esta etapa, lo cual permite mantener un adecuado nivel de bienestar psicológico. Por lo tanto, la pandemia cambió la forma de saludar reduciendo en su totalidad el contacto físico y optando por realizar gestos con la mano, reverencias o inclinaciones con la cabeza.

En base a ello, la limitación en el contacto social se considera como factor de riesgo, debido a que generó en los jóvenes sentimientos de resignación, soledad, frustración e inclusive problemas de ansiedad producto de las restricciones que limitan el sentido de independencia.

Asimismo, la necesidad de una mayor libertad en sus acciones, motivó al rechazo de las restricciones impuestas por los gobiernos respecto a las conductas de autocuidado, lo cual los expone a riesgos innecesarios. Por lo mencionado, todos estos cambios alteraron el bienestar psicológico.

El estudio realizado por HE et al. (2022), titulado “*Bienestar psicológico de estudiantes universitarios durante la pandemia por SARS COVID 19*”, tuvo como objetivo identificar los factores que inciden sobre el bienestar percibido de los jóvenes, con la finalidad de establecer estrategias que ayuden a incrementar el bienestar psicológico. Los resultados mostraron que el 89.2% de los participantes presentan niveles altos de bienestar psicológico, sin embargo, el crecimiento

personal y el dominio del entorno influyen de forma negativa en la percepción de bienestar psicológico.

Respecto al crecimiento personal, este se encuentra relacionado con el desarrollo de potencialidades, capacidades y habilidades, que permitirán a la persona continuar a pesar de la situación compleja, sin embargo, la limitación en este es considerado como factor de riesgo.

Esto debido a que durante la pandemia gran parte de los jóvenes se han sentido atascados, con baja motivación, aburridos e incapaces de aprender o desarrollar nuevas habilidades o comportamientos afectando su bienestar psicológico.

Si bien el dominio del entorno, es un factor asociado al manejo de oportunidades presentes en el ambiente que ayudan a satisfacer las propias necesidades, la pandemia al ser una situación nueva ha limitado la capacidad de los jóvenes para mejorar o cambiar su entorno, generando sentimientos de frustración frente a la incapacidad de no poder realizar alguna acción para modificar su contexto, estas situaciones afectaron la percepción de los jóvenes, influyendo de forma negativa en el bienestar psicológico.

Esto aporta a poder conocer que los jóvenes al encontrarse en el proceso de obtener nuevas metas o logros personales, la aparición de una situación adversa como la pandemia generó la necesidad de desarrollar habilidades emocionales, sociales, estrategias de afrontamiento y la capacidad de ajuste al entorno o flexibilidad, ya que estas permitirán sobrellevar esta difícil situación.

Sin embargo, la presencia de factores de riesgo como los problemas de adaptación, el no contar con redes de apoyo y una inadecuada gestión emocional

disminuirá la sensación de bienestar, alterando a la vez el propósito de vida que a largo plazo generará problemas relacionados con la insatisfacción personal y en algunos casos el desarrollo de patrones clínicos que afecten la continuidad de su proyecto de vida.

Frente a ello es importante identificar las estrategias que puedan ayudar a elevar los niveles de bienestar psicológico, como el contar con soporte familiar, recursos económicos, ambiente educativo/laboral favorable y acceso a sistemas de salud.

La investigación de Delgado et al. (2021), titulada *“El rol moderador de la procrastinación sobre la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de pregrado”*, se planteó como objetivo analizar la relación entre estrés académico y bienestar psicológico y el rol que ejerce la procrastinación. Se obtuvo como resultado que la procrastinación y el estrés académico son predictores relevantes para el bienestar psicológico.

Esto debido a que durante la pandemia gran cantidad de jóvenes aún se encontraban inmersos en el sistema educativo, por lo que cambios en el método de enseñanza, incrementaron la procrastinación, que significa el aplazamiento de tareas y responsabilidades.

Esta problemática aumentó los niveles de estrés en los jóvenes, produciendo problemas de ansiedad, frustración, sentimientos de culpabilidad y depresión, es decir altera tanto la salud mental como física e incrementa los problemas emocionales, impactando de forma negativa en la satisfacción con la vida, componente principal del bienestar psicológico.

Esto ayuda a comprender que la procrastinación se asocia al cambio de modalidad educativa de presencial a virtual, lo cual ha generado un bajo rendimiento, siendo un factor de riesgo para el bienestar psicológico, puesto que altera el sentido de eficacia y autoconcepto de los jóvenes.

En base a ello se produce una reacción como es el estrés académico, que implica la alteración del funcionamiento psicológico óptimo, por lo tanto, los jóvenes que presentan altos niveles de estrés tienen una menor calidad de vida, así también como un bienestar psicológico deteriorado, ya que se definen como personas incapaces de resolver problemas relacionados con su vida académica.

De igual manera, la investigación realizada por Yataco (2019), titulada *“Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de ingeniería de sistemas de una universidad privada de lima sur”*, se planteó como objetivo determinar la relación entre bienestar psicológico y estrés académico.

Obteniendo como resultado que existe relación significativa negativa entre ambas variables. Por lo tanto, se considera al estrés académico como un factor de riesgo, puesto que a nivel físico produce problemas como insomnio, tensión muscular, cefaleas entre otros, igualmente a nivel emocional genera sentimientos de ineficacia, impulsividad, culpabilidad, visión negativa de sí mismo, excesiva desconfianza y auto competencia negativa.

En base a ello, la presencia de estrés académico en los jóvenes es considerado como un predictor de deserción educativa, ya que primero se inicia con la procrastinación, aplazando la realización de las actividades académicas, para luego evitar la exposición a situaciones altamente estresantes con la finalidad de

dejar de asistir a clases, este panorama aumentó durante la pandemia, disminuyendo la percepción de bienestar psicológico en los jóvenes latinoamericanos.

Este resultado permite entender que, ante la falta de habilidades de manejo y solución de problemas en los jóvenes, se incrementarán los sentimientos de frustración debido a la percepción de ineficacia para la resolución de problemas cotidianos, sociales y económicos, deteriorando la calidad de vida y satisfacción personal, los cuales son aspectos importantes para mantener un adecuado nivel de bienestar psicológico.

Schoeps (2022), en su investigación titulada *“Efectos sociales y psicológicos de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de adolescentes y adultos jóvenes: un estudio de mediación transcultural”*, se planteó como objetivo examinar los efectos sociopsicológicos de la pandemia en la salud mental y bienestar de adolescentes y jóvenes Iberoamericanos. Se obtuvo como resultado que existen diferencias culturales respecto a preocupación, satisfacción con la vida y síntomas emocionales, asimismo la condición física y mental influye en el bienestar psicológico.

Es decir, el impacto de la pandemia afectó de forma diferente a los jóvenes, puesto que se considera a los roles asociados con el género como un factor de riesgo. Siendo las mujeres las más afectadas, debido a la sobrecarga laboral en casa, así también por el cuidado de familiares infectados, puesto que recae mayor responsabilidad en este grupo. Esta situación generó mayor preocupación, así también como problemas emocionales e insatisfacción con la vida, a diferencia de los hombres.

De igual manera, se considera que el aislamiento social, la exposición constante a información sobre la pandemia, el tamaño del hogar, ya que muchas familias se hacían en espacios pequeños, lo cual incrementó las probabilidades de infección, igualmente, el trabajo fuera de casa, las brechas económicas, digitales, la inestabilidad laboral, académica y la presencia de un familiar infectado son factores de riesgo que exacerbaron el impacto en el bienestar psicológico de los jóvenes.

Esta información permite conocer las condiciones o situaciones que promueven la vulnerabilidad en los jóvenes, puesto que son factores que influyen de forma significativa en la presencia de cualquier trastorno de salud mental, por lo tanto, el conocimiento de estos factores permitirá implementar estrategias que permitan contrarrestar el impacto en el bienestar psicológico.

De igual manera, la investigación presentada por Arias (2020), respalda lo hallado por Schoeps (2022), ya que se identificó que las mujeres presentan más deterioro en el bienestar psicológico, esto debido a las situaciones de abuso o violencia sufridos en sus hogares, así también como el incremento en las labores del hogar, el cuidado de un familiar enfermo, la precariedad laboral y la mayor exposición a servicios de salud.

También se considera que la muerte de un familiar, la condición física, la inestabilidad laboral y la estructura laboral son factores que impactan de forma negativa en el bienestar psicológico de los jóvenes, ya que se presentan sentimientos de desesperanza, minusvalía, incapacidad, insatisfacción con la vida y alteración en su sentido de logro.

Finalmente, la investigación de Luque y Cazorla (2021), considera a la dinámica familiar disfuncional como un factor de riesgo, esto debido a que el

aislamiento generó situaciones de violencia y abusos, afectando el bienestar psicológico de los jóvenes.

Asimismo, es de suma importancia el análisis de la dinámica familiar, identificando aquellas donde existen patrones inadecuados que generan malestar en los jóvenes, ya que, si bien el núcleo familiar es una principal fuente de apoyo y soporte, la presencia de patrones terminará afectando la calidad de vida del joven, aumentando su estrés y por ende disminuyendo el bienestar psicológico.

En este apartado se mostraron los resultados sobre los principales factores de protección y riesgo que se encuentran relacionados al bienestar psicológico. Si bien los jóvenes son un grupo vulnerable por características propias de la etapa, existen diversos factores de protección que ayudan al joven a sobrellevar la situación adversa como la pandemia y las medidas que trajo consigo, ayudando a un rápido proceso de adaptación sin alterar de forma significativa los niveles de bienestar psicológico.

Por ejemplo, los factores sociodemográficos, educativos, económicos, relacionales y las diferentes estrategias de afrontamiento, son los que ayudan a reducir la aparición de trastornos como ansiedad, estrés, depresión, esquizofrenia entre otros que afectan la calidad de vida de los jóvenes.

Así como los factores de protección ayudan a mantener un adecuado nivel de bienestar, existen aspectos o situaciones que predisponen al joven a presentar problemas relacionados con su bienestar psicológico, estos son denominados los factores de riesgo.

Tales como las diferencias en el ámbito económico, social y educativo que implican aspectos como la desigualdad de acceso, asimismo, los cambios en el

estilo de vida, como el aislamiento, las limitaciones en el contacto social, factores como la procrastinación, el estrés académico, limitación en el crecimiento personal, la falta de dominio del entorno y el género que se encuentra asociado a los roles que se le asignan a cada persona, son los que influyen de forma negativa en la prevalencia de problemas de ansiedad, estrés y depresión, situaciones que afectan el bienestar psicológico de los jóvenes.

Si bien existen estudios que discrepan en los resultados, ambos llegan a la conclusión de que es un aspecto que vuelve aún más vulnerables a los jóvenes. Por lo mencionado, la presencia de los factores de riesgo altera el bienestar psicológico.

2.3.3 Respuesta de los países Latinoamericanos ante la crisis de salud mental

Se encontraron cuatro estudios que explican y analizan la respuesta de los países latinoamericanos frente a las demandas de salud mental, se detallan los problemas presentados por la inestabilidad económica, política y social del contexto latinoamericano.

En la investigación de Palomera et. al (2021), los países que conforman la región Latinoamericana presentaron problemas para afrontar las consecuencias negativas en salud mental producto de la pandemia, esto debido a la falta de recursos para implementar estrategias necesarias, asimismo la falta de inversión en salud mental generó el desarrollo de trastornos que afectó a la población latina durante el contexto de la pandemia.

La falta de preparación de programas preventivos promocionales en beneficio de este sector y el difícil acceso a una atención de calidad en salud incrementaron los niveles de afectación.

En su mayoría los países utilizaron la atención digital o la ahora denominada “tele consulta”. Esta estrategia asumió un papel importante durante el periodo de confinamiento, ya permitió reducir el impacto de la pandemia sobre el bienestar psicológico, puesto que a través de “Fono ayuda” y “Telepsicología”, se brindó acompañamiento y soporte emocional, así también como terapia para manejar las diferentes problemáticas que afectan el bienestar de la población, ayudando así a afrontar el contexto con mejores herramientas que permitan mantener un adecuado nivel de bienestar psicológico.

Si bien estas estrategias fueron de gran utilidad durante el proceso de pandemia, también presentaron problemas de saturación, esto debido a la alta demanda de atención.

A través de los resultados de la investigación mencionada, se puede apreciar que los países de Latinoamérica no se encontraban preparados para hacer frente a las demandas de su población, especialmente en una situación crítica como lo fue la pandemia por COVID 19 en donde no solo se vio afectada la salud física, sino que la salud mental de la población se vio gravemente deteriorada

Sumado a ello, la inestabilidad política presente en varios países promovió el incremento de contagios debido a la falta de políticas en beneficio de la población. Esta situación de crisis incrementó la aparición de trastornos mentales como ansiedad, depresión, esquizofrenia e inclusive aumentó el riesgo de aparición de otras comorbilidades. Igualmente, esta situación de inestabilidad afectó la calidad de vida de los jóvenes en especial el bienestar psicológico, ya que está relacionada a la satisfacción con la vida.

De igual manera, el estudio realizado por Tena y Gaitán (2021), titulado *“Impacto del COVID-19 en México: Un análisis de las respuestas ante la pandemia”*. Se tuvo como objetivo analizar las respuestas del gobierno mexicano ante las demandas en salud mental. El resultado fue que existe la necesidad de implementar intervenciones psicológicas para reducir los efectos de la pandemia en la población.

Es decir, México al igual que el resto de países que conforman Latinoamérica, enfrentó la pandemia con un débil sistema de atención primaria en salud mental, por ende, la respuesta que se dio fue ineficiente.

Dicha problemática en salud mental puede relacionarse con problemas en el sector económico, puesto que el manejo inadecuado del presupuesto asignado para este servicio implica una baja calidad de atención en salud mental. De igual forma, la ausencia de una estrategia integrada agravó las condiciones de atención para reducir los efectos de la pandemia en el bienestar de la población.

Si bien la modalidad de respuesta fue ineficiente, el gobierno buscó la manera de implementar recursos necesarios para ayudar a las personas durante el proceso de cuarentena, la estrategia utilizada fue la “tele consulta o telemedicina”, la cual registró una alta demanda durante el periodo de prueba, demostrando de esta manera la importancia de los servicios psicológicos. La forma de atención fue a través de la tecnología, brindando soporte emocional y terapia, mediante llamadas, videollamadas, y chats.

Por lo expuesto, los resultados de la investigación ayudan a comprender de que si bien al inicio el estado no brindó una respuesta óptima, luego promovió el desarrollo de mecanismos que permitan a la población atenderse en servicios de

salud mental, siendo los jóvenes los más beneficiados, puesto que la atención a través de medios virtuales de comunicación e interacción social, permitió obtener apoyo referente a algún padecimiento emocional y mantener un adecuado nivel de bienestar psicológico. Esta realidad se puede observar en los diferentes países que componen Latinoamérica.

En la misma línea, la investigación de Enríquez (2022), titulada *“Telepsicología en tiempos de crisis sanitaria por confinamiento de COVID-19 en Latinoamérica”*, tuvo como objetivo analizar las características de la telepsicología en cuatro países Latinoamericanos. Se obtuvo como resultado que la telepsicología fue la principal estrategia utilizada por los gobiernos latinoamericanos para reducir el impacto de la pandemia en el bienestar de las personas.

Las diferentes restricciones establecidas por los países Latinoamericanos para contrarrestar el impacto de la pandemia, motivó a la utilización de recursos tecnológicos que permitan continuar con el abordaje en salud mental y cumplir con las necesidades de la población. En base a ello se optó por utilizar las TIC 's como herramientas para la teleasistencia en salud mental, como son la “Telepsiquiatría” y “Telepsicología” estrategias que permiten el seguimiento y tratamiento de la población.

Por lo tanto, esta intervención por medio de la tecnología no es una práctica nueva, no obstante para el contexto Latinoamericano es una medida que se ha vuelto más visible debido a la crisis, asimismo fue una respuesta que ayudó a manejar la ansiedad frente al temor por el contagio, reducir los episodios de estrés agudo y fomentar el autocuidado, a través de la intervención psicológica que se dio por

medio de aplicativos, línea telefónica y plataformas interactivas, que permitió al usuario sentirse acompañado durante el difícil periodo de confinamiento.

Estos resultados permiten comprender cómo este tipo de intervención denominado “telepsicología”, rompe diferentes barreras como la geográfica, ya que la oportunidad de acceso a un sistema de salud mental de calidad fue igual para todos independientemente de la ubicación; así también como barreras actitudinales, puesto que aún existe el estigma de acudir a un psicólogo, por ende al utilizar la telepsicología se evita los sentimientos de vergüenza, ya que brinda mayor seguridad y privacidad, es por ello que esta estrategia utilizada por los gobiernos permitió a la población mantener una adecuada salud mental.

Asimismo, esta estrategia de atención favoreció a los jóvenes, ya que para este grupo la tecnología es una de las principales herramientas de comunicación, por ende, la atención virtual permitió un mayor acercamiento y acompañamiento durante el periodo de pandemia, lo cual ayudó a mantener un adecuado nivel de bienestar psicológico, lo cual influye de forma positiva en su salud mental.

Finalmente, la investigación realizada por Antiporta y Bruni (2020), titulada *“Emerging mental health challenges, strategies, and opportunities in the context of the COVID-19 pandemic: Perspectives from South American decision-makers”*, tuvo como objetivo identificar los problemas de salud mental, estrategias y oportunidades para reformar los sistemas de salud durante la pandemia. Los resultados fueron que la implementación de intervenciones virtuales orientadas al desarrollo de capacidades y mecanismos en las personas ayudan a reducir los daños ocasionados por la pandemia.

El confinamiento generó problemas en la reorganización de los sistemas de salud mental, puesto que se tuvo la necesidad de implementar nuevas estrategias que permitan continuar con los tratamientos e intervenciones, ante esta situación la respuesta de los gobiernos fue utilizar recursos tecnológicos para la realización de consultas psicológicas que permitan a las personas desarrollar herramientas para afrontar la crisis originada por la pandemia.

Los resultados ayudan a entender cómo las medidas adoptadas por los gobiernos para reducir el daño en la salud mental, fueron de gran utilidad, ya que permitieron reducir la aparición o desarrollo de trastornos psicológicos y ayudaron a detectar o evitar casos de violencia intrafamiliar.

Por ejemplo, se utilizaron los medios de comunicación para promover campañas virtuales sobre síntomas del COVID-19, depresión, ansiedad, estrés entre otras patologías.

Asimismo, otra de las estrategias utilizadas fue la psicoeducación mediante las redes sociales, en las cuales se mostraban definiciones, ejemplos y herramientas que podrían utilizar las personas para reducir el impacto del confinamiento.

También se implementaron líneas telefónicas, chats para brindar soporte y apoyo emocional durante esta difícil situación, a partir de ello surge la necesidad de una reforma en los servicios de salud mental, ya que es importante priorizar esta área, es decir incrementar las inversiones para tener mayores recursos y poder afrontar la pandemia sin afectar significativamente la salud mental.

Por último, en este apartado se mencionaron diferentes resultados encontrados sobre la forma de respuesta de los gobiernos Latinoamericanos ante un aspecto importante como es la salud mental.

Se llega a la conclusión que en su mayoría los países que componen esta región, tuvieron una respuesta ineficiente hacia el sistema de salud mental, sin embargo, esta se encuentra condicionada a factores gubernamentales, políticos y económicos.

Esto debido a que la pandemia llegó a Latinoamérica en un contexto difícil por los constantes estallidos sociales que generaron inestabilidad en los países, asimismo las dificultades en los sistemas de salud como la precariedad institucional, la baja calidad de atención y la falta de equidad, ya que la población rural presenta alta demanda, sin embargo, fue la menos atendida, estas problemáticas impactaron de forma negativa en el bienestar psicológico.

A pesar de los problemas internos de cada país, en su mayoría utilizaron como estrategias a la “Telepsicología” y “Telepsiquiatría” para brindar atención en salud mental y continuar el seguimiento del tratamiento.

Esta medida fue tomada por la mayoría de países, sin embargo, lo que diferencia la atención entre cada uno, es el respaldo que reciben en algunos países, puesto que esta modalidad de atención no es novedosa a diferencia de otros países Latinoamericanos, que decidieron utilizar esta estrategia, por el hecho de que el resto de países lo hacían, sin considerar aspectos importantes de esta forma de atención.

No obstante, la telepsicología en general presenta como característica principal que rompe barreras geográficas y actitudinales, permitiendo que toda la población tenga un acceso más rápido y fácil a servicios de salud mental.

2.3.4 Programas en relación al bienestar psicológico

Si bien la literatura es limitada, en este apartado se muestran los programas relacionados al bienestar psicológico, sus beneficios y las contribuciones en la vida de los jóvenes dentro del contexto de Latinoamérica. Por lo tanto, es importante la existencia de programas en función al contexto actual de pandemia, ya que el bienestar psicológico es un factor clave para que el joven pueda adaptarse a los cambios, así también como continuar con sus actividades diarias sin afectar su bienestar psicológico. En base a ello, se encontraron dos estudios que muestran la intervención en el ámbito de bienestar psicológico en los jóvenes.

La investigación realizada por Cabrera et al. (2019), titulada *“Influencia del programa “Florece” en el bienestar psicológico de jóvenes universitarios”*, tuvo como objetivo analizar la influencia de un programa en base a la psicología positiva en el bienestar psicológico de los jóvenes. Los resultados demuestran que el programa incrementó los niveles de bienestar psicológico en esta población.

La utilización de la teoría de florecimiento que se basa en el óptimo funcionamiento humano y el desarrollo de temáticas como autoaceptación, estilos de pensamiento, crecimiento personal, dominio del entorno, autonomía, como desarrollar relaciones positivas y sentido de logro, ayudaron a elevar el nivel de bienestar psicológico, es decir que a través de estrategias o herramientas se promueve el desarrollo de una adecuada salud mental y evita el desarrollo de trastornos psicológicos

Estos resultados permiten conocer la influencia de programas positivistas sobre el bienestar psicológico e inclusive podrían ser considerados como factores de protección, ya que permite continuar con el proyecto de vida personal, esto

debido a las estrategias que se utilizan como son el establecimiento de metas, que ayudan al joven a identificar su sentido de vida, el cual es un aspecto de suma importancia para el bienestar psicológico.

Si bien este estudio se dio en un contexto pre pandemia, es de suma importancia la implementación de programas que busquen fortalecer el bienestar psicológico, ya que ayudarán a disminuir los efectos de la pandemia en la calidad de vida de los jóvenes.

De igual manera, la investigación realizada por Silvera et al. (2020), titulada *“Programas, estrategias y protocolos de bienestar psicológico implementados en jóvenes universitarios”*, esta revisión tuvo como objetivo realizar una revisión sistemática de los programas que tuvieron mayor influencia en el bienestar psicológico de los jóvenes. Los resultados son que la mayoría de programas están orientados a adolescentes, madres y adultos mayores, no obstante, son escasos los programas para jóvenes.

Por lo tanto, existe la necesidad de crear programas promocionales respecto a bienestar psicológico en beneficio de los jóvenes, puesto que son considerados como población vulnerable, debido a los propios desafíos de su etapa y sumado a ellos los cambios ocasionados por la pandemia, que en su mayoría son negativos, generando malestar y problemas que alteran el bienestar psicológico.

Asimismo, estos resultados ayudan a conocer la realidad de nuestra sociedad Latinoamericana, ya que, a pesar de los problemas presentados en los jóvenes durante este periodo de confinamiento, no existen programas virtuales en beneficio de la salud mental, sobre todo que influyan de forma positiva en el bienestar psicológico.

Ante ello surge la necesidad de implementar mecanismos o estrategias para el desarrollo de intervenciones psicológicas para evitar el desarrollo de patologías clínicas.

Finalmente, en este apartado se muestran investigaciones relacionadas al desarrollo de programas, llegando a la conclusión de que es importante el desarrollo de intervenciones en beneficio de los jóvenes, ya que son una de las poblaciones con mayor grado de afectación por la pandemia.

Sin embargo, a pesar de ser considerados como un grupo vulnerable, son escasas las intervenciones respecto a esta temática en comparación con otros grupos etarios.

Si bien, se encontró un programa con influencia positivista, a nivel Latinoamericano la creación de programas preventivo promocionales es casi nula, esta situación podría generar un mayor impacto de la pandemia en la salud mental, puesto que la falta de apoyo durante este periodo de adaptación podría desencadenar el desarrollo de trastornos que afecten aún más su bienestar psicológico.

2.4 Reflexiones teóricas sobre el tema

En el siguiente apartado se procedió al análisis de la información presentada en las investigaciones seleccionadas.

Un primer aspecto identificado fue el impacto que la pandemia por COVID-19 tuvo en el bienestar psicológico de los jóvenes latinoamericanos. Esto se debe a que la pandemia fue un evento desestabilizador cuyos efectos fueron notorios en diversas áreas de la vida como la social, laboral, educativa entre otras.

El impacto negativo en el bienestar psicológico se ve reflejado en el creciente número de casos de trastornos mentales reportados mundialmente, en donde la población de jóvenes fue una de las más impactadas.

Es importante recordar que la población de jóvenes presenta una serie de características como la constante búsqueda de autonomía, el desarrollo de autoconfianza, autoconcepto, la formación de vínculos interpersonales (amigos, pareja) y el cumplimiento de metas (carrera y familia).

Estos aspectos influyen en el bienestar psicológico, el cual se define como como el crecimiento personal y el desarrollo de capacidades que permiten el equilibrio y un adecuado funcionamiento, Ryff (1989, citado en Bahamón, Alarcón, Cudris, Trejos y Campo, 2019).

Se sabe que el bienestar psicológico es clave para una adecuada calidad de vida, ya que al verse afectado trae consigo consecuencias como problemas en el crecimiento personal, daña la autoconfianza, deteriora la autoaceptación, incrementa los sentimientos de inseguridad o incapacidad para cambiar la situación estresante, así también como la inflexibilidad para poder aceptar la pandemia, sumado a ello la aparición de trastornos que afectan la salud mental.

La pandemia, al ser un evento estresor inesperado, desestabilizó la cotidianidad de las personas, impactando de manera negativa en el bienestar psicológico.

Como es conocido, dentro de la etapa de la juventud, la interacción social es un aspecto clave ya que el sentido de pertenencia permitió contrarrestar sentimientos o emociones negativas, asimismo promueve el desarrollo de competencias socioemocionales como el autoconocimiento, adaptabilidad, empatía

y gestión de conflictos, que ayudaron a los jóvenes a fortalecer su bienestar psicológico (Herrera, 2022).

Por lo tanto, al verse limitada afectó el bienestar psicológico de los jóvenes, lo cual se vio reflejado en el aumento de trastornos de salud mental como ansiedad, depresión y en casos más graves esquizofrenia, puesto que alrededor del 36% de este grupo se vio afectado por la pandemia (OPS, 2020).

A pesar de que el objetivo de dichas medidas era salvaguardar la salud física de las personas, estas tuvieron un fuerte impacto en la salud mental de las poblaciones alrededor del mundo.

Como mencionó Arias (2020), el impacto en el bienestar psicológico no se reduce solo a la misma enfermedad sino las medidas adoptadas también tuvieron un impacto significativo. Si bien es cierto, medidas como el distanciamiento físico, el confinamiento, el aislamiento social, el uso de protectores faciales, cambios en la forma de saludo, el cierre de centros educativos, laborales y de entretenimiento, buscaron ayudar a proteger la salud física de las personas, su efecto en la salud mental de las personas fue otro, impactando en el bienestar psicológico.

Este postulado se confirma con el estudio de Guzmán et al. (2021), en el cual evidencia el impacto negativo en el bienestar psicológico y por ende en la calidad de vida de los jóvenes reflejado en el incremento de trastornos como estrés, ansiedad, depresión, así como casos de inadecuado manejo emocional.

Estos cambios junto con los desafíos propios de la etapa, afectaron la percepción del bienestar psicológico en aproximadamente el 88.3% de la muestra de jóvenes. Asimismo, Palomera et al. (2021) apoyan la afirmación basándose en

sus resultados, donde demuestran que el 49% de la muestra presentó depresión, el 48% ansiedad y el 60.2% estrés.

Estas cifras son el resultado de las medidas impuestas por la mayoría de gobiernos, así también como el débil sistema de salud, puesto que no se consideró la magnitud de daño que causaría estas restricciones en la salud mental de las personas, con mayor énfasis en el bienestar psicológico.

Así como las medidas sanitarias impactaron en la salud mental de los jóvenes, Becerra y Ruiz (2020), aseveran que la inestabilidad económica, laboral, la exclusión social y la amenaza constante de infección o contagio por COVID-19 generaron problemas con la satisfacción con la vida, bajo crecimiento personal y pérdida del sentido de vida, los cuales son aspectos importantes para el bienestar psicológico. De la misma manera, Úrias et al. (2021) confirman que la presencia de síntomas o diagnóstico positivo ha alterado la percepción de bienestar psicológico, generando malestar en los jóvenes, e inclusive el desarrollo de trastornos.

En el mismo sentido, Castañeda (2020) sustenta y amplía la información brindada por Arias (2020) y Becerra y Ruiz (2020), al referirse sobre los aspectos relacionados al impacto en el bienestar psicológico; este autor menciona que Latinoamérica es considerada como la región con mayor impacto producto de la pandemia, esto debido a las diferentes crisis a nivel político, gubernamental y social, ya que todo ello influyó en la calidad de respuesta.

Esto debido a que la paralización y el cambio en las actividades laborales y educativas, sumado a ello los estallidos sociales produjo en los jóvenes insatisfacción con la vida, frustración ante el cambio de planes o metas; además, la

falta de estrategias de afrontamiento como la adaptabilidad o flexibilidad generaron un mayor daño en el bienestar psicológico.

Por su parte, autores como Castellanos et al. (2020) y Mac-Ginty et al. (2021), consideran que factores sociodemográficos como el sexo, estado civil y el estrato económico influyen en el bienestar psicológico. Esto se evidencia en los resultados obtenidos, los cuales confirman que el 75% de los jóvenes que son solteros y de un estrato económico alto presentaron niveles más elevados de bienestar psicológico.

Esto quiere decir que, si bien la inestabilidad económica, laboral, educativa y social afectó a toda la población, las diferencias sociodemográficas permitieron que algunos jóvenes cuenten con mayores recursos para afrontar la situación de pandemia, por ende, su bienestar psicológico no se vería alterado de forma significativa. Por el contrario, los jóvenes con menores ingresos (desempleo) y la presencia de mayores responsabilidades (estar casado o tener hijos), se asocian con menores niveles de bienestar psicológico.

Respecto al factor sociodemográfico sexo, ambos autores discrepan en los resultados encontrados en sus estudios, ya que para Castellanos et al. (2020) los niveles más altos de bienestar psicológico se asociaron al sexo femenino (81.7%). Esto debido a que contaban con mayor sentido de dirección a pesar de la incertidumbre, lo cual les permitió mantener su propósito de vida, crecimiento personal y sus relaciones positivas, influyendo de forma positiva en la percepción de bienestar psicológico.

Por el contrario, Mac-Ginty et al. (2021) afirma en su estudio que la pandemia afectó más a las mujeres, ya que se evidenció que el 54.9% presentó

trastornos que afectan su estado de ánimo como lo son la ansiedad y depresión. Ello debido a que se reportó una mayor cantidad de experiencias negativas, como situaciones de abuso, sobrecarga doméstica - laboral y problemas en las relaciones familiares o sociales, en comparación con los hombres.

A partir de lo mencionado, se ha dejado en evidencia cómo diferentes aspectos relacionados a la pandemia impactaron en el bienestar psicológico de los jóvenes y como esto se manifestó en la calidad de vida.

Otro aspecto que resalta dentro de las investigaciones se refiere a los factores de riesgo y de protección que influyen en el bienestar psicológico de los jóvenes en el contexto de la pandemia por COVID 19.

Iniciando con el análisis de los factores de protección, los cuales permiten mantener en niveles adecuados el bienestar psicológico, los autores Narváez et al. (2021) identifican a la familia como la principal red de apoyo y soporte, debido a que ayudó a mitigar la crisis originada por la COVID-19.

Dentro del contexto de Latinoamérica, es conocido que la familia cumple un rol fundamental en la vida de las personas. Para los jóvenes, la familia es una de las principales redes de apoyo, así como lo mencionan García y Ramos (2022).

Por ende, es importante recalcar que, durante la pandemia, una estructura familiar adecuada permitió disminuir el grado de afectación de la pandemia en el bienestar psicológico, ya que ayudó a los jóvenes a adaptarse a las nuevas dificultades presentadas.

Ante ello, Luque y Cazorla (2021) identifican al funcionamiento familiar como uno de los factores más importantes que protege el bienestar psicológico de los jóvenes.

Ambos autores complementan lo mencionado por Narváez et al. (2021), García y Ramos (2022), atribuyendo que una familia bien constituida protege el bienestar psicológico de los jóvenes. Además, consideran que la presencia de aspectos como la cohesión, la cual es definida como la cercanía y la adecuada interacción entre los miembros, así también como la adaptabilidad que es la flexibilidad en la estructura familiar, se relacionan de forma significativa con el bienestar psicológico.

Este postulado se confirma con los resultados de su estudio, puesto que los jóvenes que pertenecieron a una familia conectada (52.3%) y flexible (43%), presentaron menos impacto en su bienestar psicológico, ya que el soporte familiar permitió reducir el impacto de la pandemia y continuar con su rutina.

Sin embargo, es importante mencionar que el funcionamiento familiar puede comportarse también como un factor de riesgo, debido a que la presencia de ciertas disfuncionalidades en el ambiente familiar, generan mayor estrés, sentimientos de frustración, ira y desajuste emocional, vulnerando aún más el bienestar psicológico de los jóvenes.

Este postulado se confirma con lo mencionado por Luque y Cazorla (2021), los cuales indicaron que problemas en la dinámica familiar como mala conducta por parte de alguno de los miembros, conflictos constantes, situaciones de violencia física, verbal, psicológica e inclusive abusos sexuales, dañan el bienestar psicológico de los jóvenes. Esto debido a que en este tipo de familias la carencia de vínculos afectivos y el incumplimiento de las necesidades básicas, termina afectando la salud mental de los jóvenes.

Esto concuerda con las cifras encontradas que muestran un incremento en los casos de violencia en un 47% (CEPAL, 2020), producto de que el 21% de jóvenes tuvo que regresar al hogar parental (OIT, 2020).

Por lo tanto, un ambiente familiar inestable, genera en los jóvenes una serie de reacciones desfavorables que intensifican de por sí el malestar que ya se experimentaba producto de la pandemia y sus restricciones.

Frente a este panorama, se puede identificar que uno de los principales factores protectores puede a su vez convertirse en un factor de riesgo, agregando mayor estrés en los jóvenes y de esta manera su nivel de bienestar psicológico disminuye, teniendo una visión negativa con respecto a la vida.

Por lo mencionado anteriormente, es importante investigar cómo se debe de presentar la funcionalidad familiar para que cumpla con la función de generar condiciones para que el bienestar psicológico se mantenga en niveles adecuados. Si bien, la familia es un soporte básico para las personas, se observan aspectos de esta que pueden ser mejorados para evitar que se convierta en un factor que desencadena situaciones de malestar.

Otro factor protector identificado en la literatura son las competencias socioemocionales, definidas como conductas sociales que en este caso ayudan al joven a sobrellevar diferentes situaciones adversas. Por lo tanto, este tipo de competencias permite hacer frente a situaciones desestabilizantes, como lo fue la pandemia y sus restricciones.

Este resultado fue respaldado por Herrera (2022), el cual identifica a la empatía, la adaptación y la presencia de relaciones interpersonales dentro de la categoría de competencias. En el caso de la empatía, esta permitió conectar y

fortalecer los vínculos sociales, familiares y amorosos, por lo tanto, los jóvenes optaron por buscar medidas que permitan establecer un acercamiento con familiares y amigos, lo cual incrementó su bienestar psicológico.

Asimismo, la adaptabilidad protegió los niveles de bienestar psicológico, ya que la presencia de esta competencia en los jóvenes permitió sobrellevar el contexto de pandemia. Además, la flexibilidad ante situaciones adversas, favoreció el rápido proceso de adaptación, lo cual evitó las sensaciones de malestar y permitió que los jóvenes puedan continuar con su proyecto de vida.

De igual forma, otro factor son las redes de apoyo definidas como herramientas o recursos que brindan apoyo durante diferentes situaciones de riesgo. Un aspecto importante de las redes es que pueden evitar la aparición o desarrollo de problemas de salud mental (Herrera, 2022).

Por ende, este factor ayudó a disminuir el impacto de la COVID-19 en los jóvenes. Al igual que la familia este tipo de relación es considerado como red de apoyo social; como se sabe la principal característica de los jóvenes es la interacción social, por ende, el contar con un círculo de amistad estable evitará la aparición de trastornos que puedan afectar su salud mental y por el contrario ayudan a fortalecer su bienestar psicológico.

A partir de lo mencionado, Posada et al. (2021) amplían la información brindada por Herrera (2022), al referirse sobre las relaciones interpersonales presentes en la vida de los jóvenes; estos autores mencionan que la amistad es el tipo de relación que ayuda a mantener un adecuado nivel de bienestar psicológico, ya que elementos importantes como la comunicación constante, la sinceridad, el apoyo, la confianza y el afecto fueron de suma importancia durante el periodo de

pandemia. Sin embargo, así como ayudaron a mantener un adecuado nivel de bienestar psicológico, también fue la relación más afectada durante este periodo, puesto que las diferentes limitaciones y restricciones en el contacto físico afectaron la continuidad de su desarrollo.

Es importante mencionar, que al igual que la funcionalidad familiar, las relaciones interpersonales si no son adecuadas, pueden tener un impacto negativo en el bienestar psicológico. Las investigaciones muestran que las relaciones interpersonales inestables tuvieron un impacto negativo en el bienestar psicológico, ya que el no poder sobrellevar una relación de amistad o pareja a distancia generó sentimientos de soledad, ansiedad, asimismo aumentó las conductas adictivas respecto a las tecnologías y las competencias digitales afectando su bienestar psicológico.

En la misma línea, otro factor que protege al bienestar psicológico mostrado en las investigaciones fueron las estrategias de afrontamiento. Estas se refieren a herramientas o recursos que desarrolla la persona para hacer frente a demandas internas y ambientales. Por lo tanto, autores como Narváez et al. (2021) mencionan que una de las más importantes es la solución de problemas, ya que ayudó a los jóvenes encontrar diferentes propuestas y permitió continuar con sus planes a pesar de las dificultades.

De esta manera, los jóvenes mostraron un nivel de bienestar psicológico adecuado, ya que la capacidad de buscar soluciones o alternativas permitió continuar con sus planes a pesar de las adversidades. De esta forma, mantienen su propósito de vida tomando en cuenta la capacidad de auto reconocerse las habilidades que permitan a este grupo continuar sin afectar su bienestar psicológico.

Asimismo, la reevaluación cognitiva fue otra de las estrategias utilizada por gran parte de los jóvenes, debido a que permitió resignificar o reevaluar la situación de pandemia con el propósito de reducir el impacto emocional, igualmente la evitación emocional y cognitiva, las cuales implican eludir pensamiento y emociones negativas.

A partir de ello se puede deducir que el desarrollo de estrategias de afrontamiento como la solución de problemas, reevaluación cognitiva y evitación emocional pueden ayudar a los jóvenes a atravesar situaciones complicadas e inciertas, ya que permitieron enfrentar estas demandas minimizando las consecuencias de la pandemia en el bienestar psicológico y de esta manera lograron continuar con sus planes a pesar de las dificultades.

Otro factor que resalta y protege el nivel de bienestar psicológico es la religión. Narváez et al. (2021) en su investigación menciona que las creencias de los jóvenes les permitieron disminuir las emociones negativas asociadas a la situación abrumadora. Es decir, que ante la pandemia los jóvenes encontraron una fuente de apoyo extra y fortaleza espiritual que les permitió sobrellevar la crisis de una manera más eficaz, lo cual repercutirá de forma positiva en su bienestar psicológico.

De igual manera, de acuerdo a los resultados obtenidos de la investigación, los jóvenes con mayor participación en grupos religiosos perciben sus vidas con un mayor significado, por ende, facilita el establecimiento de metas y la búsqueda por mejorar sus vidas.

En base a estos resultados, se puede profundizar en futuras investigaciones el estudio de la religión y la espiritualidad con respecto al bienestar psicológico, ya

que de esta manera se puede promover su desarrollo ya no solo en los jóvenes sino también en otros grupos afectados por la pandemia.

Por su parte, autores como Pineda et al. (2021) consideran que otro factor de protección para el bienestar psicológico encontrado en su investigación es la resiliencia. Esta responde a la capacidad de resistir y superar el impacto de la pandemia.

Este postulado se confirma en los resultados de su investigación, pues la resiliencia permite a los jóvenes no afectar su bienestar psicológico, ya que ayuda a estos a entender lo positivo y negativo de la situación. De esta manera pudieron seguir adelante a pesar de la pandemia.

Asimismo, Bello et al. (2022) corrobora lo planteado por Narváez et al. (2021) y amplía lo propuesto por Pineda et al. (2021) al destacar a la aceptación como otro factor que protege al bienestar psicológico de los jóvenes.

Los autores señalaron que el aceptar el escaso control sobre la situación de pandemia, permitió a los jóvenes vivenciar nuevas experiencias, incrementando su capacidad de adaptación a través de la búsqueda de alternativas, lo cual les permitió continuar con sus metas, y que estas a su vez ayudaron a ubicar o guiar su propósito de vida. Por lo tanto, esta estrategia disminuyó el malestar presentado producto de la pandemia.

Además, se evidencia a través de García y Ramos (2022) que los jóvenes que utilizaron la resiliencia y aceptación como estrategias de afrontamiento presentaron menor impacto en el bienestar psicológico. Asimismo, amplifican la información mencionada por Pineda et al. (2021), ya que consideran que estrategias

como la inteligencia emocional, la actitud positiva, la meditación y la búsqueda de apoyo social también protegieron el bienestar psicológico de los jóvenes.

En primer lugar, ambos autores consideran que la inteligencia emocional fue la estrategia más utilizada por los jóvenes durante el periodo de pandemia, ya que implica habilidades emocionales, que pueden ser utilizadas para afrontar los desafíos, las exigencias cotidianas y presiones con éxito.

Es decir, el manejo o regulación emocional, permitió al joven entenderse a sí mismo, lo cual ayudó a que se puedan expresar, comprender y relacionarse bien con los demás, incrementando la percepción de bienestar psicológico. Esta idea se ve reforzada por lo planteado por Pineda et al. (2021) considerando que sobrellevar la situación de pandemia con una actitud positiva contribuye al bienestar psicológico.

Por su parte, Bello et al. (2022) concuerdan con García y Ramos (2022) señalando que la búsqueda de apoyo social es un factor que protege al bienestar psicológico, ya que el solicitar ayuda, asistencia o información a las principales redes de apoyo, permitió al joven resolver los problemas presentados durante la situación estresante como lo fue la pandemia, evitando la sensación de malestar e incrementando la calidad de vida.

Respecto a las estrategias como la meditación y crecimiento personal, estas permiten combatir trastornos como estrés, ansiedad y depresión, ya que ayudan a los jóvenes a ser más productivos. En el caso de la meditación, García y Ramos (2022) señalan que las actividades de relajación promueven la conciencia plena, ya que es un medio por el cual se puede entrenar la mente hacia la atención. Lo que

reduce los niveles de estrés y las diferentes distracciones que se puedan hallar en el ambiente.

Con relación al crecimiento personal, este se define como el proceso de “llegar a ser”, es decir el autoconocimiento. Ante ello, Bello et al. (2022) coincide con lo señalado, manifestando que el tomar conciencia de uno mismo y de las acciones ayudó a los jóvenes a afrontar la pandemia sin afectar su bienestar psicológico.

Asimismo, es importante señalar que esta estrategia es considerada como componente principal del bienestar psicológico, tal como lo menciona Ryff (1989, citado en Chapoñan, 2021) afirmando que el desarrollo de potencialidades permitió a los jóvenes continuar con su propósito de vida, lo cual minimizó la probabilidad de sufrir algún problema que afecte la salud física o mental.

Como se visualiza, las diferentes estrategias de afrontamiento ayudaron a los jóvenes reducir el impacto de la pandemia en sus vidas, sin embargo, se debe de considerar que no todos ellos tuvieron la capacidad de desarrollar las habilidades para utilizar estas herramientas, esto se evidencia a través de García et al. (2021) se estima que el 65% de jóvenes, se refugiaron en el consumo de alcohol y drogas durante el periodo de pandemia, siendo Brasil el país con más alto índice 30.8%.

Estas cifras muestran que los jóvenes también pueden utilizar estrategias negativas como el consumo de sustancias dañinas, por ende, para investigaciones futuras sería importante determinar los aspectos que se relacionan con el desarrollo de estrategias adecuadas de afrontamiento e identificar formas en las cuales se pueda evitar el desarrollo de estrategias con efectos nocivos tanto para la salud física como mental.

Por otro lado, en la literatura se han identificado factores de riesgo que disminuyen el nivel de bienestar psicológico en los jóvenes, alterándolo significativamente.

En primer lugar, uno de los factores de riesgo identificados se relaciona con las medidas de prevención como el aislamiento, en donde hubo un cambio en el estilo de vida de los jóvenes.

Daza et al. (2022) respaldan esta información aportando que, a raíz del aislamiento y confinamiento, los jóvenes han evidenciado mayores problemas de estrés y ansiedad, los cuales afectan su bienestar psicológico. En la misma línea, Schoeps (2022) concuerda con los autores y amplía la información con los hallazgos de su investigación, por lo que se resalta que, sumado al aislamiento social, las diferencias culturales marcaron una gran diferencia entre el impacto en el bienestar psicológico de los jóvenes.

Es decir, factores como la inestabilidad académica, económica y laboral propició condiciones de vulnerabilidad en los jóvenes. En primer lugar, se considera al estrés académico como factor de riesgo, debido a los cambios de presencialidad a virtualidad.

Como se manifestó en el estudio de Delgado et al. (2021), este factor ha sido detonante de conductas relacionadas a la procrastinación, lo cual generó un malestar significativo en los jóvenes, generando mayor presión pues se aplazan las actividades, afectando el sentido de autoeficacia y rendimiento. Estos son componentes que se relacionan con el sentimiento de bienestar que experimenta el joven, tal como lo menciona Seligman (2010, citado por Hernández, 2020) señalando que la confianza en las propias capacidades, así también como el hecho

de sobresalir y conseguir los resultados pretendidos ayudan al bienestar psicológico.

Entonces, el no poder cumplir con sus deberes académicos, la desmotivación que se relaciona con la procrastinación y la presión en el ámbito académico, influyen negativamente en la forma en la cual el joven se ve a sí mismo y su sentido para lograr las cosas. En ese sentido, Yataco (2019) corrobora lo planteado por Delgado et al. (2021) y amplía esta información visibilizando que el estrés académico es un predictor de la deserción educativa y que además del impacto a nivel emocional - personal, también afecta la salud física, ya que produce problemas como insomnio, tensión muscular, cefaleas entre otros.

Por lo tanto, todo ello deteriora la calidad de vida y la satisfacción personal, aspectos importantes para el bienestar psicológico.

Si bien el estrés académico y la procrastinación son predictores relevantes para el bienestar psicológico, las condiciones relacionadas con el contexto en el cual estudian los jóvenes influyen de forma negativa en el bienestar psicológico. El no contar con un lugar adecuado o los recursos tecnológicos influye en su motivación, ya que la educación es una de las áreas más importantes en esta etapa de desarrollo.

Ante ello, autores como Daza et al. (2022) complementan la idea atribuyendo que las barreras y desigualdades influyeron en la aparición de problemas de rendimiento e insatisfacción personal, provocando en los jóvenes sentimientos de frustración y problemas de regulación emocional que han deteriorado la relación con la pareja o familiares, haciendo aún más vulnerables a este grupo.

En Latinoamérica existen barreras que impiden el acceso a una educación de calidad, ya que el 52% de jóvenes no cuenta con los recursos tecnológicos y conectividad de banda ancha necesarios para la modalidad virtual (Unión Internacional de Telecomunicaciones, 2022).

Por lo tanto, esta situación afectó la vida académica de los jóvenes, generando problemas a nivel emocional, presentándose, sentimientos de ineficacia, inseguridad, visión negativa de sí mismo, excesiva desconfianza y auto competencia negativa, los cuales son aspectos que dañan el bienestar psicológico.

Por todas estas razones, se estima que el 61.6% de jóvenes abandonaron sus estudios debido a problemas económicos, de adaptación y a la falta de accesibilidad (UNESCO, 2021), esta situación afecta el crecimiento personal de los jóvenes, puesto que la educación proporciona habilidades y conocimientos necesarios durante esta nueva etapa, además también afirma valores y diversifica los campos de desarrollo para los jóvenes.

Dentro del ámbito económico, un factor de riesgo para el bienestar psicológico es la inestabilidad laboral y económica, ya que incrementó el malestar en los jóvenes. Daza et al. (2022) amplía esta información reportando que la pérdida de empleos motivó a los jóvenes a ingresar al mercado informal con el propósito de generar ingresos para cumplir o satisfacer sus necesidades básicas, asimismo la sobrecarga familiar y laboral como el teletrabajo deterioró su calidad de vida, afectando directamente su bienestar psicológico.

Como se visualiza la inestabilidad laboral y económica incrementó la vulnerabilidad de los jóvenes. Esta idea se ve reforzada por Schoeps (2022) ya que las condiciones o situaciones a las que se exponen los jóvenes determina su nivel

de vulnerabilidad. Ante ello, Casullo (2002, citado en Canchari, 2019) coincide con lo señalado manifestando, que la inestabilidad durante la pandemia ha suscitado un aminoramiento en aspectos importantes para el bienestar psicológico como son la autonomía y el proyecto de vida, produciendo en los jóvenes insatisfacción personal y baja motivación, influyendo de forma negativa en la percepción del bienestar psicológico.

Por ese motivo, es importante investigar a fondo como la inestabilidad asociada al mercado laboral afecta la calidad de vida, salud mental y bienestar de los jóvenes, ya que esta relación ha sido estudiada de manera superficial, especialmente en el contexto de Latinoamérica.

Por otra parte, dentro del contexto social, un factor de riesgo para el bienestar psicológico es la reestructuración de las relaciones sociales como las conocíamos, en base a las medidas tomadas por los gobiernos. Como se sabe, para los jóvenes la socialización y el mantener vínculos afectivos son necesarios para mantener su bienestar psicológico, por lo que al verse restringido afecta su sentido de pertenencia e independencia. Esto se evidencia en el estudio de Posada et al. (2021) donde se expresa que el bajo contacto social, así como la limitación en sus acciones, provocan sentimientos de resignación, soledad, frustración e inclusive problemas de ansiedad.

Las investigaciones coinciden en que, dentro de las relaciones interpersonales de los jóvenes, la más afectada ha sido la amistad. Como se mencionó anteriormente, este nuevo panorama modificó la interacción, ya que el principal cambio fue que el contacto se limitó al uso de las tecnologías de información.

Ello no permitió a los jóvenes establecer elementos básicos como la confianza, la intimidad, el conocimiento mutuo y el afecto, ocasionando según Medina et. al (2022) efectos negativos a nivel psicológico y emocional, ya que interrumpió el crecimiento personal y generó sentimientos de incapacidad, los cuales influyen de forma negativa en la percepción del bienestar psicológico.

Esta idea se confirma con los resultados obtenidos en su investigación, donde demuestra que durante la pandemia gran parte de los jóvenes se han sentido incapaces de aprender, modificar su entorno o desarrollar nuevas habilidades, lo cual afectó la percepción de su bienestar psicológico.

A partir de lo mencionado anteriormente, se ha dejado en evidencia que los jóvenes se caracterizan por la socialización, por ende, la limitación en este factor incrementa el desarrollo de patrones clínicos que afectan la continuidad de su proyecto de vida, por lo tanto, para poder mitigar esta situación, es necesario investigar e identificar las estrategias que aumenten los niveles de bienestar psicológico, como se evidencia en la investigación de Narváez et al. (2021).

Otro factor de riesgo para el bienestar psicológico, el cual fue identificado en las investigaciones, se relaciona con los roles de género que se encuentran fuertemente arraigados en la cultura Latinoamericana.

Las mujeres fueron las principales afectadas ya que, debido a los roles de género, se les asocia con el papel de cuidadoras, por lo que debieron de asumir las labores de sus centros de trabajo junto con el cuidado de la familia.

Como lo señala Arias (2020), las mujeres estuvieron expuestas a una sobrecarga de labores, no solo en sus trabajos sino dentro del hogar, en donde tuvieron que asumir las responsabilidades del hogar.

Este aspecto afectó su bienestar psicológico, ya que se estima que el 76.2% de mujeres jóvenes ha triplicado su jornada laboral debido al confinamiento en contraste con los hombres (OIT, 2021). Esto debido a las normas sociales de género que atribuyen el cuidado del hogar a las mujeres, sin embargo, esta responsabilidad debería de ser compartida con los hombres.

Schoeps (2022) complementa la idea atribuyendo que se debería promover acciones como la corresponsabilidad y promocionar la flexibilidad entre los miembros del hogar. Es decir, compartir y gestionar las responsabilidades de casa entre todos los integrantes, con la finalidad de lograr un trabajo equitativo en el cual cada uno tendrá diferentes actividades por cumplir, disminuyendo el impacto en el bienestar psicológico, puesto que no existirá sobrecarga de actividades solo en una persona.

Asimismo, otro aspecto como la violencia también estuvo presente siendo las mujeres las principales víctimas. Se registró que el 12% de mujeres jóvenes sufrieron violencia física o sexual durante la pandemia (ONU, 2020).

Tradicionalmente se ha relacionado la violencia con la agresión física grave, no obstante, dentro del contexto latinoamericano la violencia de género es un aspecto social de gran importancia, puesto que la existencia de actitudes o conductas de odio y menosprecio hacia las mujeres, basado en la superioridad de un sexo sobre otro afectó su bienestar psicológico, ya que presentaron sentimientos de desesperanza y minusvalía, lo cual alteró su sentido de logro, generando insatisfacción con la vida.

Por su parte, Schoeps (2022) amplifica la información, e incluye la perspectiva de cómo los hombres también se ven afectados por los roles de género,

ya que se reportó que están más expuestos a situaciones que afectan su bienestar psicológico, ya que, al ser considerados como cabeza de familia, la presión producto de la pandemia ha generado en este grupo trastornos como ansiedad y depresión.

Si bien ambos grupos se han visto fuertemente afectados, es importante mencionar que, en el contexto latinoamericano, la desigualdad de género es un tema preocupante, ya que la falta de intervención en este tema agrava más la situación actual de las mujeres, puesto que los estereotipos e ideales que se espera de este grupo aún están presentes en gran parte de la población, por lo que la falta o el incumplimiento de alguno, conlleva a situaciones de riesgo e incluso la muerte.

Esta problemática siempre ha estado presente en Latinoamérica, sin embargo, empeoró con la situación de pandemia, ya que el número de casos aumentó y las diferencias sociales se vieron más marcadas, generando un constante miedo y preocupación, afectando así el bienestar psicológico de los jóvenes.

Por todo ello, es importante la intervención de los gobiernos latinoamericanos en esta problemática, puesto que, a pesar de los esfuerzos realizados, aún se encuentran altos índices de desigualdad, que conlleva a problemas más graves como la violencia de género, que en muchos casos termina en la muerte de la mujer.

Frente a esta realidad, en donde se evidencia que los roles de género han sido uno de los factores que ha deteriorado el bienestar psicológico de los jóvenes durante la pandemia, es de suma importancia tomar en cuenta la creación de intervenciones orientadas a trabajar los aspectos culturales que afectan tanto a hombres como mujeres.

Por todo lo mencionado anteriormente, se ha evidenciado en la literatura, la presencia de factores de riesgo que afectaron los niveles de bienestar psicológico de los jóvenes durante el contexto de pandemia. Por este motivo, es importante que se investigue a mayor profundidad que otros factores podrían afectar a este grupo y de esta manera generar estrategias que puedan amortiguar el impacto en su salud mental.

Otro aspecto que se evidencia en la literatura es la crítica realizada hacia la respuesta de los países de Latinoamérica frente a las demandas de salud mental durante el contexto de la pandemia. Las cifras de afectación en el ámbito de la salud mental han sido preocupantes, ya que previo a la pandemia, la salud mental no era un tema prioritario en las metas de los gobiernos, por lo que los sistemas de atención se encontraban en una situación precaria.

Palomera et al. (2021) respalda esta información, aportando que la región latinoamericana previo a la llegada del COVID-19, ya contaba con problemas que disminuían la calidad de atención de los servicios de salud. Por lo tanto, estas condiciones ya existentes en esta región y las nuevas medidas que se tomaron para salvaguardar la salud física terminaron por afectar la salud mental de los jóvenes.

De igual manera, se evidencia a través de Tena y Gaitán (2021) que Latinoamérica enfrentó la pandemia con un sistema débil de atención primaria, por lo tanto, la calidad de respuesta fue ineficiente. Todo ello debido al inadecuado manejo del presupuesto asignado para este sector.

Esta situación se vio agravada por la pandemia, en donde los servicios de salud mental se vieron interrumpidos o simplemente no se daban abasto. Esto afectó a la población de jóvenes, ya que gran parte de este grupo se sintió en condición de

abandono, debido a que la cuarentena al ser una situación de emergencia generó angustia, miedo entre otros problemas, que requerían de la atención de profesionales en salud, sin embargo, hasta el momento no se contaba con herramientas e inclusive el mismo servicio no estaba preparado para atender gran cantidad de personas.

Luego de este primer impacto, los gobiernos implementaron la estrategia de telepsicología o telepsiquiatría para la atención en salud mental. Enríquez (2022) respalda esta afirmación, ya que considera que durante la semana de prueba de este servicio se vio la alta demanda por parte de la población, asimismo este tipo de recurso tecnológico permitió continuar con el abordaje en salud mental y cumplir con las necesidades de los jóvenes.

Esta respuesta sí bien es algo novedosa para nuestra sociedad, en diferentes países de Latinoamérica es un tipo de atención común que cuenta con el respaldo ético de las instituciones reguladoras, sin embargo, en nuestro contexto el uso de este método no cuenta con el apoyo necesario e inclusive se decidió utilizar esta forma de atención, por el simple hecho de que otros países ya lo realizaban.

En base a ello, se considera que el uso de herramientas virtuales fue de gran ayuda, ya que permitió mantener contacto con las personas y apoyarlas durante este periodo de crisis, asimismo es importante resaltar las características de este tipo de atención. Además, en la investigación de Enríquez (2022), se evidencia que esta nueva modalidad de atención rompió las barreras geográficas y actitudinales, lo cual habilita continuar con el abordaje en salud mental y atender las necesidades de la población.

Por lo tanto, se puede deducir que las herramientas digitales permitieron el acompañamiento a través de la Teleconsulta o Telepsicología, sin embargo, el colapso de los servicios debido a la alta demanda, generó lentitud en la programación de citas. Palomera et al. (2021) amplía esta idea manifestando que estos problemas en la calidad del servicio generaron malestar en los jóvenes, afectando su bienestar psicológico y por ende su salud mental, ya que el proceso de terapia o tratamiento se vio obstaculizado.

En la misma línea, otra problemática de este tipo de atención es la dificultad para establecer rapport con los pacientes, ya que la comunicación mediante una pantalla impide crear una conexión de empatía con la persona, lo cual genera problemas en la apertura emocional, además la poca comunicación, desconfianza, y la falta de preparación de los especialistas influyó en la calidad del servicio, puesto que no todos cuentan con destrezas digitales necesarias para esta modalidad de atención. Todos estos aspectos podrían motivar el abandono de la terapia, situación que empeora el bienestar psicológico de los jóvenes.

Si bien, la respuesta brindada por los gobiernos latinoamericanos tuvo como objetivo reducir el impacto de la pandemia en la salud mental de los jóvenes, no se consideró la eficacia de los recursos implementados en el contexto latino. La telepsicología implica un conjunto de procedimientos siendo la modernización sectorial el de más importancia, sin embargo, por los problemas presentes en el sector salud no se logró la integración de este servicio a las estructuras y políticas de salud.

Este objetivo parece difícil de alcanzar debido a los errores de implementación, falta de apoyo político y al conflicto de intereses presentes en

diferentes grupos corporativos, por todo ello la falta de una reforma en salud afecta la calidad de atención y por ende el bienestar de los jóvenes.

Además, este tipo de servicio al ser nuevo en nuestro sistema de salud, obligó a plantearse nuevos modelos de consentimiento informado para la práctica a distancia, de igual forma motivó a incrementar los mecanismos que regulen el ejercicio de este servicio, ya que es necesario proteger la confidencialidad de la información transmitida, puesto que esto permite respetar la autonomía de los jóvenes y el derecho a decidir sobre la forma de atención.

Antiporta y Bruni (2020) confirman esta idea y amplían la información manifestando que, si bien la respuesta fue deficiente al primer contacto con la pandemia, se ha buscado implementar estrategias como el uso de los medios de comunicación para promover campañas virtuales preventivo promocionales sobre síntomas del COVID-19, depresión, ansiedad, estrés entre otras patologías, asimismo la psicoeducación, líneas telefónicas y chats para brindar soporte y apoyo emocional.

De igual forma, los gobiernos deben de aprovechar la pandemia como oportunidad para invertir y dar mayor importancia a la salud mental desde un enfoque preventivo, ya que esto permitirá mejorar los sistemas de información para rastrear y adaptarse a la dinámica de nuevas epidemias o pandemias, asimismo facilitar el acceso a servicios preventivos y de detección, puesto que ayudaran a un mejor seguimiento y tratamiento de los pacientes.

En conclusión, es importante que los gobiernos busquen fortalecer los sistemas de salud mental, centrándose en una atención primaria de calidad y más resiliente, esto a través de la elaboración de guías técnicas para el cuidado de la

salud mental y la posibilidad de brindar una cobertura universal en salud con la finalidad de dar acceso gratuito y de calidad a los ciudadanos, reduciendo de esta forma algunas brechas existentes, permitiendo que los jóvenes puedan recuperar su bienestar psicológico, ya que contarán con servicios que protejan su salud mental.

Finalmente, la literatura ha demostrado la importancia de la creación de programas orientados al bienestar psicológico, ya que como se ha demostrado, es un factor clave en la calidad de vida de los jóvenes.

Las investigaciones revisadas toman en cuenta el impacto positivo que las intervenciones grupales tienen en los jóvenes, especialmente aquellas orientadas a aumentar el nivel de bienestar psicológico de los jóvenes.

Es así que los participantes se beneficiaron a través del programa “Florece”. Esto es referido en Cabrera et al. (2019), los cuales mencionan que, desde una corriente positivista, buscaron el óptimo funcionamiento de la persona, influyendo de forma significativa en el bienestar de los jóvenes. Los resultados evidencian, que se logró mejorar aspectos tales como el crecimiento personal, la autoaceptación, autonomía, cambió en las relaciones interpersonales, es decir el programa motivó a que los jóvenes puedan formar vínculos sanos y positivos; de igual manera ayudó en el proceso de adaptación al contexto de pandemia.

Por lo tanto, todo esto permitió a los jóvenes continuar con su proyecto de vida, a pesar de las adversidades. Asimismo, redujo los niveles de estrés y ansiedad, lo cual contribuyó en el propósito de los jóvenes ayudando a mejorar la percepción de su sentido vital.

Sin embargo, dentro del contexto de la pandemia, a pesar de conocer los beneficios de las intervenciones grupales tomando en cuenta esta temática, son pocos los programas que se han realizado.

Silvera et al. (2020) amplían esta información, visibilizando la falta de programas en relación a la salud mental de los jóvenes latinoamericanos, ya que, a pesar de los beneficios encontrados, no se toma en cuenta la realización de otro tipo de intervenciones.

Los autores señalan también que la principal limitación es la población beneficiada, ya que solo se toma en consideración a los adolescentes y adultos mayores, dejando de lado a los jóvenes, quienes son uno de los grupos más afectados por la pandemia. Esto lo confirma el estudio de Moreta et al. (2020) donde se expresa que este grupo presentó mayor dificultad emocional durante la pandemia, influyendo de forma negativa en su bienestar psicológico.

Además, se debería de investigar algunas variables que podrían estar relacionadas con el bienestar psicológico, como la personalidad, las estrategias de afrontamiento y la calidad de vida, los cuales son aspectos que podrían influir sobre este factor, ayudando a mejorar la intervención.

A partir de todo lo mencionado anteriormente, se evidencia el fuerte impacto en el bienestar psicológico de los jóvenes, y cómo ello está relacionado con la inestabilidad presente en el contexto latinoamericano, así como también la existencia de diferentes factores que protegen o vulneran el bienestar de los jóvenes.

En el caso de la primera parte, se menciona la existencia de factores que han actuado de forma protectora, los cuales ayudaron a los jóvenes a sobrellevar la situación de pandemia, sin embargo, también se encuentran presentes los factores

de riesgo, que aumentaban el grado de vulnerabilidad de este grupo afectando así su bienestar psicológico.

Si bien estos factores influyeron en el bienestar, la situación de pandemia permitió evidenciar la poca preparación de Latinoamérica para responder frente a las demandas de salud mental. Esto se vio reflejado en los altos índices de trastornos clínicos que afectan no solo a nivel emocional y cognitivo, sino que también a nivel físico, desencadenando la aparición de enfermedades que dañan la salud en general de los jóvenes. A pesar de ello, la utilización de recursos tecnológicos durante el periodo de pandemia, como la telepsicología fue de gran utilidad, no obstante, contó con varias limitantes que impiden que todos puedan tener el mismo acceso, por lo que se debe de evaluar qué cambios se pueden implementar más adelante para evitar este tipo de complicaciones.

Finalmente, se identificó los tipos de intervenciones que favorecían al bienestar psicológico de los jóvenes y a pesar de ser escasas, es necesario el poder replicarlas en futuros necesarios.

Todas estas acciones deberían de ser consideradas, ya que durante mucho tiempo la salud mental ha sido un área descuidada en Latinoamérica, por lo tanto, se debería de aprovechar la pandemia para reforzar los servicios en esta región. De igual manera, incorporar planes de preparación, respuesta y recuperación con la finalidad de tener mejores bases y evitar el mismo panorama en futuras situaciones de emergencia.

Con respecto a la crítica metodológica de las investigaciones, un aspecto en común que debe de ser revisado es el hecho de que no se cuenta con pruebas adaptadas y validadas para el contexto Latinoamericano, por lo tanto, la

estandarización o construcción de escalas que estudien la variable bienestar psicológico, permitirá comparar los resultados obtenidos con el mismo instrumento y desarrollar estudios internacionales en diferentes culturas. Asimismo, a través de ello se verifica que el instrumento mida los factores escogidos, para poder llegar a conclusiones del estudio realizado.

Dentro del grupo de investigaciones cualitativas, el uso de autorreportes dificulta la recolección de datos. Esto lo confirma Bello et al. (2021), manifestando que no es favorable el uso de este instrumento, ya que están sesgados por la deseabilidad social de los participantes, por ende, se sugiere que el proceso para seleccionar el instrumento sea exhaustivo, puesto que estos influyen en la obtención de resultados, sin embargo, es una herramienta que se puede usar, pero quizás se debería de corroborar con otras fuentes.

Además, Arias (2020) menciona que algunas limitaciones son la falta de herramientas que ayuden a medir desde diferentes enfoques el estudio del bienestar psicológico. Es por ello que considera que el uso de herramientas como las entrevistas, listas de cotejo y guías de preguntas para indagar el bienestar psicológico, ya que permiten recabar información profunda y detallada que inclusive el entrevistador no tenía identificada. Asimismo, el uso de estas herramientas ayudará obtener mejores resultados en la investigación.

Por otra parte, dentro de las investigaciones cuantitativas el uso de un muestreo probabilístico por conveniencia o intencional podría limitar la validez, tal como lo evidencia Guzmán et al. (2021) en su investigación, este tipo de muestreo limita la validez externa del estudio y podría causar sesgos al sobrestimar o subestimar a los participantes.

De igual manera, otra limitante en este tipo de investigaciones es la recolección de información, ya que, al ser escalas, cuestionarios o test, la mayoría de respuestas son cerradas, por lo tanto, esto limita las respuestas del encuestado, y evade problemáticas adicionales asociadas a la pandemia que pueden estar afectando a los participantes. En ese sentido, Posada et al. (2021) recomienda el uso de entrevistas para profundizar en temas relevantes o que sean importantes para los jóvenes.

Finalmente, otro de los problemas en metodología presentes tanto en las investigaciones cualitativas como cuantitativas, es el tamaño de la muestra, puesto que en su mayoría solo se consideran a los jóvenes universitarios, dejando de lado la población que no pertenece a algún centro de estudio o que se encuentran en otras etapas de la juventud, por lo que los resultados no son generalizables.

2.5 Impacto teórico y social del tema

La investigación ha permitido la síntesis de diversa información que aporta a la psicología y la sociedad. Con respecto a los aportes a las áreas de la psicología, en primer lugar, se encuentra la psicología clínica.

La psicología clínica se orienta a un tipo de intervención que busca dar solución a los problemas de salud mental, a través de la promoción, prevención e intervención, teniendo como objetivo de salvaguardar el bienestar psicológico de las personas (Caicedo, Briones, Pinargote, Durán y Rodríguez, 2021).

Por ende, a través de la presente investigación, se ha podido identificar y explicar el rol clave que el bienestar psicológico tiene en la salud mental de las personas, especialmente en la población estudiada que en este caso han sido los

jóvenes latinoamericanos, los cuales se encuentran en una etapa crítica debido a la necesidad de tomar decisiones y asumir nuevas responsabilidades.

El bienestar psicológico incluye el desarrollo de capacidades y el crecimiento personal, sentando bases para un desarrollo óptimo.

Al realizar la investigación se pudo llegar a la conclusión que un inadecuado nivel de bienestar psicológico trae consigo efectos negativos como baja motivación, aburrimiento e incapacidad para aprender o desarrollar nuevas habilidades o comportamientos, los cuales afectan la salud mental del joven y su calidad de vida (Medina et al., 2022).

La presente investigación permite comprender dentro del área de la psicología clínica, que un evento adverso como lo ha sido la pandemia por COVID-19, tiene un fuerte impacto en la vida de las personas y que frente a este tipo de situaciones surgen síntomas psicológicos como la frustración, sensaciones de irritabilidad, así también como ansiedad, depresión, estrés post traumático y en algunos casos esquizofrenia. Por ende, se ve afectado el bienestar psicológico y sin un adecuado análisis para una intervención correcta, la salud mental de las personas se sigue deteriorando (Castellano et al. 2020).

Frente a ello, es necesario que los psicólogos estén atentos a los factores de riesgo en este tipo de situaciones, especialmente de aquellos que vulneran el bienestar psicológico de las personas, ya que está es una variable sumamente importante para mantener la salud mental frente a un escenario incierto.

La identificación correcta de estos factores permite la elaboración de intervenciones para su disminución y si fuese posible su eliminación. En primer lugar, las restricciones y las medidas impuestas, las cuales limitaron aspectos

importantes como el contacto social y físico, afectaron emocionalmente a los jóvenes, ya que la interacción es una de las principales motivaciones durante esta etapa, por lo tanto, esto generó sentimientos de resignación, soledad y ansiedad (Posada et al., 2021).

Esta investigación permitió identificar algunos factores de riesgo como los cambios en el estilo de vida, educación, trabajo, desigualdad económica, brechas tecnológicas, procrastinación, roles de género entre otros afectaron a los jóvenes ya que generaron sentimientos de frustración, ansiedad, sentimientos de culpabilidad, depresión y problemas de regulación emocional los cuales impactan en la satisfacción con la vida, aspecto importante para el bienestar psicológico. (Daza et al., 2022).

Por lo tanto, frente a la posibilidad de un escenario similar, es necesario trabajar en aspectos de prevención y promoción para disminuir estos factores, ya que si se diera una situación parecida a la pandemia por COVID-19, ya se tendrían intervenciones orientadas a disminuir el grado de afectación en la calidad de vida de los jóvenes.

Por otro lado, otro aporte a la psicología clínica fue la identificación de factores protectores del bienestar psicológico en situaciones de incertidumbre como fue el caso de la pandemia por COVID-19. La importancia de la identificación de estos factores radica en que se puedan potenciar en la población a través de intervenciones grupales e individuales para brindar herramientas que protejan a la población cuando deban de enfrentar una situación de este tipo.

Entre los factores de protección identificados resaltan: los aspectos relacionales, educativos y las diferentes estrategias de afrontamiento que ayudaron a reducir la aparición de síntomas y trastornos psicológicos.

Se considera al funcionamiento familiar y los amigos como principales redes de apoyo que ayudaron a los jóvenes a sobrellevar la situación de pandemia, puesto que logró disminuir el impacto en su bienestar psicológico, permitiendo un adecuado proceso de adaptación (Luque y Cazorla, 2021).

De igual forma, la continuidad de actividades diarias como la educación y el trabajo fueron un aspectos importantes, ya que redujo los niveles de ansiedad y depresión en los jóvenes (Arias, 2020); asimismo se identificó que competencias socioemocionales como la empatía, la adaptación (Herrera, 2022) y estrategias de afrontamiento como la solución de problemas, la religión, la reevaluación cognitiva, evitación emocional y cognitiva (Narváez et al., 2021), disminuyeron los problemas emocionales y la aparición de trastornos que puedan afectar al bienestar psicológico.

De igual manera, otro aporte a la psicología clínica radica en la información obtenida sobre el estado mental de los jóvenes en relación a las afecciones psicológicas y los trastornos percibidos que afectaron su bienestar psicológico durante la etapa de pandemia, por lo tanto, se evidencia la posibilidad de tratar las problemáticas presentadas a partir de un enfoque integral que permita ayudar a los jóvenes a nivel social y psicológico.

Es decir, la investigación permite visibilizar el estado de la salud mental en los jóvenes latinoamericanos durante y después de la pandemia, identificando aquellos aspectos que deben de ser tratados en términos de sintomatología y

trastornos que han aparecido durante este tiempo. Asimismo, conocer aquellas características propias de la etapa de vida como la socialización, sentido de independencia y pertenencia, dominio del entorno y crecimiento personal permitirá sentar bases para intervenciones orientadas a evitar que la salud mental de miles de jóvenes se deteriore.

Por otro lado, la investigación también ha aportado dentro del campo de la psicología comunitaria. Esta rama de la psicología aborda el estudio de factores psicosociales que permiten desarrollar, fomentar y mantener el control del individuo sobre su ambiente (Bravo, 2019).

Por ello, la investigación aporta en entender la importancia de las interacciones sociales en momentos de crisis y cómo en base a la forma en que se dan estas interacciones se puede potenciar o afectar un recurso importante (Posada et al., 2021).

Asimismo, otro aspecto importante es el poder construir redes de apoyo y fortalecerlas dentro de la comunidad para reducir los sentimientos de resignación, soledad, frustración e inclusive problemas de ansiedad producto de los cambios durante el periodo de pandemia. De igual manera, fortalecer estas redes también se puede aplicar en otros contextos en donde las personas pasen por momentos que las desestabilicen.

Por lo mencionado, se propone considerar como estrategias de mejora la creación de espacios que permitan la interacción entre grupos, jornadas juveniles que motiven la participación activa para fortalecer las diferentes habilidades sociales, asimismo el uso de herramientas virtuales podría ser de gran ayuda para lograr cohesión entre los miembros de la comunidad, generando redes más fuertes

que estén disponibles en las situaciones adversas y encuentren manera de mantenerse a pesar de las limitaciones del mismo evento.

En segunda instancia, en la investigación se identificó que la dinámica familiar fue importante para los jóvenes, ya que aspectos como la cohesión y la adaptabilidad ayudó a reducir el impacto de la pandemia en el bienestar psicológico, debido a que se comportó como un soporte emocional. No obstante, es importante resaltar que en el contexto Latinoamericano la presencia de un ambiente familiar disfuncional es alto, en el cual los conflictos y las situaciones de violencia afectan la calidad de vida de los jóvenes, alterando aún más su bienestar psicológico (Luque y Cazorla, 2021).

Esto demuestra, que para los jóvenes es necesario el apoyo de las redes que tienen a su alrededor, resaltando la importancia de fortalecer los vínculos afectivos, promoviendo la cohesión, responsabilidad afectiva, la adaptabilidad, la comunicación respetuosa y asertiva entre los miembros de la familia, con la finalidad de mantener un adecuado clima familiar.

Por ello, se propone crear espacios de ayuda familiar, mesas de diálogo que motiven el intercambio sobre diferentes temáticas entre los familiares, asimismo programas de intervención que permitan hacer partícipe a los miembros de la comunidad para una mayor conexión, tales como talleres, actividades al aire libre, igualmente comprender la importancia de difundir información a través de los múltiples medios digitales. Por lo tanto, todo esto se orienta a fortalecer estos recursos para que en momentos de adversidades protejan el bienestar psicológico no solo de los jóvenes sino el de todos los miembros de la comunidad.

En la parte práctica para la psicología la investigación permite conocer la importancia de implementar intervenciones que permitan aumentar los niveles de bienestar psicológico, especialmente en los jóvenes ya que son una de las poblaciones más vulnerables por las características propias de su etapa de desarrollo. Las intervenciones pueden realizarse desde diferentes enfoques, buscando siempre reducir los factores de riesgo y potenciar los factores de protección; asimismo se debe de crear y fortalecer las redes de apoyo comunitario.

En ese sentido, los estudios recomiendan que las intervenciones en jóvenes tengan diferentes enfoques. Uno de ellos es la propuesta de Cabrera et al. (2019), la cual impulsa el uso de un enfoque positivista para la medición del bienestar psicológico, fomentando la implementación de programas que tengan como objetivo fortalecer el bienestar psicológico, a través del desarrollo de habilidades, capacidades y estrategias que permitan a los jóvenes continuar con su proyecto de vida, disminuyendo los efectos de la pandemia en la calidad de vida.

Igualmente, se podría utilizar un enfoque cognitivo, el cual se centra en las cogniciones que pueden ser verbales o imágenes, por lo tanto, mediante este tipo de intervención se puede modificar las creencias, emociones y conductas, ello a través de técnicas como la reestructuración cognitiva, la cual ayudará a identificar y cuestionar los pensamientos desadaptativos sustituyéndolos por otros que reduzcan la perturbación emocional y el malestar psicológico.

También se sugiere la utilización de recursos como la psicoeducación, ya que la concientización e información brindada respecto a las afecciones psicológicas y trastornos ocasionados por la pandemia, permitirá a los jóvenes continuar con su crecimiento personal a pesar de la adversidad.

Respecto a las herramientas de evaluación, la presente investigación destaca dos escalas más utilizadas en los diversos estudios de bienestar psicológico, estos podrían ser adaptados y validados a diferentes contextos para su aplicación. Es importante resaltar que los siguientes instrumentos fueron validados dentro del contexto de cada estudio. Uno de ellos es “*Psychological Well-Being Scales (PWBS)*” de Ryff (1989) citado en Hernández (2020), que mide el bienestar psicológico a través de 6 dimensiones. Asimismo, la “*Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J)*” de Ryff y Casullo (2002) citado en Canchari (2019), el cual también tiene como objetivo medir el bienestar psicológico a través de las 4 dimensiones, cabe resaltar que este es un modelo abreviado de la propuesta original.

Asimismo, es necesario mejorar la medición del bienestar psicológico, ampliando su estudio en diferentes contextos, así también como en otras culturas, pues cada una de ellas muestra una diferente percepción de bienestar.

En la presente investigación se resalta el Modelo Teórico de Bienestar de Ryff (1989) citado en Barra, Soto y Schmidt (2019), el cual servirá como apoyo para los investigadores que estudien esta variable, asimismo para los psicoterapeutas que trabajan con jóvenes en el área preventivo promocional. Todo esto debido a que Ryff (1989) citado en Barra, Soto y Schmidt (2019) mide el bienestar psicológico a través del modelo multidimensional, a través de aspectos como Autonomía, Autoaceptación, Crecimiento personal, Dominio del entorno, Propósito de la vida y Relaciones positivas con otros. Es por ello, que este modelo es el más completo para la medición del bienestar psicológico.

En relación al aporte social, permite conocer que los jóvenes son una de las poblaciones más vulneradas y la menos estudiada respecto a esta problemática, a

diferencia de los niños, mujeres embarazadas y adultos mayores. Esto se afirma con lo mencionado por la (UNICEF, 2021), indicando que el 47% de jóvenes latinoamericanos ha visto afectado su bienestar psicológico durante la pandemia.

Esta cifra nos muestra el fuerte impacto de la COVID-19 en la calidad de vida de este grupo, ya que producto de las medidas impuestas por el gobierno, se han alterado rutinas y hábitos, es decir la continuidad de sus vidas, desencadenando trastornos que afectan su bienestar psicológico.

Asimismo, se evidenció la deficiente respuesta de Latinoamérica ante la crisis en salud mental, ya que la pandemia debilitó aún más el resquebrajado sistema de salud. De igual manera, la inestabilidad política y los estallidos sociales dificultaron la atención en servicios como psicología y psiquiatría, lo cual incrementó las afecciones psicológicas y trastornos, puesto que en su mayoría los jóvenes se sintieron desplazados y olvidados por parte del gobierno.

En el contexto peruano, la situación es igual que en el resto de países, ya que se estima que el 37.5% jóvenes peruanos han visto fuertemente afectado su bienestar psicológico (Yataco, 2019). A pesar de los esfuerzos realizados por el gobierno para la prevención y control de la pandemia, con la finalidad de optimizar la calidad sanitaria del país, se dejó en segundo plano temas importantes como la salud mental.

A diferencia, del resto de países que componen Latinoamérica, Perú es uno de los países con más baja inversión en salud, ya que de acuerdo a OMS (2020), solo se gasta el 3% del PBI en este sector.

Esto generó una atención deficiente debido a la débil infraestructura y a la falta de apoyo en este sector que, a pesar de ser considerado como un área

trascendental para el bienestar de la población, no motivó al gobierno a desarrollar o mejorar los sistemas de atención en salud mental. A pesar de ello, Perú optó por utilizar la “Telepsicología”, como herramienta para hacer frente a la demanda de atención en este servicio, ya que como se mencionó anteriormente los jóvenes fueron una de las poblaciones relegadas u olvidadas durante este periodo, lo cual afectó su bienestar.

Por ende, existe la necesidad de elaborar e implementar planes de intervención a nivel nacional para poder hacer frente a los aspectos post pandemia, pues este escenario es en el cual se debe de intervenir para evitar la aparición y continuidad de trastornos de salud mental, ya que si bien al inicio de la pandemia el manejo por parte del estado respecto a salud mental no fue de manera adecuada debido a los múltiples factores que limitaban el accionar, ahora es importante tomar medidas que permitan mejorar la salud mental de los jóvenes peruanos.

Por todo ello, surge la necesidad de estudiar el bienestar psicológico en nuestros jóvenes y a nivel internacional, ya que la pandemia ha modificado aspectos de vida importantes, puesto que se han cancelado planes, ha cambiado drásticamente las fuentes de ingreso económico, provocando la evolución o aparición de trastornos que afectan la salud mental. Por lo tanto, una experiencia traumática como la pandemia incrementa los niveles de ansiedad, estrés y depresión, sintomatologías que limitan la funcionalidad de la persona, estancando su contribución a la sociedad.

Igualmente, es importante indagar qué otros factores relacionados a la pandemia podrían afectar al bienestar psicológico, para que de esta manera se pueda

contribuir a una visión más amplia de los problemas psicosociales que afectan a nuestros jóvenes.

En base a ello, se debe fomentar la inversión estatal y privada en salud mental, esto para motivar el desarrollo de servicios de prevención, promoción, tratamiento y recuperación en salud mental, como lo son la implementación de charlas, talleres y campañas que busquen fortalecer el bienestar psicológico aminorando el impacto de la pandemia en la salud mental de los jóvenes. Esto a través del fortalecimiento de recursos individuales y comunitarios, por lo mencionado se invita a que las organizaciones gubernamentales tomen medidas de acción, tales como la prevención y promoción en salud mental, con la finalidad de incrementar el bienestar en los jóvenes, considerados como el futuro del país.

En esta investigación se ha logrado evidenciar las deficiencias presentes tanto en Perú como en Latinoamérica demostrando que la pandemia trajo consigo una situación alarmante, poniendo en evidencia la respuesta insuficiente que se ha tenido hasta el momento. Es decir, si bien la telepsicología es una fuente de apoyo, no todos los jóvenes tienen acceso a ella, pues se necesitan de ciertas condiciones básicas para el acceso, asimismo la falta de preparación en algunos profesionales limitó una adecuada intervención. Entonces se debe de tomar en cuenta otros tipos de intervenciones como las mencionadas anteriormente, que promuevan el desarrollo y protección del bienestar psicológico, pues la ayuda continúa siendo limitada.

Finalmente, el presente estudio aporta a la comunidad científica nacional e internacional, una guía acerca del impacto de la pandemia en el bienestar psicológico de los jóvenes, lo cual podría ser utilizado como línea base para ser

comparado con otros contextos a nivel global. Asimismo, los investigadores podrían recurrir a la información presentada a fin de perfeccionar y brindar un enfoque integrador referente a esta temática. De igual manera, la presente investigación podría ser replicada en estudios descriptivos y correlacionales que permitan conocer la interacción del bienestar psicológico con otras variables.

3. CONCLUSIONES

Para concluir la presente investigación, en primer lugar, se identificaron que los cambios generados por la pandemia en ámbitos como el educativo, social, medioambiental, laboral entre otros afectaron el bienestar psicológico de los jóvenes Latinoamericanos. Se halló que la pérdida de la presencialidad en aspectos como la educación y el trabajo, generó en los jóvenes síntomas ansiosos, depresivos, estrés, baja motivación y frustración, lo cual impacta en elementos del bienestar psicológico como lo son el crecimiento personal y el propósito en la vida.

Asimismo, durante la época de pandemia la economía es otro factor que alteró los niveles de bienestar, puesto que ya presentaba problemas antes de la llegada de la pandemia. El bajo crecimiento económico se vio reflejado en la desigualdad de oportunidades y en las brechas de acceso a las nuevas oportunidades laborales afectando el bienestar psicológico de los jóvenes debido a que gran parte de este grupo dejó de estudiar o trabajar, incrementando la angustia psicológica, asociada a la presión financiera e inestabilidad económica.

De igual manera, los jóvenes son caracterizados por aspectos como la socialización y el sentido de pertenencia, por ende, el periodo de confinamiento y las múltiples restricciones afectaron su calidad de vida y por ende la percepción del bienestar psicológico.

Referente al impacto de la pandemia en el bienestar psicológico de los jóvenes, se han registrado que, si bien este grupo etario presenta altos niveles de estrés producto del propio proceso de transición, la pandemia ha exacerbado esta problemática, ya que el constante estado de alarma, preocupación y miedo por el riesgo de infección ha disminuido su bienestar psicológico.

Igualmente, Latinoamérica es una región que ya presentaba problemáticas que afectan el bienestar de los jóvenes, sumado a ello factores estresantes ocasionados por la pandemia como el confinamiento o cuarentena, la inestabilidad económica, laboral, exclusión social y la amenaza constante de infección o contagio por COVID-19 ocasionaron problemas emocionales y sintomatología psiquiátrica que afectan elementos del bienestar psicológico como la satisfacción personal, la autoaceptación, el sentido de logro, la autonomía, el dominio del entorno y el propósito en la vida.

Con respecto a los factores de protección y riesgo relacionados con el bienestar psicológico de los jóvenes latinoamericanos, se ha podido identificar qué factores protectores como el funcionamiento familiar, la educación, las competencias emocionales, las estrategias de afrontamiento y la religión ayudaron a contrarrestar la aparición de conductas de riesgo que afectan la calidad de vida; sin embargo, las medidas sanitarias, la desigualdad económica y social, los cambios en las relaciones interpersonales, estrés académico, la procrastinación, el género y la dinámica familiar disfuncional influyen de forma negativa en la prevalencia de alteraciones psicológicas, situaciones que afectan el bienestar psicológico de los jóvenes.

En lo que se refiere a la respuesta de Latinoamérica a la crisis en salud mental, se pudo identificar que esta región ya contaba con problemas de inestabilidad económica, política y social, por lo que la pandemia agudizó todo ello. Asimismo, la deficiente calidad de respuesta debido a la baja inversión en salud mental, la ausencia de una estrategia integrada y la presencia de un débil sistema de atención primaria agravó las condiciones de atención para reducir los efectos de la

pandemia en el bienestar de los jóvenes. A pesar de ello, se implementó la “teleconsulta” para cubrir la alta demanda de atención en los servicios de psicología y psiquiatría.

Esta nueva forma de atención virtual, a través de llamadas, videollamadas, y chats, permitió brindar acompañamiento y soporte emocional a los jóvenes durante el periodo de confinamiento; no obstante, a pesar de que este recurso fue novedoso para algunos países, cuenta con algunas limitaciones, como los problemas de acceso y la falta de preparación por parte de los especialistas, lo cual dificulta el proceso de atención.

Durante la redacción de la presente investigación, se presentaron algunas limitaciones, por ejemplo, son reducidas las investigaciones en el contexto Latinoamericano orientadas a estudiar el bienestar psicológico durante el 2019 - 2022 el cual corresponde al periodo de pandemia, asimismo son limitadas las investigaciones documentales en donde se sintetice la información teórica referente al tema de bienestar psicológico, por lo que es necesario continuar con este tipo de investigaciones para poder recolectar e interpretar la información, sentando base para otros tipos de estudio e intervenciones futuras.

De igual manera, otra limitación encontrada en la investigación es la heterogeneidad de los países latinoamericanos, puesto que la cultura de cada país influye de diferente forma en el bienestar psicológico de los jóvenes. Es decir, las creencias, valores influyen en la manera en el cual el bienestar psicológico se va desarrollando a lo largo de toda la vida.

Asimismo, la mayoría de investigaciones empleó una muestra universitaria, lo cual podría sesgar los resultados de la presente investigación, ya que no se podría generalizar con jóvenes de diferentes contextos que no sean universitarios.

Adicionalmente, se encontraron algunas limitaciones en los instrumentos mostrados a lo largo de la investigación, como los problemas de validez y confiabilidad, puesto que estos no se encontraban adaptados para un contexto latinoamericano. Igualmente, la falta de herramientas que ayudan a medir desde diferentes enfoques el estudio del bienestar psicológico, dificulta y limita los resultados.

Finalmente, después de todo lo expuesto y analizado, se proponen nuevas temáticas de interés científico como relacionar al bienestar psicológico con variables como el estrés percibido y el estrés situacional, ya que al revisar el impacto de la pandemia en el bienestar psicológico, el estrés es una de las problemáticas que más daño causó en la salud mental e influyó en los niveles de bienestar psicológico de los jóvenes, asimismo, también se podría estudiar la relación con aspectos contextuales como la economía, situación laboral, creencias, cultura, entre otros, ya que nos permitirían profundizar en cómo estos aspectos interactúan con el bienestar psicológico.

Por último, también sería importante demostrar si existe relación con la variable de adaptación y mecanismos de acción, ya que permitirían identificar que estrategias ayudan de mejor forma a potenciar el bienestar psicológico y que otras pueden afectar, esto con la finalidad de ser usado como antecedente, ya que ello ayudará a manejar situaciones similares a futuro, reduciendo el impacto de la pandemia en la salud mental de este grupo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Organización Mundial de la Salud (2020). *Transmisión del SARS-CoV-2: repercusiones sobre las precauciones en materia de prevención de infecciones*. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/333390/WHO-2019-nCoV-Sci_Brief-Transmission_modes-2020.3-spa.pdf
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (2021). *Las estadísticas de nacimientos y defunciones en América Latina*. https://www.cepal.org/sites/default/files/publication/files/46850/S2100203_es.pdf
- Organización Panamericana de la Salud (2020). *Alerta Epidemiológica Complicaciones y secuelas por COVID-19*. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52612/EpiUpdate12August2020_spa.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Molina Molina, M. (2020). *Secuelas y consecuencias de la COVID-19*. <http://www.neumologiaysalud.es/descargas/R13/R132-8.pdf>
- American Heart Association (2020). *COVID-19 and Cardiovascular Disease*. *Circulation*, Volume 141, 1648-1655
- Hernández Rodríguez, J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. <http://orcid.org/0000-0001-5811-5896>
- Gordon Frances, S. (2020). *El COVID-19 y la salud mental: ¿cuáles son las consecuencias?* <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133963198003>
- Fiorillo, A. y Gorwood, P. (2020). *The consequences of the COVID-19 pandemic on mental health and implications for clinical practice*. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2020.35>

- Organización Mundial de la Salud (2020). *La pandemia por COVID-19 provoca un aumento del 25% en la prevalencia de la ansiedad y la depresión en todo el mundo*. <https://www.paho.org/es/noticias/2-3-2022-pandemia-por-covid-19-provoca-aumento25prevalenciaansiedaddepresion-todo>
- Caballero Domínguez, C., y Campo Arias, A. (2020). *Problemas de salud mental en la sociedad: Un acercamiento desde el impacto del COVID 19 y de la cuarentena*. <https://doi.org/10.21676/2389783X.3467>
- Huang, Y., y Zhao, N. (2020). *Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China*. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954>
- Hossain, M., Tasnim, S., Faizah, F., Mazumder, L., McKyer, J., Ahmed, U., y Ma, P. (2020). *Epidemiology of mental health problems in COVID-19*. <https://doi.org/10.12688/f1000research.24457.1>
- Ozamiz Etxebarria, N., Dosil Santamaria, M., Picaza Gorrochategui, M., y Idoiaga Mondragon, N. (2020). *Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España*. <https://doi.org/10.1590/0102-311x00054020>
- Vindegaard, N., y Benros Eriksen, M. (2020). *COVID-19 pandemic and mental health consequences*. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.048>
- Martínez Taboas, A. (2020). *Pandemias, COVID-19 y Salud Mental: ¿Qué Sabemos Actualmente?* <https://doi.org/10.37226/rcp.v4i2.4907>
- Organización Panamericana de la Salud (2020) *El consumo de alcohol durante la pandemia de COVID-19 en América Latina y el Caribe*.

https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/53113/OPSNMHHMHCVID-19200042_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Villanueva, V., Motos, B., Isorno, M., Villanueva, V., Blay, P., y Vásquez, A. (2020). *Impacto de las medidas de confinamiento durante la pandemia de COVID-19 en el consumo de riesgo de alcohol.*

https://www.sanidad.gob.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/revista_cdrom/VOL95/ORIGINALES/RS95C_202101015.pdf

REUTERS (2022). *América Latina y el Caribe.*

<https://graphics.reuters.com/worldcoronavirustrackerandmaps/es/regions/latin-america-and-the-caribbean/>

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (2021). *Mortalidad por COVID-19 y las desigualdades por nivel socioeconómico y por territorio.*

<https://www.cepal.org/es/enfoques/mortalidad-covid-19-desigualdades-nivel-socioeconomico-territorio>

Lafuente, J. (2020). América Latina afronta la crisis del coronavirus entre tensiones políticas y fragilidad económica. *El País.*

<https://elpais.com/internacional/2020-03-17/america-latina>

Organización Internacional del Trabajo (2019). *Panorama Laboral 2019: América Latina y el Caribe.*

https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/americas/rolima/documents/publication/wcms_732198.pdf

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (2020). *América Latina y el Caribe ante la pandemia del COVID-19: efectos económicos y sociales.*

<https://repositorio.cepal.org/handle/11362/45337>

- Malamud, C., y Núñez Castellano, R. (2020). *El COVID-19 en América Latina: desafíos políticos, retos para los sistemas sanitarios e incertidumbre económica*. <https://www.realinstitutoelcano.org/analisis/el-covid-19-en-america-latina-desafios-politicos-retos-para-los-sistemas-sanitarios-e-incertidumbre-economica/>
- Organización Panamericana de la Salud (2020). *The Impact of COVID-19 on Mental, Neurological and Substance Use Services in the Americas: Results of a Rapid Assessment, June 2021*.
<https://iris.paho.org/handle/10665.2/54784>
- Organización Mundial de la Salud (2020). *Prehospital Emergency Medical Services. Readiness Checklist for Covid-19*.
<https://pers.droneemprit.id/covid19/>
- Organización Internacional del Trabajo (2020). *Impactos en el mercado de trabajo y los ingresos en América Latina y el Caribe*.
https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/americas/rolima/documents/publication/wcms_749659.pdf
- Peñafiel Chang, L. (2021). *Panorama económico, político y sanitario de América Latina y el Caribe al comienzo de la pandemia del COVID-19*.
<https://doi.org/10.17533/udea.le.n95a344608>
- Palacio, C. (2021). *Salud mental y COVID en Latinoamérica*.
<https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.07.001>
- Organización de las Naciones Unidas (2020). *La COVID-19 y la salud mental y el bienestar*.
<https://www.un.org/es/coronavirus/mentalhealthandwellbeing#:~>

:text=Los%20problemas%20de%20salud%20mental,profesional%20pued
en%20desencadenar%20conductas%20riesgosas.

Gallegos, M. (2021). *Salud Mental y COVID-19 en América Latina: un estado de situación. XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología*. <https://www.academica.org/000-007/239.pdf>

Organización Panamericana de la Salud (2021). *Mitigar las consecuencias directas e indirectas de la COVID-19 en la salud y el bienestar de la población joven de la Región de las Américas*.

https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/55303/OPSFPLHLCOVID-19210037_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Peramo Álvarez, F., López Zuñiga, M., y López Rus, M. (2021). *Secuelas médicas de la COVID-19*. <https://doi.org/10.1016/j.medcli.2021.04.023>

Ponce Lino, L., Muñiz Tóala, S., Mastarreno Cedeño, M., y Villacreces Holguín, G. (2020). *Secuelas que enfrentan los pacientes que superan el COVID 19*. 10.26820/recimundo/4. (3).julio.2020.153-162

Arias Zapata, C. (2020). *Bienestar psicológico durante el confinamiento por COVID-19 en la población adulta joven*. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/24197>

Hamuche, S. (2020). *COVID-19 and employees' mental health: stressors, moderators and agenda for organizational actions*. 10.35241/emeraldopenres.13550.1.

Vargas, M. (2020). *Bienestar psicológico y capacidades en tiempos de coronavirus*. <https://repositorio.pucp.edu.pe/index/bitstream/handle/123456789/176415/>

COVID19%20&%20Crisis%20de%20Desarrollo%20Humano%20en%20
America%20Latina_VF_25.05.pdf?sequence=5#page=217

Carmen Calle, M. (2020). *El impacto de la COVID-19 en adolescente y jóvenes.*

https://www.spaj.org.pe/wp-content/uploads/2020/11/001_Maria-del-Carmen-Calle-Impacto-de-la-COVID-19-adoles-y-jov-1.pdf

Organización de las Naciones Unidas (2021). *Encuesta de las Naciones Unidas sobre Juventudes de América Latina y el Caribe dentro del Contexto de la Pandemia del COVID-19.* https://lac.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/s2100285_es.pdf

Peniche Cetzal, R., y Crescencio Ramón, C. (2021). *Los jóvenes de educación media superior en contextos vulnerables.*

<https://revistas.uaa.mx/index.php/docere/article/view/3454/2889>Organizac

ión Internacional del Trabajo (2020). *Los jóvenes y la COVID-19: Efectos en los empleos, la educación, los derechos y el bienestar mental.*

https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/ed_emp/documents/publication/wcms_753054.pdf

Reyes, L., Santana, Y., Nava, R., Plata, D., y Gutiérrez, J. (2021). *Aprender a vivir para un mundo diferente.* Recuperado de

https://www.researchgate.net/profile/DennysTenelandaLopez/publication/353274551_APRENDER_A_VIVIR_PARA_UN_MUNDO_MEJORCOMPLETO/links/60f0b777fb568a7098b1f020/APRENDERAVIVIRPARAUNMUNDOMEJORCOMPLETO.pdf#page=150

Paucar, E. (2020). *El comportamiento de los jóvenes es clave para frenar los contagios.* *El Comercio.*

<http://www.elcomercio.com/actualidad/comportamiento-jovenescontagios-covid19-ecuador.html>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2021). *Encuesta de las Naciones Unidas sobre Juventudes de América Latina y el Caribe dentro del Contexto de la Pandemia del COVID-19*. https://lac.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/s2100285_es.pdf

Orellana, C., y Orellana, L. (2020). *Predictores de síntomas emocionales durante la cuarentena domiciliar por la pandemia de COVID-19 en El Salvador*. <http://dx.doi.org/10.15517/ap.v34i128.41431>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2020). *Efectos de la pandemia por la COVID-19 en la nutrición y actividad física de adolescentes y jóvenes*. <https://www.unicef.org/lac/efectos-de-la-pandemia-por-la-covid-19-en-la-nutricion-y-actividad-fisica-de-adolescentes-y-jovenes>

Morán, B., Franco, K., Bonifaz, E., y Pazmiño, B. (2020). *El impacto del COVID-19 en la salud mental aumenta el índice de mortalidad en América Latina*. https://www.researchgate.net/profile/DennysTenelandaLopez/publication/353274551_APRENDER_A_VIVIR_PARA_UN_MUNDO_MEJORCOMPLETO/links/60f0b777fb568a7098b1f020/APRENDERAVIVIRPARAUNMUNDOMEJORCOMPLETO.pdf#page=150

Organización Panamericana de la Salud (2020). *“El consumo de alcohol durante la pandemia de COVID-19 en América Latina y el Caribe”*. Washington, D.C: Autor.

- Concha Cisternas, Y., Castillo Retamal, M., y Guzmán Muñoz, E. (2020). *Comparación de la calidad de vida en estudiantes universitarios según nivel de actividad física*. 10.22267/rus.202201.172
- Guzmán Muñoz, E., Concha Cisternas, Y., Lira Cea, C., Vásquez Yáñez, J., y Castillo Retamal, M. (2021). *Impacto de un contexto de pandemia sobre la calidad de vida de adultos jóvenes*. <http://scielo.sld.cu/pdf/mil/v50n2/1561-3046-mil-50-02-e898.pdf>
- Cudris Torres, L., Barrios Núñez, A., y Bonilla Cruz, N. (2020). *Coronavirus: epidemia emocional y social*.
<https://www.redalyc.org/journal/559/55969797011/html/>
- Ballena, C., Cabrejos, L., Davila, Y., González, C., Mejía, G., Ramos, V., y Barboza, J. (2021). *Impacto del confinamiento por COVID-19 en la calidad de vida y salud mental*. <https://doi.org/10.35434/rcmhnaaa.2021.141.904>
- Villacis Pérez, B., Camacho Martínez, D., Narváez Cevallos, C., y Camacho Belén, A. (2021). *Consumo de alcohol durante la pandemia COVID-19 en América Latina y el Caribe*.
[https://doi.org/10.26820/reciamuc/5.\(4\).noviembre.2021.232-244](https://doi.org/10.26820/reciamuc/5.(4).noviembre.2021.232-244)
- Valerio, G., y Serna, R. (2018). *Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario*.
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S160740412018000300019&script=sci_arttext
- Castellanos Araque, F., Gutiérrez Gonzáles, O., López Jaimes, R., Nuván Hurtado, I., y Medina Ortiz, O. (2020). *Bienestar psicológico y características*

sociodemográficas en estudiantes universitarios durante la cuarentena por SARS-CoV-2 (COVID-19). <http://doi.org/10.5281/zenodo.4544052>

Silvera Torres, L., Olivella López, G., Cudris Torres, I., Bahamón, M., y Gil, G. (2020). *Programas, estrategias y protocolos de bienestar psicológico implementados en jóvenes universitarios.* <https://doi.org/10.5281/zenodo.4069559>

Moreta Herrera, R., López Calle, C., Gordón Villalba, P., Ortiz Ochoa, W., y Gaibor Gonzáles, I. (2020). *Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y social como predictores de la salud mental en ecuatorianos.* <https://doi.org/10.15517/ap.v32i124.31989>

González Gaibor, I., y Herrera Moreta, R. (2019). *Optimismo disposicional, ansiedad, depresión y estrés en una muestra del Ecuador. Análisis inter-género y de predicción.* <https://doi.org/10.15517/ap.v34i129.35148>

Malvezzi, M., Santana Feitosa, F., y Figueiredo Da Costa, C. (2021). *Bienestar psicológico y COVID-19: impactos psicológicos de la cuarentena en la población brasileña.* http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1413294X2021000200001&script=sci_abstract&tlng=es

Reyes, E. (2022). *Metodología de la investigación científica.* <https://books.google.es/books?id=SmdxEAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>

Gómez Felices, J. (2019). *¿Salud, bienestar, felicidad, eudaimonia?* <https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/239030/retrieve>

- Barrantes Brais, K., y Ureña Bonilla, P. (2019). *Bienestar psicológico y bienestar subjetivo en estudiantes universitarios costarricenses*.
<https://www.redalyc.org/pdf/802/80242935006.pdf>
- Bahamón, M., Alarcón Vásquez, Y., Cudris Torres, L., Trejos Herrera, A., y Campo Aráus, L. (2019). *Bienestar psicológico en adolescentes colombianos*.
<http://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/4522/Bienestarpsicológicoenadolescentescolombianos.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ryan, R., y Deci, E. (2019). *Brick by brick: The origins, development, and future of self-determination theory*. *Advances in motivation science*, 6, 111-156.
- Chapoñan Palacios, M. (2021). *Análisis teórico del bienestar psicológico formulado por Carol Ryff y Martina Casullo*.
https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/4371/1/TIB_ChapoñanPalaciosMaria.pdf
- Heintzelman, S. (2018). *Eudaimonia in the Contemporary Science of Subjective Well-Being: Psychological Well-Being, Self-Determination, and Meaning in Life*. <https://www.nobascholar.com/chapters/18/download.pdf>
- Delgado Tenorio, A., Oyanguren Casas, N., Reyes Gonzáles, A., Zegarra, A., y Cueva, M. (2021). *El rol moderador de la procrastinación sobre la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de pregrado*. *Propósitos y Representaciones*, 9(3), de 1372.
<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n3.1372>
- Estrada López, H., De la cruz Almanza, S., Pérez Maldonado, J., Cáceres Martelo, A., y Bahamón, M. (2018). *Burnout académico y su relación con el*

bienestar psicológico en estudiantes universitarios. Revista ESPACIOS,39(15), 7-17.

<http://www.revistaespacios.com/a18v39n15/18391507.html>

Yataco Apaza, J. (2019). *Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de ingeniería de sistemas de una universidad privada de Lima sur.*

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/707/Yataco%20Apaza%2c%20Jessica%20Paola.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Barra Almagiá, E., Soto Quevedo, O., y Schmidt Díaz, K. (2019). *Personalidad y bienestar psicológico: un estudio en universitarios chilenos.*

<https://erevistas.uca.edu.ar/index.php/RPSI/article/view/2358>

Chanpoñan Palacios, M. (2021). *Análisis teórico del bienestar psicológico formulado por Carol Ryff y Martina Casullo.*

<http://hdl.handle.net/20.500.12423/4371>

Hernández Arteta, R. (2020). *Psicología de la felicidad y bienestar.*

https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/8961/Psicologia_HernandezArteta_Robertha.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Canchari Flores, Y. (2019). *Bienestar psicológico, una revisión histórica del concepto.*<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6641/Canchari%20Flores,%20Yanet.pdf?sequence=1>

García, F.; Castillo, B.; García, A.; y Smith Castro, V. (2017). *Bienestar psicológico, identidad colectiva y discriminación en habitantes de barrios estigmatizados.* <https://doi.org/10.16925/pe.v13i22.1987>

- Meneses, M. (2018). *Revisión de las principales teorías de bienestar psicológico*. http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/14523/1/MenesesMaria_2018_RevisionPrincipalesTeorias.pdf
- Fernández Liporace, M., Uriel, F., Bruno; F., y Stover, B. (2017). *Teoría de la Autodeterminación: una revisión teórica*. <https://www.redalyc.org/pdf/4835/483555396010.pdf>
- Arana Medina, C., Restrepo Botero, J., García Peña, J., y Hoyos Zuluaga, E. (2018). *Consistencia interna de la escala EBP en jóvenes residentes en Medellín (Antioquia)*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6134482>
- Domínguez Bolaños, R.; y Ibarra Cruz, E. (2017). *La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad*. <https://www.redalyc.org/pdf/1995/199551160035.pdf>
- Seligman Pete, M. (2019). *Positive Psychology: A Personal History*. <https://www.annualreviews.org/doi/pdf/10.1146/annurev-clinpsy-050718-095653>
- Domínguez Lara, S., Romo Gonzáles, T., Palmeros Exsome, C., Barranca Enríquez, A., Del Moral Trinidad, E., y Campos Uscanga, Y. (2019). *Análisis estructural de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en universitarios mexicanos*. *Liberabit*, 25(2), 267-285. <https://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2019.v25n2.09>
- García Álvarez, D., Hernández Lalinde, J., Espinoza Castro, J., y Soler, M. (2020). *Validación de la escala de bienestar psicológico para jóvenes de Casullo en adolescentes montevideanos*. <http://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/8897/2020>

- Figuerola Escoto, R., Luna, D., Lezana Fernández, M., y Meneses Gonzáles, F. (2021). *Propiedades Psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) en población Mexicana*. <https://revistas.ces.edu.co/index.php/psicologia/article/view/5572/3474>
- Meier, L.; y Oros, L. (2019). *Adaptación y Análisis Psicométrico de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en Adolescentes Argentinos*. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S071822282019000100108&script=sci_arttext
- Sandín, B., Chorot, P., García, J., y Valiente. R. (2021). *Impacto emocional de la pandemia de COVID - 19 durante el periodo de confinamiento en España: factores protectores y factores de riesgo/ vulnerabilidad*. <http://revistas.uned.es/index.php/accionpsicologica/article/view/29520/240>
56
- Miranda, A., y Alfredo, M. (2022). *El impacto de la pandemia COVID-19 en la inserción laboral de las juventudes en Argentina: intersecciones entre clases y géneros*. <https://ultimadecada.uchile.cl/index.php/UD/article/view/65989>
- Vallejo, I., y Álvarez, K. (2020). *La pandemia del Coronavirus en la Amazonía ecuatoriana: vulnerabilidades y olvido del Estado*. 10.11606/issn.2316-9133.v29i1p94-110
- Alcántara Montero, A., Pacheco Vasconcelos, R., Cadenas Holguín, A., y Matsuki Martín de Prado, T. (2020). *Posibles factores protectores de la infección por SARS-CoV-2 en una paciente vulnerable: a propósito de un caso [Possible protective factors of SARS-CoV-2 infection in a vulnerable*

patient: Report of a case]. *Semergen*, 46 Suppl 1, 95–98.

<https://doi.org/10.1016/j.semerg.2020.05.013>

Lustig, N., y Mariscal, J. (2020). El impacto de la COVID 19 en América Latina:

Se requieren respuestas fuera del libreto.

<https://www.fundacioncarolina.es/wp-content/uploads/2020/04/AC-22.->

2020.pdf

Narváez Harvey, J., Obando Guerrero, L., Hernández Ordoñez, K., y Cruz Gordon,

E. (2021). *Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la*

COVID-19 en universitarios. Universidad y Salud, 23(3), 207-216. Epub

September 01, 2021. <https://doi.org/10.22267/rus.212303.234>

Medina Pacheco, B., Fernández Montaña, L., Zúñiga Ayala, D., y Gómez Del Paso,

M. (2022). Bienestar psicológico de estudiantes universitarios durante la

pandemia por SARS COVID 19. *Revista Electrónica Del Desarrollo*

Humano Para La Innovación Social, 9(17).

<https://www.cdhis.org.mx/index.php/CAGI/article/view/165>

Herrera, J. (2022). *Importancia de algunas competencias socio emocionales como*

factores protectores en la pandemia COVID-19.

<https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/27722/6/>

Organización Internacional del Trabajo (2019). *El mundo del trabajo en tiempos de*

la COVID-19 y la respuesta de la OIT en América Latina y el Caribe.

<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1636522/>

Comisión Económica Para América Latina y El Caribe (2020). *América Latina ante*

la crisis del COVID-19. Vulnerabilidad socioeconómica y respuesta social.

https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/46484/1/S2000718_es.pdf

Kuric Cardelis, S., Calderón Gómez, D., y Sanmartín Ortí, A. (2021). *Educación y brecha digital en tiempos del COVID-19. Perfiles y problemáticas experimentadas por el alumnado juvenil para afrontar sus estudios durante el confinamiento*. <http://dx.doi.org/10.7203/RASE.14.1.18265>

Benedicto, J.; Echaves, A.; Jurado, T.; Ramos, M.; y Tejerina, B. (2020). *La juventud que sale de crisis*.

<https://recyt.fecyt.es/index.php/res/article/view/79468/63157>

Reisdorf, B., y Rhinesmith, C. (2020). *Digital Inclusion as a Core Component of Social Inclusion*. <https://doi.org/10.17645/si.v8i2.3184>.

Organización Internacional del Trabajo (2020). *Los jóvenes y la pandemia de la COVID-19: efectos en los empleos, la educación, los derechos y el bienestar mental*. <https://www.ilo.org/global/topics/youth>

López Gonzáles, R., Hernández Hernández, D., y Yorhendi Ceballos, G. (2021). *Juventud universitaria en tiempos de pandemia*. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/70614540/Juventud_en_tiempos_de_pandemia_GerardoYorhendiCeballosMarin-with-cover-page-v2.pdf

Organización Internacional del Trabajo (2021). *Labour Overview in times of COVID-19: Impact on the labour market and income in Latin America and the Caribbean. Second Edition*.

<https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro>

Banco Interamericano de Desarrollo (2020). *Los mercados laborales de América Latina y el Caribe ante el impacto de COVID-19*.

<https://publications.iadb.org/publications/spanish/document/Los-mercados-laborales-de-America-Latina-y-el-Caribe-ante-el-impacto-de-COVID-19.pdf>

Domínguez, A. (2021). *Juventud frente a la pandemia COVID-19: el otro grupo en condición de vulnerabilidad*. <https://doi.org/10.47456/cadecs.v9i1.37150>

Organización Internacional del Trabajo (2021). *Panorama laboral 2021. América Latina y el Caribe*. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/--ro-lima/documents/publication/wcms_836196.pdf

Banco Mundial (2020). *COVID-19 Could Lead to Permanent Loss in Learning and Trillions of Dollars in Lost Earnings*. <https://www.worldbank.org/en/news/press-release/2020/06/18/>

Organización de las Naciones Unidas (2020). *El impacto del COVID-19 en América Latina y el Caribe*. https://peru.un.org/sites/default/files/202007/SG%20Policy%20brief%20COVID%20LAC%20%28Spanish%29_10%20July_0.pdf

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (2020). *Los impactos del COVID-19 en la autonomía económica de las mujeres en América Latina y el Caribe*. <https://www.latinamerica.undp.org>

Achdut, N., y Rafaeli, T. (2020). *Unemployment and Psychological Distress among Young People during the COVID-19 Pandemic: Psychological Resources and Risk Factors*. <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/19/7163/htm>

Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OECD) (2020). *COVID-19: Protecting people and societies*. <https://www.oecd.org/coronavirus/en/>

- Díaz, E. (2020). *El efecto de la socialización limitada en tiempos de pandemia*.
<https://www.isep.es/actualidad-psicologia-clinica/efecto-socializacion-limitada-pandemia/>
- Posada Bernal, S., Bejarano Gonzáles, M., Rincón Roso, L., Trujillo García, L., y Vargas Rodríguez, N. (2021). *Cambios en las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios durante la pandemia*.
https://revistas.uptc.edu.co/index.php/semilleros_investigacion/article/view/12573/10673
- Hartung, A. (2020). Adolescentes en cuarentena y cómo les afecta perder su vida social. *La Tercera*.
<https://www.latercera.com/paula/noticia/adolescentesencuarentenacomoles-afectaperdersuvidasocial/WNTFAQTHYVDQLLUNTCX3MPJITA/>
- Cívico Ariza, N., y Colomo Magaña, E. (2021). *Jóvenes y uso problemático de las tecnologías durante la pandemia: una preocupación familiar*.
<http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/427/4271799011/>
- Sanfeliciano, A. (2019). Relaciones de amistad: ¿Cómo evolucionan a lo largo de la vida? <https://lamen-teesmaravillosa.com/relaciones-de-amistad-como-evolucionan-a-lo-largo-de-la-vida/>
- Guzmán Muñoz, E., Concha Cisternas, Y., Vásquez Cea, K., Lira Yáñez, J., y Castillo Retamal, M. (2021). *Impacto de un contexto de pandemia sobre la calidad de vida de adultos jóvenes*.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S013865572021000200006&lng=es&tlng=es

- Rosas Arango, S., Del Ángel Carazo, J., y Soriano Vargas, E. (2020). *Infección por COVID-19, una mirada a los factores ambientales relacionados con la pandemia*. <http://www.scielo.org.co/pdf/nova/v18nspe35/1794-2470-nova-18-spe35-101.pdf>
- Castañeda Hernández, D., y Rodríguez López, J. (2020). *COVID 19 - La pandemia. Una mirada a sus impactos en Latinoamérica*. <https://www.researchgate.net/profile/Javier-Rodriguez-Lopez-3/publication/348208372>
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2019). *Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional*. <https://www.fao.org/3/cb2242es/cb2242es.pdf>
- Gómez Luna, L. (2020). *El desafío ambiental: enseñanzas a partir de la COVID-19*. <https://www.redalyc.org/journal/3684/368464308015/368464308015.pdf>
- Filardo, V. (2019). *Juventud, juventudes, jóvenes: esas palabras*. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/udecada/v26n50/0718-2236-udecada-26-50-00109.pdf>
- García Fuentes, J., y Martínez García, J. (2020). *Los Jóvenes “NI-NI”: Un Estigma que Invisibiliza los Problemas Sociales de la Juventud*. <https://epaa.asu.edu/index.php/epaa/article/view/4652/2381>
- Rodríguez, (2020). *Desarrollo Humano II*. República Dominicana: Ediciones UAPA
- Feixa Pámpols, C. (2019). *Identidad, Juventud y Crisis: el concepto de crisis en las teorías sobre la juventud*. 10.22325/fes/res.2020.72

- Barbero, J. (2018). *Jóvenes, el mensaje de la nueva generación*.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=712463>
- Rodríguez Soler, J., y Verd, M. (2018). *El diseño y despliegue del sistema de garantía juvenil. Un análisis documental*.
<https://doi.org/10.22325/fes/res.2018.22>
- Jaque Ulloa, I. (2021). *Pandemia y confinamiento: repercusiones en el bienestar psicológico y emocional de jóvenes y niños*.
<https://revistas.udd.cl/index.php/confluencia/article/view/633/562>
- Daza Cifuentes, B., Rincón Chávez, J., y Sabogal Montenegro, Y. (2022). *Factores psicosociales que inciden en el bienestar psicológico en el marco de la pandemia, por COVID 19 en estudiantes del programa de psicología Universidad Cooperativa - Villavicencio Colombia*.
<https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/69fb9bf4-b40b-4a25-b0b8-3746e1f1dc7a/content>
- Surco Antonio, E. (2021). *Desarrollo físico, intelectual y social de la adolescencia, juventud, adultez y senectud. Aplicación didáctica: Diseño de clase*.
<https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/6598/MONO%20GRAFÍA%20-%20SURCO%20ANTONIO%20ERICKA%20-%20FCSYH.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Palomera Chávez, A., Herrero, M., Carrasco Tapías, N., Juárez Rodríguez, P., Barrales Díaz, C., Hernández Rivas, M., Llantá Abreu, M., Lorenzana Montengro, L., Meda Lara, R., y Moreno Jiménez, B. (2021). *Impacto psicológico de la pandemia COVID-19 en cinco países de Latinoamérica*.
<https://doi.org/10.14349/rlp.2021.v53.10>

- Castañeda Hernández, D., y Rodríguez López, J. (2020). *COVID 19 - La pandemia. Una mirada a sus impactos en Latinoamérica.*
<https://www.researchgate.net/profile/Javier-Rodriguez-Lopez-3/publication/348208372>
- Bello Castillo, I.; Peterson Elías, P.; Martínez Camilo, A.; y Sánchez Vincitore, L. (2021). *Estrategias de afrontamiento: efectos en el bienestar psicológico de universitarios durante la pandemia por COVID-19*
<https://doi.org/10.22206/cys.2021.v46i4.pp31-48>
- Cucunúba, Z. (2020). *Investigación científica prioritaria en Latinoamérica para orientar la prevención y el control de la COVID-19.*
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-41572020000600009
- Mendoza, R., Lozano, J., y Venegas, F. (2020). *Impacto de la pandemia COVID-19 en variables financieras relevantes en las principales economías de Latinoamérica.*
<http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0188-33802020000300125>
- Maguiña Vargas, C., Gatelo Acosta, R., y Tequen Bernilla, A. (2020). *El nuevo Coronavirus y la pandemia del COVID-19.*
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1018-130X2020000200125&script=sci_arttext
- Andersen, K., Rambaut, A., Lipkin, W., Holmes, E., y Garry, R. (2020). *The proximal origin of SARS-CoV-2.* Nature Medicine.
<https://doi.org/10.1038/s41591-020-0820-9>.

- OPS (2021). *Aumentan 50% los casos de COVID-19 en la última semana en las Américas*. <https://www.paho.org/es/recursos-informacion-covid-19-argentina>.
- Schoeps, K., Tamarit, A., De la Barrera, U., Lacomba, L., Montoya, I., Del Rosario, C., Coello, F., Herrera, S., Trujillo, Á., Riveros, F., y Amador Esparza, N. (2022). *Social and Psychological Effects of COVID-19 Pandemic on Adolescents' and Young Adults' Mental Health: A Cross-Cultural Mediation Study*. *Psychological Reports*. <https://doi.org/10.1177/00332941221100451>
- Luque Mongrovejo, H., y Cazorla Jiménez, A. (2021). *Funcionamiento familiar y bienestar psicológico en jóvenes universitarios dentro del contexto de COVID-19*. http://54.213.100.250/bitstream/20.500.12590/17120/1/LUQUE_MOGRO_VEJO_HIL_BIE.pdf
- Mac-Ginty, S., Jiménez Molina, A., y Martínez, V. (2021). *Impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios en Chile*. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/fr/biblio-1379352>
- Urías Aguirre, K., Salcido Cibrián, L., y Elizalde Mojardin, M. (2021). *Síntomas y diagnóstico COVID en estudiantes universitarios: Bienestar Psicológico*. https://www.researchgate.net/publication/360400123_Sintomas_y_diagnostico_COVID_en_estudiantes_universitario_Bienestar_Psicologico
- Cabrera Gómez, C., Caldas Luceiro, J., Rivero Porras, D., y Carrillo, S. (2019). *Influencia del programa "Florece" en el bienestar psicológico de jóvenes universitarios*. <https://hdl.handle.net/20.500.12442/5023>

- Enríquez Anchatuña, S. (2022). *Tele psicología en tiempos de crisis sanitaria por confinamiento de COVID-19 en Latinoamérica*.
<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/26867>
- Silvera Torres, L., Olivella López, G., Cudris Torres, L., Bahamón, M., y Gil, G. (2020). *Programas, estrategias y protocolos de bienestar psicológico en jóvenes universitarios*. <https://hdl.handle.net/20.500.12442/6199>
- Becerra Cacho, L., y Ruíz Cabanillas, B. (2020). *La pandemia COVID-19 y su impacto en el bienestar psicológico*.
<http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/1567>
- Tena Such, A., y Gaitán Rossi, P. (2020). *Impacto del COVID-19 en México: Un análisis de las respuestas ante la pandemia*.
<https://doi.org/10.14635//REVPSY.2.1>
- Castañeda Hernández, D., y Rodríguez López, J. (2020). *COVID 19 - La pandemia. Una mirada a sus impactos en Latinoamérica*.
https://www.researchgate.net/profile/Javier-Rodriguez-Lopez-3/publication/348208372_COVID_19_-_La_pandemia_Una_mirada_a_sus_impactos_en_Latinoamerica/links/604070a492851c077f15f720/COVID-19-La-pandemia-Una-mirada-a-sus-impactos-en-Latinoamerica.pdf
- Merino Zeballos, F., y Noboa Ramos, M. (2019). *Adaptación lingüística y baremación de la escala de bienestar psicológico de Ryff al contexto de la población Ecuatoriana*.
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/2730>

- Pinedo Roa, A., Castro Muñoz, A., y Chaparro Clavijo, A. (2018). *Estudio psicométrico de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en adultos jóvenes colombianos*. <https://psycnet.apa.org/record/2018-49850-004>
- Díaz, D., Rodríguez Carvajal, R., Blanco, A., Moreno Jiménez, B.; Gallardo, I., Valle, C., y Dierendonck, D. (2006). *Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff*. *Psicothema*, 18(3), 572-577. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72718337.pdf>
- Dominguez Lara, S. (2014). *Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de Lima: un enfoque de ecuaciones estructurales*. *Psychologia: avances de la disciplina*, 8(1), 23-31. <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v8n1/v8n1a03.pdf>
- Pineda Alcos, V., Conza Leonardo, N., y Quispe Charca, M. (2021). *Resiliencia y bienestar psicológico durante la pandemia COVID-19 en jóvenes de la ciudad de Juliaca, 2021*. <http://hdl.handle.net/20.500.12840/5452>
- García De la Osa, E., y Ramos Monsivais, C. (2022). *Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de educación superior en tiempos de pandemia*. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i2.3142>
- Antiporta, D., y Bruni, A. (2020). *Emerging mental health challenges, strategies, and opportunities in the context of the COVID-19 pandemic: Perspectives from South American decision-makers*. 10.26633/RPSP.2020.154
- Unión Internacional de Telecomunicaciones (2022). *Acceso a internet en América Latina y el Caribe*. <https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2022-09/undp-brlac-Digital-ES.pdf>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura - UNESCO (2021). *La educación en América Latina y el Caribe ante la COVID-19*. <https://es.unesco.org/fieldoffice/santiago/covid-19-education-alc>

Caicedo Guale, L., Briones Palacios, Y., Pinargote Macías, E., Durán Solórzano, S., y Rodríguez Álava, L. (2021). *El abordaje del psicólogo clínico en la promoción, prevención e intervención de la salud mental. Portoviejo – Ecuador*. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i3.537

Bravo, J. (2019). Conceptos básicos de la psicología comunitaria desde la acción comunitaria al cambio social. <https://resources.uss.cl › upload › 2016/03 › MAT>.

Organización Mundial de la Salud (2020). *Los países de Latinoamérica y el Caribe necesitan gastar más y mejor en salud para poder enfrentar una emergencia de salud pública como el COVID-19 de manera efectiva*. <https://www.bancomundial.org/es/news/press-release/2020/06/16/latin-america-caribbean-health-emergency-covid-19>