

Investigación piloto y plan de intervención en depresión y bienestar psicológico de hombres adolescentes infractores

Investigación piloto y plan de intervención en depresión y bienestar psicológico de hombres adolescentes infractores

Estudo piloto e plano de intervenção sobre depressão e bem-estar psicológico em adolescentes infratores do sexo masculino

ARTÍCULO ORIGINAL



Escanea en tu dispositivo móvil

o revisa este artículo en:

<https://doi.org/10.33996/repsi.v9i23.208>

 **Anna Isabel Costales Zavgorodniaya**
annacostales@gmail.com

 **Israel C. Verdugo Vivar**
israelverdugovivar@gmail.com

Universidad PUCE Ambato. Ambato, Ecuador

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

RESUMEN

El objetivo de la presente investigación fue describir los niveles y características de la depresión en adolescentes infractores y analizar su relación con variables de bienestar psicológico, con el fin de fundamentar una propuesta de intervención psicológica basada en Terapia Cognitivo-Conductual. El estudio tuvo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, descriptivo, transversal y de campo, y se apoyó en estadística descriptiva e inferencial. La muestra estuvo conformada por 14 adolescentes infractores de sexo masculino, seleccionados mediante criterios de inclusión y exclusión previamente establecidos. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Depresión de Beck, la Escala de Depresión de Zung y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los resultados evidenciaron que un porcentaje significativo de la muestra presentó niveles de depresión entre moderados y severos, con puntajes elevados en ambas escalas de depresión, así como niveles bajos a moderados de bienestar psicológico, destacándose el propósito de vida como la dimensión más afectada. A partir de estos hallazgos, se propone una intervención psicológica de orientación cognitivo-conductual, ajustada a las características observadas en la población estudiada, con énfasis en la reestructuración cognitiva, el fortalecimiento del propósito vital y el desarrollo de habilidades de afrontamiento. Se concluye que los resultados tienen implicaciones clínicas y psicosociales relevantes, al evidenciar la necesidad de intervenciones psicológicas específicas en adolescentes infractores, y se recomienda la realización de estudios experimentales futuros que permitan evaluar la eficacia del plan de intervención propuesto.

Palabras clave: intervención cognitiva conductual, adolescentes infractores, depresión

ABSTRACT

The objective of the present study was to describe the levels and characteristics of depression in adolescent offenders and to analyze their relationship with psychological well-being variables, in order to provide a foundation for a psychological intervention proposal based on Cognitive Behavioral Therapy. The study adopted a quantitative approach with a non-experimental, descriptive, cross-sectional, and field design, and was supported by descriptive and inferential statistical analyses. The sample consisted of 14 male adolescent offenders, selected according to previously established inclusion and exclusion criteria. The instruments used were the Beck Depression Inventory, the Zung Self-Rating Depression Scale, and the Ryff Psychological Well-Being Scale. The results showed that a significant proportion of the sample exhibited moderate to severe levels of depression, with elevated scores on both depression scales, as well as low to moderate levels of psychological well-being, with purpose in life emerging as the most affected dimension. Based on these findings, a cognitive-behavioral psychological intervention is proposed, tailored to the characteristics observed in the studied population, with emphasis on cognitive restructuring, strengthening of life purpose, and development of coping skills. It is concluded that the findings have relevant clinical and psychosocial implications, as they highlight the need for specific psychological interventions for adolescent offenders, and the implementation of future experimental studies is recommended in order to evaluate the effectiveness of the proposed intervention plan.

Key words: rational emotive behavior intervention, juvenile offenders, depression

RESUMO

O objetivo do presente estudo foi descrever os níveis e as características da depressão em adolescentes infratores e analisar sua relação com variáveis de bem-estar psicológico, a fim de fundamentar uma proposta de intervenção psicológica baseada na Terapia Cognitivo-Comportamental. O estudo adotou uma abordagem quantitativa, com delineamento não experimental, descritivo, transversal e de campo, apoiado em análises estatísticas descritivas e inferenciais. A amostra foi composta por 14 adolescentes infratores do sexo masculino, selecionados de acordo com critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos. Os instrumentos utilizados foram o Inventario de Depressão de Beck, a Escala de Depressão de Zung e a Escala de Bem-Estar Psicológico de Ryff. Os resultados evidenciaram que uma proporção significativa da amostra apresentou níveis de depressão entre moderados e severos, com escores elevados em ambas as escalas de depressão, bem como níveis baixos a moderados de bem-estar psicológico, destacando-se o propósito de vida como a dimensão mais afetada. Com base nesses achados, propõe-se uma intervenção psicológica de orientação cognitivo-comportamental, ajustada às características observadas na população estudada, com ênfase na reestruturação cognitiva, no fortalecimento do propósito de vida e no desenvolvimento de habilidades de enfrentamento. Conclui-se que os resultados apresentam implicações clínicas e psicosociais relevantes, ao evidenciar a necessidade de intervenções psicológicas específicas para adolescentes infratores, recomendando-se a realização de estudos experimentais futuros que permitam avaliar a eficácia do plano de intervenção proposto.

Palavras-chave: intervenção cognitivo-comportamental, adolescentes infratores, depressão

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) conceptualiza la depresión como un conjunto de trastornos de salud mental que representan un desafío significativo para la salud pública a nivel global, debido a su alta prevalencia y a su impacto funcional en distintos grupos etarios. Se estima que la prevalencia de la depresión en adolescentes oscila entre el 3 % y el 8 %, mientras que en la población adulta se sitúa entre el 4 % y el 5 %; además, aproximadamente el 26 % de los adultos que presentan depresión reportan haber experimentado sus primeros síntomas antes de los 18 años (OMS, 2016). Estos datos evidencian la relevancia de la adolescencia como una etapa crítica para la aparición temprana de los trastornos depresivos.

La adolescencia constituye un período clave del desarrollo humano, caracterizado por profundos cambios psicológicos, físicos y sociales, durante el cual se consolidan aspectos fundamentales de la personalidad como la autoimagen, el autoconcepto y la autoestima. La adecuada resolución de esta etapa resulta determinante para el funcionamiento personal, social y emocional en la vida adulta (Soplopucu, 2019). Sin embargo, la vulnerabilidad propia de este periodo incrementa el riesgo de desarrollar

trastornos del estado de ánimo, especialmente cuando confluyen factores contextuales adversos. La depresión en adolescentes suele manifestarse mediante síntomas como tristeza persistente, ansiedad significativa, pérdida de interés en actividades cotidianas y alteraciones del sueño y la alimentación, los cuales pueden verse intensificados por condiciones ambientales desfavorables (González et al., 2017).

Dentro de este grupo etario, los adolescentes infractores constituyen una población particularmente vulnerable. Se trata de jóvenes que presentan características psicológicas, sociales, emocionales y cognitivas diferenciadas, frecuentemente asociadas a contextos de exclusión social, pobreza, violencia y disfunción familiar. En el contexto ecuatoriano, se estima que los adolescentes representan aproximadamente el 12 % de la población total; de ellos, cerca del 70 % se encuentran en condiciones de vulnerabilidad y el 45 % vive en situaciones de riesgo, como la exposición a distintos tipos de violencia (Terán, 2017). Aunque menos del 1 % de los adolescentes ha tenido conflictos con la ley, este subgrupo suele provenir de entornos socioeconómicos bajos y estar expuesto a múltiples factores de riesgo, como consumo de sustancias, violencia intrafamiliar y abuso (Galván y Durán, 2019).

Desde una perspectiva jurídica y social, se considera adolescentes infractores a aquellos jóvenes entre 12 y 18 años que han cometido actos tipificados como delitos y que conllevan sanciones proporcionales a la gravedad de la infracción (García, 2016; Ortega, 2018). No obstante, más allá del componente legal, diversos estudios coinciden en señalar que esta población presenta una elevada prevalencia de trastornos psicológicos, entre ellos la depresión. Investigaciones previas indican que una proporción significativa de adolescentes infractores experimenta altos niveles de infelicidad, ideación suicida y síntomas compatibles con depresión mayor, siendo estas manifestaciones más frecuentes en varones (Lindao y Vera, 2021). Asimismo, factores como la ausencia de figuras parentales, el bajo nivel educativo del entorno familiar y la exposición prolongada a situaciones de violencia se han asociado con mayores niveles de inmadurez emocional y dificultades en la percepción de la realidad (Moral y Pelayo, 2016).

La evidencia empírica también señala que las conductas antisociales y delictivas en la adolescencia se relacionan con variables psicosociales como el bienestar psicológico, la regulación emocional, la resiliencia y el apoyo social. En este sentido, diversos autores han propuesto que la depresión y el bienestar psicológico pueden entenderse como extremos de

un continuo, de modo que la presencia de síntomas depresivos implica una disminución significativa del bienestar subjetivo (Rossi et al., 2019). Esta relación resulta especialmente relevante en adolescentes infractores, quienes enfrentan mayores dificultades para desarrollar habilidades adaptativas y estrategias de afrontamiento eficaces.

En este marco, la Terapia Racional Emotiva (TRE), desarrollada por Albert Ellis, se presenta como un enfoque psicológico pertinente para la comprensión y abordaje de la depresión en poblaciones vulnerables. La TRE se centra en la identificación y modificación de pensamientos irracionales que generan malestar emocional, promoviendo patrones cognitivos más adaptativos y funcionales (Palomino et al., 2017). Diversos estudios han evidenciado la eficacia de este enfoque en la reducción de síntomas depresivos en adolescentes y otras poblaciones clínicas, al favorecer la reestructuración cognitiva, la regulación emocional y el fortalecimiento de habilidades de afrontamiento (Piox, 2016; Soplopuc, 2019; Valdez, 2020).

A pesar de la evidencia disponible, se identifican vacíos en la investigación empírica local respecto a la caracterización de la depresión y su relación con el bienestar psicológico en adolescentes infractores, así como en la fundamentación de propuestas de intervención

psicológica ajustadas a sus necesidades específicas. En este contexto, resulta pertinente desarrollar estudios descriptivos que permitan identificar los niveles y características de la depresión en esta población, como base para la formulación de intervenciones psicológicas teóricamente sustentadas y culturalmente contextualizadas.

METODOLOGÍA

La presente investigación adoptó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, descriptivo, transversal y de campo, orientado a la caracterización de los niveles de depresión y bienestar psicológico en adolescentes infractores, así como al análisis exploratorio de la relación entre estas variables. Dado el tamaño reducido de la muestra, el estudio se concibe como exploratorio, por lo que sus resultados no pretenden ser generalizables a la población total de adolescentes infractores.

Participantes

La población de interés estuvo conformada por adolescentes infractores de sexo masculino, privados de libertad en un centro de detención juvenil de la ciudad de Cuenca, Ecuador. La muestra estuvo constituida por 14 adolescentes varones, con edades comprendidas entre los 12

y 18 años, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, en función de la accesibilidad y de los permisos institucionales disponibles.

La exclusión de adolescentes de sexo femenino constituye un sesgo de género, el cual limita el análisis comparativo por sexo y la validez externa de los hallazgos. Asimismo, el reducido tamaño muestral restringe la potencia estadística y la posibilidad de extrapolar los resultados a otros contextos o poblaciones, lo que debe ser considerado al interpretar los hallazgos.

Consideraciones éticas

El estudio se desarrolló de conformidad con los principios éticos establecidos en el Código de Núremberg, el Manual Ético de la Asociación Americana de Psicología (APA, 2019) y el Código de Ética del Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Se obtuvo la autorización de la coordinación de la maestría correspondiente, así como los permisos institucionales del Servicio Nacional de Atención Integral a Personas Adultas Privadas de la Libertad y Adolescentes Infractores (SNAI), zona Azuay-Cuenca.

Cada participante recibió información verbal clara y comprensible sobre los objetivos y procedimientos del estudio. Asimismo, se entregó un formulario de consentimiento informado, mediante el cual los adolescentes manifestaron

su participación voluntaria, garantizándose la confidencialidad, el anonimato y el derecho a retirarse del estudio en cualquier momento sin consecuencias.

Instrumentos

Variables sociodemográficas

Para la recolección de datos sociodemográficos se aplicó una encuesta de elaboración propia,

que incluyó información sobre edad, lugar de nacimiento, nivel educativo, situación familiar, convivencia, antecedentes de atención psicológica o psiquiátrica y uso previo de medicación. Este instrumento tuvo un carácter descriptivo y no fue sometido a un proceso formal de validación psicométrica, lo cual constituye una limitación metodológica del estudio.

Tabla 1. Encuesta Sociodemográfica.

1. Edad: _____
2. Lugar de nacimiento: _____
3. Nivel de instrucción: Escuela () Colegio () Bachiller () Universidad ().
4. ¿Hasta qué año curso? _____
5. Ocupación: _____
6. ¿Antes de ingresar al centro mantenía alguna relación de pareja? Si () No ()
7. ¿En el caso de ser SI su respuesta anterior, conserva en la actualidad la relación de pareja? Si () No ()
8. Número de personas a cargo y parentesco: _____
9. Con quien vive: Padres () Abuelos () Solo () Pareja () Amigos () Parientes ()
10. En la actualidad sus padres están: Casados () Unión Libre () Separados () Divorciados ()
11. Ha acudido a consulta con el psiquiatra o psicólogo previamente Si () No ()
 ¿Cuál fue la causa? _____
12. ¿Le han recetado algún medicamento cuando acudió? Si () No ()

Variables de depresión y bienestar psicológico

Para la evaluación de las variables psicológicas se utilizaron los siguientes instrumentos estandarizados:

Inventario de Depresión de Beck (BDI-II).

Se empleó el BDI-II como medida principal de depresión, dada su amplia utilización en población adolescente y adulta, así como su capacidad para

evaluar la intensidad de los síntomas depresivos. El instrumento consta de 21 ítems con un sistema de puntuación de 0 a 3, y permite clasificar la depresión en niveles que van desde mínima hasta extrema (Beck et al., 2011; Sanz et al., 2003).

Escala de Depresión de Zung (EAMD).

De manera complementaria, se utilizó la Escala de Depresión de Zung (2006), compuesta por 20 ítems con formato de respuesta tipo Likert. La inclusión de esta escala respondió a un criterio de triangulación descriptiva, con el objetivo de contrastar los niveles de depresión obtenidos mediante dos instrumentos de uso frecuente en contextos clínicos. No obstante, el uso simultáneo de ambas escalas constituye una limitación, dado que no se realizó un análisis comparativo de validez convergente ni una adaptación cultural específica para adolescentes infractores ecuatorianos.

Escala de Bienestar Psicológico de Ryff.

El bienestar psicológico fue evaluado mediante la escala de Ryff, que mide seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida. El instrumento consta de 39 ítems con formato Likert y permite clasificar el bienestar psicológico en niveles bajo, moderado y alto (Ryff, 1989; González, 2017).

Procedimiento

La aplicación de los instrumentos se realizó de forma presencial, en un único momento de evaluación, dentro de las instalaciones del centro de detención juvenil. Todos los participantes completaron los instrumentos bajo condiciones similares, con acompañamiento del equipo investigador para aclarar dudas, sin interferir en las respuestas.

Procesamiento y análisis de datos

El análisis de los datos se llevó a cabo mediante estadística descriptiva (frecuencias, porcentajes y rangos) y estadística inferencial no paramétrica, utilizando las pruebas de Kruskal–Wallis y Multiple Range Test (MRT), con el propósito de explorar posibles diferencias en el bienestar psicológico según los niveles de depresión.

La elección de pruebas no paramétricas respondió al tamaño reducido de la muestra y a la ausencia de supuestos de normalidad. No obstante, los resultados inferenciales deben interpretarse con cautela, ya que la baja potencia estadística limita la detección de efectos significativos. El procesamiento de los datos se realizó mediante el software Statgraphics Centurion, sin que se estableciera un análisis avanzado de modelos estadísticos.

RESULTADOS

Variables Sociodemográficas

La información sociodemográfica de la muestra evidencia un contexto de alta vulnerabilidad educativa, laboral y familiar entre los adolescentes infractores evaluados. En cuanto al nivel de instrucción, la mayoría de los participantes presenta educación secundaria (70%), seguido por educación primaria (18%) y bachillerato (12%), lo que sugiere trayectorias educativas interrumpidas o en proceso. Respecto a la ocupación, se observa que solo el 47% se identifica exclusivamente como estudiante, mientras que el resto desempeña actividades laborales como albañil (12%), obrero (12%) y otros oficios informales (6%), incluyendo barbero, carpintero, mecánico, panadero y labores domésticas, lo que indica que más de la mitad de los adolescentes, pese a ser menores de edad, se encuentra inserta en el mercado laboral.

En relación con la convivencia, el 29% vive con ambos padres, el 12% con la madre y otro 12% con su pareja, mientras que el 6% se distribuye en diversas configuraciones familiares, como convivencia con abuelos, combinaciones familiares extendidas o incluso vivir solos, destacándose la presencia de convivencia en pareja en adolescentes menores de edad. Asimismo, la estructura familiar parental muestra una predominancia de padres solteros (65%), seguida de padres casados (29%)

y en unión libre (6%), lo que refleja dinámicas familiares inestables.

Finalmente, en cuanto al acceso previo a atención en salud mental, el 88% de los adolescentes reporta haber acudido anteriormente a consulta psicológica o psiquiátrica, aunque solo el 12% de ellos recibió medicación, lo que sugiere un abordaje predominantemente no farmacológico de los problemas psicológicos en esta población.

Variables de Depresión y de Bienestar psicológico

Inventario de Beck

Para la categorización de los niveles de depresión en los adolescentes infractores se emplearon los resultados obtenidos a través del Inventario de Depresión de Beck (BDI). Tal como se observa en la Figura 4, los niveles de depresión en la muestra se distribuyen de la siguiente manera: el 35 % de los adolescentes presenta depresión moderada, el 29 % no presenta depresión, mientras que el 18 % manifiesta depresión leve y otro 18 % depresión severa. Esta distribución evidencia que más de la mitad de los participantes presenta sintomatología depresiva clínicamente relevante, lo que confirma la alta vulnerabilidad psicológica de esta población.

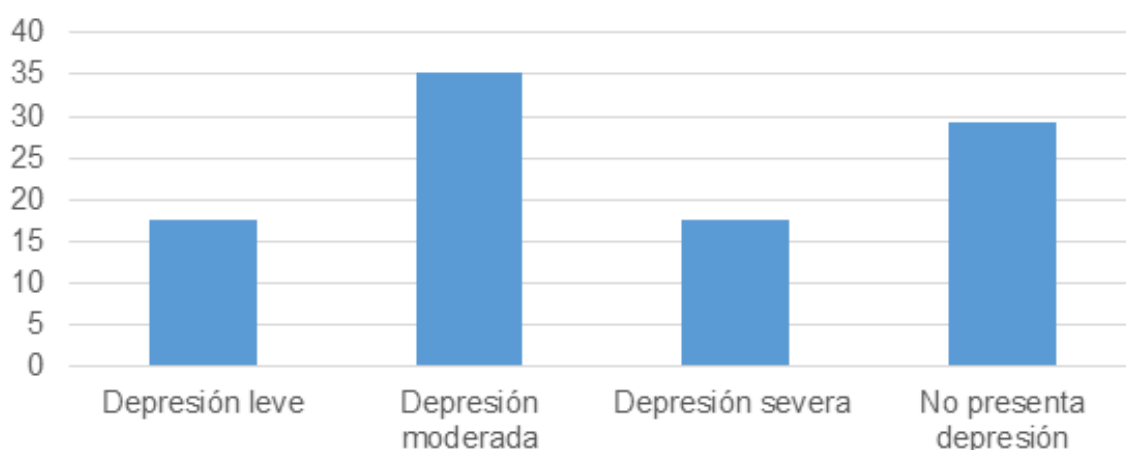


Figura 1. Porcentaje de adolescentes con distintos niveles de depresión. Nota. Elaboración propia

En la Tabla 2 se presentan los estadísticos descriptivos correspondientes a cada subgrupo definido por el nivel de depresión según el BDI. Las medianas muestran una progresión consistente con la clasificación clínica del instrumento, con valores más elevados en los grupos con depresión moderada y severa. Asimismo, los coeficientes de

variación indican una dispersión relativamente baja en los grupos con depresión leve y severa, lo que sugiere cierta homogeneidad interna en estos subgrupos. En contraste, el grupo que no presenta depresión exhibe una mayor variabilidad relativa, lo cual podría asociarse a diferencias individuales en la percepción subjetiva del estado emocional.

Tabla 2. Inventario de depresión de Beck.

	Depresión leve	Depresión moderada	Depresión severa	No presenta depresión
Cantidad	3,00	6,00	3,00	5,00
Mediana	14,00	23,00	40,00	7,00
Desviación Estándar	1,15	3,02	3,06	1,67
Coefficiente de variación	0,08	0,13	0,08	0,23
Error estándar	0,67	1,23	1,76	0,75
Mínima	14,00	20,00	38,00	6,00
Máxima	16,00	27,00	44,00	10,00
Rango	2,00	7,00	6,00	4,00
Asimetría estandarizada	1,22	0,26	0,66	0,99
Curtosis estandarizada		-1,04		0,24

Análisis comparativo entre depresión y bienestar psicológico

Con el propósito de determinar si los distintos niveles de depresión se asocian con diferencias en el bienestar psicológico y sus dimensiones, se aplicaron la prueba de Kruskal–Wallis y la prueba de rango múltiple (Multiple Range Test, MRT). Estas

pruebas no paramétricas fueron seleccionadas debido al tamaño reducido de la muestra y a la ausencia de supuestos de normalidad. Los resultados se presentan en la Tabla 3, junto con las variables y subgrupos que mostraron diferencias estadísticamente significativas.

Tabla 3. Resultados de la prueba de rango múltiple (MRT) y Kruskal–Wallis.

	Depresión leve - Depresión moderada	Depresión leve - Depresión severa	Depresión leve - No presenta depresión	Depresión moderada - Depresión severa	Depresión moderada - No presenta depresión	Depresión severa - No presenta depresión	Test statistic	P-Value
Inventario de Beck	*	*	*	*	*	*	14.82	0.00
Test de Zung			*		*	*	10.77	0.01
Bienestar Psicológico de RYFF	*	*		*	*	*	11.02	0.01
Autoaceptación							1.36	0.71
Relaciones positivas							1.09	0.78
Autonomía							2.16	0.54
Dominio del entorno							4.29	0.23
Crecimiento personal							3.86	0.28
Propósito en la vida	*			*			6.22	0.10

El análisis estadístico evidenció diferencias significativas en las siguientes variables:

Inventario de depresión de Beck: se observaron diferencias estadísticamente significativas entre todos los subgrupos, lo cual resulta esperable dado que esta variable fue utilizada como criterio de clasificación.

Escala de depresión de Zung: se identificaron diferencias significativas principalmente entre los subgrupos con sintomatología depresiva y el grupo que no presenta depresión, lo que refuerza la consistencia diagnóstica entre ambos instrumentos. Estos resultados indican que los adolescentes clasificados con depresión leve, moderada y severa según el BDI presentan niveles diferenciados de depresión conforme a los baremos de la escala de Zung. De manera particular, se observa que los subgrupos con depresión leve y severa muestran puntajes más próximos entre sí, mientras que el grupo con depresión moderada presenta valores diferenciados, lo que sugiere una posible variabilidad en la expresión sintomática según el instrumento empleado. Por su parte, el subgrupo que no presenta depresión mantiene puntajes bajos en ambas escalas, lo que refuerza la validez convergente de los resultados.

Bienestar psicológico de Ryff: se encontraron diferencias significativas entre la mayoría de los subgrupos, excepto entre los adolescentes con depresión leve y aquellos que no presentan depresión. Ninguno de los subgrupos alcanza niveles bajos de bienestar psicológico; sin embargo, se observa que los adolescentes con depresión severa presentan niveles de bienestar psicológico moderados, diferenciándose de los subgrupos que no presentan depresión o que presentan depresión leve y moderada, los cuales muestran puntajes relativamente más elevados.

Dimensión propósito en la vida: esta subescala mostró diferencias significativas entre los subgrupos con depresión leve y moderada, así como entre los subgrupos con depresión moderada y severa, lo que la posiciona como una variable clave para la comprensión del funcionamiento psicológico de esta población. De manera particular, los adolescentes con depresión moderada exhiben niveles más elevados en esta dimensión en comparación con los subgrupos con depresión leve, severa o sin depresión, lo que sugiere una relación no lineal entre la intensidad de los síntomas depresivos y el sentido vital percibido. Este hallazgo posiciona al propósito de vida como un eje central para el diseño de la intervención psicológica propuesta.

DISCUSIÓN

En función de los resultados obtenidos, el objetivo del presente estudio se orientó a describir los niveles y características de la depresión en adolescentes infractores de la ciudad de Cuenca, así como analizar sus dimensiones de bienestar psicológico, mediante el uso de instrumentos psicométricos estandarizados, con el fin de comprender las particularidades psicológicas de este grupo y fundamentar ejes de intervención a ser desarrollados dentro de un plan basado en Terapia Racional Emotiva (TRE).

Los hallazgos evidencian que una proporción considerable de los adolescentes evaluados presenta sintomatología depresiva en niveles clínicamente relevantes, situación que coincide con investigaciones previas que señalan una mayor prevalencia de trastornos del estado de ánimo en poblaciones juveniles privadas de libertad en comparación con adolescentes que no han infringido la ley (Moral y Pelayo, 2016; Rossi et al., 2019). Esta coincidencia sugiere que la experiencia de exclusión social, violencia previa y privación de libertad constituye un conjunto de factores que incrementan la vulnerabilidad emocional, afectando tanto el estado de ánimo como el funcionamiento psicológico general.

En consonancia con la literatura, los resultados muestran que la disminución de los síntomas

depresivos se asocia con mayores niveles de bienestar psicológico, lo cual respalda el modelo teórico que concibe la depresión y el bienestar como polos de un continuo psicológico (Rossi et al., 2019). Este hallazgo resulta consistente con estudios que indican que adolescentes con mejores recursos emocionales y sociales presentan mayor capacidad de afrontamiento ante situaciones adversas, reduciendo la probabilidad de desarrollar trastornos del estado de ánimo (Ariza, 2022; Álvarez et al., 2019). Desde esta perspectiva, la intervención no debería limitarse únicamente a la reducción sintomática, sino también a la promoción activa de factores protectores relacionados con el bienestar psicológico.

Un aspecto particularmente relevante del estudio es la identificación de diferencias cualitativas entre los subgrupos con distintos niveles de depresión, especialmente en relación con la dimensión propósito en la vida, variable que ha sido reconocida en diversos estudios como un factor protector frente a la depresión en población adolescente (Rossi et al., 2019). En este sentido, se observa que los adolescentes con depresión leve presentan un estado de ánimo disminuido asociado principalmente a la dificultad para definir metas personales y visualizar su cumplimiento, lo cual coincide con investigaciones que vinculan la ausencia de proyectos vitales con sentimientos

de frustración y desesperanza en jóvenes en contextos vulnerables (Moral y Pelayo, 2016).

De manera aparentemente paradójica, el subgrupo con depresión moderada muestra niveles relativamente más altos en la dimensión propósito de vida. Este resultado puede interpretarse desde la plausibilidad clínica considerando que estos adolescentes, aunque mantienen aspiraciones y objetivos personales, experimentan una fuerte tensión entre dichas expectativas y las limitaciones impuestas por su condición de privación de libertad. La frustración derivada de la imposibilidad de ejecutar sus proyectos podría explicar la coexistencia de metas definidas con un deterioro del funcionamiento emocional, fenómeno descrito en investigaciones sobre jóvenes institucionalizados que experimentan sentimientos de estancamiento vital pese a mantener expectativas de cambio futuro (González, Pineda y Gaxiola, 2017).

Por otra parte, el subgrupo que presenta depresión severa constituye el grupo de mayor riesgo psicológico, caracterizado por la combinación de mayor sintomatología depresiva, menor bienestar psicológico y ausencia de metas u objetivos significativos. Este patrón coincide con hallazgos que relacionan la depresión severa en adolescentes privados de libertad con sentimientos de desesperanza, baja percepción de control personal y dificultades para proyectarse hacia el

futuro (Maffioletti y Contreras, 2018). Desde una perspectiva clínica, esta condición incrementa el riesgo de cronificación del malestar emocional y de reincidencia en conductas disociales, lo que refuerza la necesidad de intervenciones tempranas y sostenidas.

En síntesis, más allá de describir la presencia de depresión, los resultados permiten comprender que el malestar emocional de los adolescentes infractores se encuentra estrechamente vinculado con la percepción de sentido vital, las expectativas de futuro y las limitaciones contextuales que enfrentan. Por ello, cualquier propuesta de intervención psicológica dirigida a esta población debe integrar tanto la reducción de síntomas depresivos como el fortalecimiento del bienestar psicológico y la construcción de proyectos personales viables dentro de su proceso de reinserción social.

Propuesta de Intervención con TRE

La propuesta de intervención basada en Terapia Racional Emotiva (TRE) se estructura a partir de los resultados empíricos obtenidos, con el objetivo de atender las necesidades psicológicas de adolescentes infractores que presentan distintos niveles de depresión. El programa plantea intervenciones diferenciadas según el nivel de afectación emocional, adaptando el número, tipo y objetivos de las sesiones. En el caso de

adolescentes con depresión leve, se propone un plan de tres sesiones semanales que combinan trabajo grupal e intervención individual, orientadas a identificar y modificar creencias irracionales, desarrollar estrategias de afrontamiento más adaptativas y fortalecer habilidades sociales. Las técnicas empleadas incluyen visualización racional emotiva, debate y reestructuración de creencias irracionales, uso de auto-instrucciones y entrenamiento en habilidades sociales mediante role playing, con el propósito de mejorar la regulación emocional y la interacción social de los participantes.

La intervención propuesta para adolescentes infractores con depresión moderada se estructura en cinco sesiones semanales, combinando dos sesiones grupales y tres individuales, con el propósito de fortalecer el afrontamiento emocional y consolidar habilidades que permitan sostener los avances terapéuticos. En una primera fase, se trabaja en la identificación y modificación de creencias irracionales y patrones de pensamiento negativos, mediante técnicas propias de la Terapia Racional Emotiva como la visualización racional emotiva, la reestructuración cognitiva, el uso de auto-instrucciones y el entrenamiento en habilidades sociales a través de role playing. Posteriormente, la intervención se orienta a dotar a los adolescentes de herramientas para la regulación emocional y el manejo del estrés, incorporando prácticas de

mindfulness como el escaneo corporal, la atención plena a la respiración y meditaciones guiadas, así como ejercicios destinados a fomentar actitudes de no juicio, paciencia, aceptación, apertura a nuevas experiencias, confianza personal y capacidad para soltar la necesidad de control, promoviendo así un mejor manejo emocional y una mayor adaptación a su contexto de privación de libertad.

La intervención propuesta para adolescentes infractores con depresión severa se estructura en nueve sesiones semanales, combinando dos sesiones grupales y siete individuales, con el objetivo de abordar de manera intensiva tanto la sintomatología depresiva como las dificultades en la regulación emocional y la construcción de proyectos personales. En una primera etapa, el programa se orienta a identificar, cuestionar y modificar creencias irracionales y patrones de pensamiento negativos, mediante técnicas propias de la Terapia Racional Emotiva como visualización racional emotiva, debate de creencias, reestructuración cognitiva, uso de auto-instrucciones y entrenamiento en habilidades sociales mediante role playing. Posteriormente, la intervención incorpora estrategias de manejo del estrés y regulación emocional, utilizando técnicas de mindfulness para reducir ansiedad y fortalecer el control emocional. Finalmente, el programa se centra en la construcción de un propósito de vida significativo, a través del

establecimiento de metas, análisis de fortalezas y limitaciones personales mediante la técnica FODA, y la aplicación del modelo ABC para reestructurar creencias disfuncionales vinculadas a conductas problemáticas. El proceso concluye con sesiones de modelado conductual, en las que el terapeuta demuestra respuestas racionales y adaptativas ante situaciones conflictivas, permitiendo a los adolescentes practicar nuevas formas de pensamiento y comportamiento que puedan generalizarse a su vida cotidiana, favoreciendo así su reinserción social y estabilidad emocional.

En síntesis, la propuesta de intervención basada en la terapia racional emotiva conductual busca promover cambios cognitivos, emocionales y conductuales sostenibles en adolescentes infractores, fortaleciendo sus habilidades de afrontamiento, regulación emocional y construcción de un propósito de vida que favorezca su bienestar psicológico y facilite su proceso de adaptación y reinserción social.

Se concluye que los resultados del presente estudio evidencian una alta presencia de sintomatología depresiva y diferencias relevantes en el bienestar psicológico de los adolescentes infractores evaluados, particularmente en dimensiones asociadas al propósito de vida y al funcionamiento emocional, lo que permite identificar áreas prioritarias para la intervención psicológica en este grupo. Estos hallazgos

aportan evidencia empírica local que contribuye a la comprensión de las necesidades psicológicas específicas de adolescentes privados de libertad y sustentan la pertinencia de implementar intervenciones estructuradas orientadas al fortalecimiento del bienestar psicológico. En este contexto, la Terapia Racional Emotiva se presenta como una alternativa psicoterapéutica viable para la modificación de pensamientos irracionales y conductas disfuncionales, tal como señalan Cruz (2020), Albujar (2019) y Soplopucó (2019), constituyendo un enfoque potencialmente eficaz para la reducción de la sintomatología depresiva y el fortalecimiento de recursos emocionales y conductuales en procesos de rehabilitación y reintegración social.

En conjunto, la metodología empleada permite una aproximación descriptiva inicial al estudio de la depresión y el bienestar psicológico en adolescentes infractores. Sin embargo, las limitaciones relacionadas con el tamaño y tipo de muestra, el sesgo de género, la ausencia de validación cultural de algunos instrumentos y el uso exploratorio de estadística inferencial indican la necesidad de estudios futuros con diseños experimentales o longitudinales, muestras más amplias y procedimientos de análisis más robustos. Otra de las limitaciones que presenta el presente estudio es que la muestra no representa a la población general de adolescentes infractores

del país, en parte, al no contar con acceso a más instituciones penitenciarias para adolescentes y también debido a la situación de falta de seguridad en las mismas.

CONFLICTO DE INTERESES. No existe conflicto de intereses por parte de los autores.

REFERENCIAS

- (2017). Depresión en adolescentes: diagnóstico y tratamiento. *Revista de la Facultad de Medicina de la UNAM*, 60(5), 53-55. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422017000500052
- Albujar, Z. (2019). Creencias irracionales en estudiantes universitarios. *Universidad Nacional Federico Villarreal*: <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/3854>
- Álvarez, N., Hernández, L., y Rodríguez, M. (2019). Bienestar psicológico y ansiedad rasgo-estado en miembros de parejas con infertilidad primaria. *Revista Electrónica Medimay*, 26(1). <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/cum-74710>
- American Psychological Association (2019). Manual de Publicaciones. Estilo APA. [Style APA. https://normas-apa.org/wp-content/uploads/Guia-Normas-APA-7ma-edicion.pdf](https://normas-apa.org/wp-content/uploads/Guia-Normas-APA-7ma-edicion.pdf)
- Ariza, S. (2022). Adolescente infractor, familia y bienestar. *Universidad del Norte, Barranquilla Colombia*. <https://manglar.uninorte.edu.co/handle/10584/11396#page=1>
- Beck, A., Steer, R., y Brown, G. (2011). Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II). Facultad de Psicología UBA. https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/obligatorias/070_psicoterapias1/material/inventario_beck.pdf
- Cruz, K. (2020). Diseño de un programa cognitivo conductual para reducir las conductas sexuales en adolescentes infractores de la ley. *Chiclayo: Universidad César Vallejo*. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62041/Cruz_CKT-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Galván, A., & Durán, N. (2019). Adolescentes infractores y promoción de acciones prosociales: una tarea pendiente. *El Ágora USB*, 19(2), 583-595. <http://www.scielo.org.co/pdf/agor/v19n2/2665-3354-agor-19-02-00583.pdf>
- García, J. (2016). Las sanciones para los adolescentes infractores de la Ley Penal. *Derecho y Cambio social*, 1-35. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5456262.pdf>
- González, S., Pineda, A., y Gaxiola, J. (2017). Depresión adolescente: factores de riesgo y apoyo social como factor protector. *Universitas Psychologica*, 17(3), 1-11. <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v17n3/1657-9267-rups-17-03-00063.pdf>
- Lindao, K., y Vera, G. (2021). Depresión en adolescentes infractores de los centros femenino y masculino de Guayaquil. *Universidad de Guayaquil*. <https://repositorio.ug.edu.ec/items/9d3909ee-adc7-4a55-be3c-c68ef1f6d093>
- Maffioletti, F., y Contreras, L. (2018). Psicología, víctimas y justicia. *Tirant lo Blanch*. <https://www.iberamericaninstituteofthehague.org/attachments/article/210/Ebook%20Psicolog%C3%ADa,%20V%C3%ADctimas%20y%20Justicia.pdf>
- Moral, M., y Pelayo, L. (2016). Factores sociodemográficos y familiares en menores de España con medida judicial, cívicos e infractores. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(2), 1217-1233. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2016000200024
- OMS (12 de 09 de 2016). Prevención del suicidio. Organización Mundial de la Salud. <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-suicidio>
- Ortega, J. (2018). Sistema penal juvenil en Ecuador. <https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/6700/1/T2907-MDPE-Ortega-Sistema.pdf>

- Palomino, J., Echenique, N., y Zarate, P. (2017). Revisión bibliográfica de la efectividad de la Terapia Racional Emotiva. *Revistas UPEU*, 1-15. https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/r_psicologia/article/view/934
- Piox, J. (2016). Terapia Racional Emotiva y Síntomas Depresivos. Repositorio Universidad Rafael Landívar. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/22/Piox-Jacqueline.pdf>
- Rossi, J., Jimenés, J., Barros, P., Assar, R., y Jaramillo, K. (2019). Sintomatología depresiva y bienestar psicológico en estudiantes universitarios chilenos. *Revista médica de Chile*, 147, 579-588. <https://www.scielo.cl/pdf/rmc/v147n5/0717-6163-rmc-147-05-0579.pdf>
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://n9.cl/t2cj5>
- Sanz, J., Perdigón, A., y Vásquez, C. (2003). Adaptación española del Inventario para la Depresión de Beck-II (BDI-II): 2. Propiedades psicométricas en población general. *Clínica y Salud*, 14(3), 249-280. <https://www.redalyc.org/pdf/1806/180617972001.pdf>
- Soplopucó, B. (2019). Terapia racional emotiva conductual en la depresión de adolescentes de una institución educativa estatal de la Esperanza. Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/31358/soplopucó_mb.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Terán, D. (2017). Representaciones sobre adolescentes infractores durante el debate del código orgánico integral penal, Ecuador, 2010-2014. Universidad Central del Ecuador. <https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/ac903704-0620-46e7-8e28-4f63c6cf499f/content>
- Valdez, A. (2020). Relaciones interpersonales adecuadas mediante la habilidad asertiva en adolescentes de secundaria. *Revista de Estudios Clínicos e Investigación Psicológica*, 10(20), 209-223. <https://www.academia.edu/download/64411184/2020%20Salud%20mental.pdf#page=209>
- Zung, W., y Zung. (2006). Escala de automedición de la depresión. <https://www.studocu.com/pe/document/universidad-privada-de-tacna/psicologia-de-la-motivacion-y-afectividad/manual-zung-ansiedad-y-depresion/8381515>