

FACULTAD DE PSICOLOGÍA y CIENCIAS SOCIALES

**Revisión bibliográfica sobre sentido de vida y su relación
con el trastorno depresivo**

Estudiante: Axel Gianfranco Aliotti Bolognese

Legajo: 26355

Director/es: Lic. Mara Rosas Mejias

Co-director/es:

Trabajo final de integración para acceder al título de Licenciatura en Psicología

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN
PARA LA PUBLICACIÓN DE OBRAS EN EL REPOSITORIO DIGITAL
INSTITUCIONAL DE LA UFLO UNIVERSIDAD

[RIUFLO](#) - *Repositorio Institucional de la Universidad de Flores* - fue creado para gestionar y mantener una plataforma digital de acceso libre y abierto para la difusión de la creación intelectual de la Universidad de Flores.

El autor cede a la Universidad de forma gratuita pero no exclusiva, los derechos de reproducción, de distribución y de comunicación pública de su obra, a través del [RIUFLO](#). Por lo tanto, la Universidad adopta para los ítems allí depositados la Licencia Creative Commons [atribución - no comercial 4-0 internacional](#) que siempre requerirá que se cite la fuente y se reconozca la autoría. De solicitar otras limitaciones, el autor podrá detallarlas en forma expresa o a través de la elección de otro modelo de [Licencia](#).

Autorizo la publicación de la obra en el RIUFLO (seleccionar una opción):

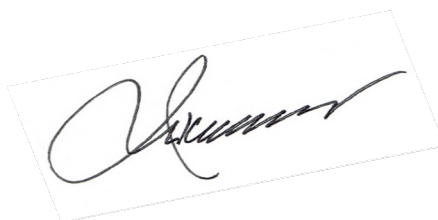
A partir del día de la fecha de aprobación del TFI [X]

Lugar y fecha:

Cipolletti, 19/02/2025

Firma y aclaración del autor:

Aliotti Gianfranco



Índice

Resumen.....	4
1. Introducción	5
1.1 Delimitación del objeto de estudio.....	5
1.2 Planteamiento del problema	6
1.3 Objetivos	7
1.3.1 Objetivo General.....	7
1.3.2 Objetivos Específicos.....	7
1.4 Preguntas de Investigación.....	8
1.5 Fundamentación.....	8
2. Antecedentes.....	10
3. Marco teórico	18
3.1 Sentido de vida	18
3.1.1 Sentido de vida en adolescentes.....	21
3.2 Depresión y vacío existencial.....	23
3.3 Definición, criterios de diagnóstico y prevalencia del trastorno depresivo en adolescentes	24
3.3.1 Prevalencia de la depresión en adolescentes.....	27
3.3.2 Etiología de la depresión.....	28
3.3.3 Depresión y adolescencia.....	29
3.4 Tratamiento psicológico de la depresión en adolescentes	31
3.4.1 Terapia Psicoanalítica o psicodinámica	31
3.4.2 Terapia Cognitiva Conductual	33
3.4.3 Terapia sistémica	35
3.4.4 Terapias basadas en la evidencia	36
4. Método	38
5. Resultados y Conclusiones	41
5.1 Aportes y Contribuciones al Campo Psicológico	42
5.2 Limitaciones del Estudio	43
5.3 Futuras Líneas de Investigación	43
6. Propuesta de Intervención	45
6.1 Introducción	45
6.2 Proyecto de intervención	45
6.2.1 Objetivo general.....	46
6.2.2 Objetivos específicos	46
6.3 Aspectos metodológicos	46
6.3.1 Población destinataria	46
6.3.2 Profesionales intervinientes	46
6.3.3 Modalidad de trabajo propuesto.....	47

6.3.4 Cantidad de encuentros y organización horaria	47
6.3.5 Lugar de encuentro	47
6.3.6 Recursos económicos y materiales	48
6.3.7 Evaluación del proyecto.....	48
6.4 Desarrollo de los encuentros	48
6.4.1 Encuentro 1: Introducción al bienestar psicológico y el sentido de la vida.....	48
6.4.2 Encuentro 2: Reflexión personal y autoconocimiento	49
6.4.3 Encuentro 3: Estrategias de intervención.....	51
6.4.4 Encuentro 4: Encuentro de síntesis y evaluación.....	52
7. Referencias.....	53
8. Anexo.....	59
Resumen antecedentes empíricos analizados	59
Resumen desarrollo teórico.....	62

Resumen

La depresión resulta una problemática actual a nivel social de alto impacto en la salud psíquica de los adolescentes. Sus graves efectos adversos no solo resultan peligrosos a nivel psíquico sino también pueden poner en riesgo la vida de esta población. El objetivo del presente trabajo tuvo como fin realizar una revisión teórica y empírica describiendo el estado actual de conocimiento en el campo científico psicológico sobre el sentido de vida, la depresión y las terapias psicológicas actuales que abordan la depresión en adolescentes. Con este fin, se llevó a cabo un diseño teórico de revisión bibliográfica. Se consultaron fuentes primarias de información en bases de datos científicas. Se analizaron y evaluaron 10 antecedentes empíricos y 45 trabajos teóricos específicamente relacionados con el problema de investigación abordado. Se hallaron datos relevantes que indican que el sentido de vida influye en el bienestar emocional de los adolescentes. Al mismo tiempo, se halló que el sentido de vida tiene un impacto directo en la disminución de los niveles de ansiedad y depresión y que actuaría como factor protector para prevenir el desarrollo de trastornos mentales. Además, se hallaron indicadores elevados de eficacia en diferentes terapias de intervención destinadas al desarrollo de sentido de vida y tratamiento de depresión adolescente. Por último, se presenta un proyecto de intervención que tiene como objetivo fortalecer el sentido de vida en adolescentes para prevenir y reducir síntomas de depresión, promoviendo su bienestar emocional y desarrollo personal a través de la implementación de talleres participativos y terapéuticos.

Palabras Clave: Sentido de vida, Depresión, Ansiedad y adolescentes.

1. Introducción

1.1 Delimitación del objeto de estudio

Una etapa del desarrollo humano muy importante actualmente en nuestra sociedad es la denominada *adolescencia*. Durante la adolescencia, que en términos de la Organización Mundial de la Salud -OMS-(2017) es una fase de la vida entre los 10 y los 19 años, transcurre una etapa singular del desarrollo humano y un momento importante para sentar las bases de la buena salud. Durante esta etapa, los adolescentes experimentan un rápido crecimiento físico, cognoscitivo y psicosocial, influyendo en cómo se sienten, piensan, toman decisiones e interactúan con su entorno. A pesar de que la adolescencia está considerada como una etapa saludable de la vida, en su transcurso se producen muertes, enfermedades y traumatismos en una proporción considerable. Del mismo modo, los cambios psíquicos y físicos durante esta etapa, suelen producir algunos trastornos como la depresión. Gran parte de estos problemas se pueden prevenir o tratar. Promover un bienestar integral en los adolescentes y un Sentido de Vida (SV) resulta por tanto una meta indispensable a tener en cuenta desde la profesión psicológica.

El SV puede ser entendido como la capacidad intrínseca de los seres humanos que permite dar respuesta a las tareas particulares que se presentan en el día a día en la vida (Fabry, 2015). El SV, es un concepto que atraviesa a todos los seres humanos, y puede ser entendido como una búsqueda personal que implica una reflexión acerca de los valores, creencias y sentimientos que disponemos a la hora de buscar aquello que colma de valor a nuestra existencia en esta vida. Un autor importante en relación a esta temática es Víctor Frankl, quien considera el sentido de vida como una de las necesidades más básicas y primordiales de los seres humanos. Este autor, destaca la importancia del trabajo y la reflexión del sentido de vida en los adolescentes puesto que se encuentran en una etapa

crucial de su desarrollo (Frankl, 2018).

1.2 Planteamiento del problema

Uno de los trastornos psíquicos más graves por sus implicaciones médicas y por el riesgo de vida inminente que sufren los adolescentes es la depresión. La depresión adolescente presenta datos alarmantes en su epidemiología y sintomatología, siendo un trastorno complejo y multifactorial. Según la OMS (2023) el trastorno depresivo, constituye la principal causa mundial de discapacidad y contribuye de forma muy importante a la carga mundial general de morbilidad. Se estima que a nivel mundial el 1.1% de los adolescentes de 10 a 14 años y el 2.8% de los de 15 a 19 años padecen depresión. Asimismo, se estima que aproximadamente 1 de cada 5 adolescentes, experimentará un cuadro depresivo antes de la edad de 18 años. Dichas cifras mencionadas poseen un carácter alarmante si consideramos que, por las características del trastorno depresivo, el suicidio es la tercera causa por muerte a nivel mundial en las edades que van desde los 15 a los 20 años (WHO, 2021).

Según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales -DSM V- (2022), el trastorno depresivo se caracteriza como el conjunto de síntomas que producen una alteración en el estado de ánimo consiguiendo que el sujeto se sienta triste, desanimado o desesperanzado. No obstante, este no es un síntoma suficiente para diagnosticar un trastorno depresivo sino que este tendrá que estar acompañado de los siguientes síntomas: disminución importante del interés o placer por todas o casi todas las actividades que antes solía disfrutar; pérdida importante de peso sin hacer dieta o aumento de peso (modificación de 5% o más en un mes); insomnio o hipersomnia casi todos los días; agitación o retraso psicomotor casi todos los días; fatiga o pérdida de energía; sentimientos de inutilidad o culpabilidad excesiva, entre otros (Asociación Americana de Psiquiatría -APA-, 2022). Debido al impacto de esta problemática en la salud de los adolescentes, es menester de los agentes que trabajan en salud formarse constantemente acerca de los datos científicos que puedan prestar una solución

eficaz.

A partir de lo expuesto, el abordaje de esta temática es fundamental a la hora de pensar un diagnóstico clínico. Si bien nuestros esquemas de referencia o nuestra estructura de personalidad influyen en la manera en que percibimos los estímulos del mundo, el sentido que atribuimos a nuestra vida va más allá de toda racionalización acerca de nuestra experiencia (Frank, 2018). Trabajar de una manera preventiva y terapéutica el SV con pacientes con estado de ánimo depresivo podría reorientar los recursos de la persona con el fin de orientar su vida y conseguir el sentido de la misma.

Dada la importancia de la problemática de la depresión en los/las adolescentes, resulta pertinente preguntarse: ¿Cuál es el estado actual de conocimiento en el campo científico Psicológico sobre el sentido de vida, la depresión y las terapias psicológicas actuales que abordan la depresión en adolescentes?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo General

Describir el estado actual de conocimiento en el campo científico psicológico sobre el sentido de vida, la depresión, la relación entre ambas y las terapias psicológicas actuales que abordan la depresión en adolescentes.

1.3.2 Objetivos Específicos

- Analizar el estado actual de conocimiento científico en el campo Psicológico sobre los desarrollos teóricos y empíricos que aborden el sentido de vida, en adolescentes.
- Describir el estado actual de conocimiento científico en el campo Psicológico sobre los desarrollos teóricos y empíricos que aborden los estados clínicos de depresión en adolescentes.

- Conocer el estado actual de conocimiento científico en el campo Psicológico sobre los desarrollos teóricos y empíricos que aborden la relación entre el sentido de vida y la depresión adolescente.
- Indagar el estado actual de conocimiento científico en el campo Psicológico sobre los desarrollos teóricos y empíricos sobre las terapias psicológicas actuales que abordan los estados clínicos de depresión en adolescentes.

1.4 Preguntas de Investigación

- ¿Cuál es el estado actual de conocimiento científico en el campo Psicológico sobre los desarrollos teóricos y empíricos que aborden el sentido de vida, en adolescentes?
- ¿Cuál es el estado actual de conocimiento científico en el campo Psicológico sobre los desarrollos teóricos y empíricos que aborden los estados clínicos de depresión en adolescentes?
- ¿Cuál es el estado actual de conocimiento científico en el campo Psicológico sobre los desarrollos teóricos y empíricos que aborden la relación entre el sentido de vida y la depresión adolescente?
- ¿Cuáles son las terapias psicológicas actuales que abordan los estados clínicos de depresión en adolescentes?

1.5 Fundamentación

El presente estudio pretende aportar una revisión exhaustiva sobre el conocimiento actual en la temática enfocándose en la intersección entre el sentido de vida (SV) y la depresión adolescente, dos constructos fundamentales en la psicología contemporánea. La adolescencia es una etapa crucial y singular del desarrollo humano, un momento clave para sentar las bases de la buena salud (OMS, 2017). Durante este período, los adolescentes

enfrentan cambios físicos, cognitivos y emocionales significativos que pueden influir en su bienestar general. La depresión, en este contexto, representa un problema de salud mental particularmente grave, con implicaciones profundas en la calidad de vida, el bienestar emocional, y la salud física y mental de los jóvenes (OMS, 2023). Investigaciones como las de Viktor Frankl (2018) han subrayado la importancia del SV como una necesidad básica del ser humano, cuya ausencia puede estar relacionada con la aparición de estados depresivos. Así, profundizar en el conocimiento sobre cómo el SV influye en la sintomatología depresiva es crucial para desarrollar terapias psicológicas efectivas.

Por otra parte, el presente trabajo muestra una relevancia social de gran importancia. La alta incidencia de la depresión en adolescentes y sus consecuencias devastadoras, como el suicidio, refuerzan la necesidad urgente de investigar y abordar esta temática. La OMS (2023) ha identificado la depresión en adolescentes como una de las principales causas de discapacidad a nivel mundial, lo que justifica aún más la importancia de este estudio. La profundización en esta área de conocimiento podría proporcionar la formulación de diseños de intervenciones preventivas y terapéuticas. Estas intervenciones, centradas en fortalecer el SV, pueden ser determinantes para mitigar la prevalencia de la depresión y promover la salud mental durante esta etapa crítica del desarrollo humano.

2. Antecedentes

A continuación, se resumen los trabajos empíricos publicados relacionados al tema-problema de este trabajo. Los antecedentes se han organizado en función de su publicación, desde los más antiguos (2015) a los más recientes (2023). En el apartado Anexo se ha incorporado un cuadro que resume los estudios empíricos seleccionados para este apartado.

En un estudio de tipo cuantitativo realizado en Ecuador, Tripaldi (2015) analizó la relación entre la depresión y el sentido de vida en los hermanos mayores de adolescentes con depresión. Para la selección de la muestra la autora recurrió a un muestreo no probabilístico por accesibilidad. La muestra quedó conformada por 31 adolescentes y jóvenes de entre 18 a 25 años cuyos hermanos menores (entre 15 y 18 años) padecían el trastorno depresivo. Para la recolección de datos la autora aplicó el Inventario de depresión de Beck II para medir depresión, y el cuestionario de PIL (Purpose in Life Test) para evaluar la variable sentido de vida.

Como resultado Tripaldi (2015) encontró que la muestra puntuó niveles de depresión bajos. Al mismo tiempo, se hallaron niveles elevados en la variable sentido de vida. Por último, la autora halló una correlación negativa significativa entre el nivel de depresión y el sentido de vida en los hermanos mayores de adolescentes con depresión, lo que indica que aquellos con niveles altos de depresión presentan niveles bajos de sentido de vida y viceversa. Como conclusión la autora considera que los datos hallados resultan importantes en tanto muestran que los hermanos mayores de pacientes diagnosticados con depresión pueden convertirse en un apoyo importante al momento de elaborar los planes de intervención terapéutica ya que pueden ser considerados como importantes modelos de vidas con sentido y metas para sus hermanos menores.

En Argentina, Gottfried (2017) llevó a cabo un estudio cuantitativo con el fin de analizar y describir el logro interior de sentido de vida en adolescentes entre 17 y 18 años a

través de un programa de intervención basado en los postulados de la logoterapia de Viktor Frankl. A partir de un muestreo no probabilístico, el autor evaluó a 68 adolescentes de ambos sexos entre 17 y 18 años ($M = 17.26$, $DE = .51$) pertenecientes a quinto año de un colegio secundario de la ciudad de Mendoza, Argentina. Para la recolección de los datos (pre y postest) el autor recurrió al PIL Test (Purpose in Life Test) en su versión argentina del año 2014 con el fin de medir la variable *Sentido de la vida*.

Los resultados hallados por Gottfried (2017) mostraron que luego de la aplicación del programa de intervención "Jóvenes en busca de sentido", se observó que los participantes del grupo experimental presentaron diferencias significativas en relación al logro de sentido de vida con respecto a los participantes del grupo control. Las medias obtenidas en la pre y posprueba realizadas en el grupo control permanecieron relativamente igual, mientras que en el grupo experimental se observó una diferencia significativa importante. De los 20 ítems evaluados del PIL Test, 15 de ellos obtuvieron diferencias significativas a favor del grupo experimental tanto en las dimensiones de "percepción de sentido" como en la de "vivencia de sentido". Por otra parte, el grupo experimental mostró un aumento del logro interior de sentido, con respecto al grupo control. Como conclusión los autores afirmaron que los resultados obtenidos fueron consistentes con la teoría de Victor Frank y que el aumento del sentido de vida lograda a través de la intervención evaluada contrarrestó sentimientos de vacío, angustia, de vaciedad del tiempo, de aburrimiento, de abulia, de apatía y de falta de objetivos en los participantes.

Posteriormente, en un estudio de tipo cuantitativo llevado a cabo en la ciudad de Canarias, Arraez (2018) analizó la relación entre el sentido de la vida, la ansiedad y la depresión; y, exploró cómo variables como el sexo, la edad, el nivel de estudios, la religión, entre otras, influyen en el sentido de la vida. La autora realizó un muestreo no probabilístico. La muestra final estuvo conformada por 200 sujetos diagnosticados con ansiedad y 200 sujetos diagnosticados con depresión, con edades comprendidas entre los 16 y 70 años. Para

la recolección de datos la autora recurrió al inventario Purpose-in-Life (PIL) para evaluar la variable sentido de vida y a un cuestionario *ad hoc* para recoger los datos personales, religiosos y sobre las experiencias ante la muerte.

Los resultados hallados por Arraez (2018) mostraron que el bienestar psicológico y la percepción de salud se relacionan positivamente con la autoaceptación, el propósito en la vida y el crecimiento personal. Por otra parte, halló que el nivel de estudios influye en el sentido de la vida, siendo los sujetos con estudios superiores los que se sienten más auto satisfechos. Además, encontró que la práctica religiosa se relaciona con un mayor sentido de la vida, resultando este último como un factor protector de la ansiedad y la depresión. Por último, las mujeres y los sujetos de clase social media-alta mostraron un mayor sentido de la vida. El autor concluye que el sentido de la vida es un factor protector de psicopatologías e indicativo de bienestar.

En el mismo año, en un estudio de tipo longitudinal llevado a cabo en Estados Unidos, Dulaney (2018) tuvo como objetivo analizar el estrés, los síntomas de depresión, el significado en la vida y las variables cambiantes en adolescentes. El autor recurrió a un muestreo no probabilístico por accesibilidad. La muestra del estudio estuvo compuesta por 201 participantes que proporcionaron datos en un segundo punto temporal, y 177 participantes que proporcionaron datos en ambos puntos temporales. Los participantes fueron reclutados de tres escuelas urbanas. Para la recolección de datos, el autor utilizó encuestas que representaban la exposición al estrés, los síntomas de depresión, el significado en la vida y las variables cambiantes a través del cuestionario de Cambios y resistencia (SAPQ).

Dulaney (2018) halló como resultados más relevantes que la exposición al estrés fue altamente predictiva de la sintomatología depresiva. En cambio, cuando se midió en el segundo momento el sentido de la vida moderó notablemente el efecto de la exposición al estrés sobre la depresión. Por otra parte, halló la presencia de un efecto principal de la edad

en la exposición al estrés, así como la ausencia de efectos de género o raza en las variables de interés. Por otro lado, la variable sentido de la vida explicó la varianza única en la depresión, indicando que el sentido de la vida parece influir en el cambio de los resultados de la depresión. Este autor concluyó que el sentido de la vida es importante para el bienestar afectivo de los adolescentes que han vivido y siguen viviendo experiencias estresantes. En este sentido, el autor remarca que niveles elevados de sentido de la vida podrían amortiguar eficazmente el impacto de la exposición al estrés en términos de gravedad de la depresión.

Por otra parte, en Ecuador, se llevó a cabo un estudio de tipo cuantitativo, exploratorio y descriptivo. Brito Pumalema (2018) analizó la influencia de la depresión y el grado de realización interior de sentido de vida en pacientes del Instituto Psiquiátrico Sagrado Corazón de Quito. Para la selección de la muestra, la autora recurrió a un muestreo no probabilístico por accesibilidad. La muestra final quedó conformada por 30 pacientes psiquiátricos del Instituto Sagrado Corazón de Quito con edades entre los 16 y 60 años que estaban recibiendo tratamiento en dicha institución. Los instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron el Inventario de Depresión de Beck para evaluar depresión y el Logo Test para medir el logro interior de sentido o su negación.

Brito Pumalema (2018) halló como resultados que la realización interior de sentido de vida se asoció significativamente con los niveles altos de depresión. La autora concluyó que la depresión influye en la realización interior del sentido de vida.

Posteriormente, en España, en 2019, se realizó un estudio de tipo cuantitativo realizado por Smedema Malonda en la Universidad de Salamanca. El objetivo del autor fue analizar el grado de asociación entre la variable resiliencia, ansiedad y sentido de vida en estudiantes universitarios. La muestra de dicho estudio estuvo compuesta por 215 estudiantes universitarios (173 mujeres y 42 varones) provenientes de la Universidad de Salamanca. El rango de edad de los participantes fue entre los 18 y los 31 años. El total de la muestra estuvo

dividida en dos grupos: el grupo 1° y de 3° correspondientes al año académico. Para la recolección de datos se utilizó la Escala de Resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC) que evalúa resiliencia, el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) que evalúa la ansiedad y, por último, el Purpose-in-Life (PIL) para evaluar la variable sentido de vida.

Smedema Malonda (2019) encontró una relación negativa entre resiliencia y ansiedad, así como también entre esta última y el sentido de la vida. Por otra parte, halló una relación positiva entre resiliencia y sentido de la vida. Por último, el autor concluye que los alumnos de primer curso presentan menores índices de resiliencia y sentido de la vida y mayores niveles de ansiedad.

Más recientemente, en Argentina, Arevalos (2020) realizó un estudio de tipo cualitativo con el fin de analizar los sentidos construidos sobre las practicas ligadas al suicidio en estudiantes de escuelas secundarias urbanas periféricas. Para la selección de la muestra el autor recurrió a un tipo de muestreo no probabilístico por accesibilidad. Finalmente, la muestra quedó conformada por 40 estudiantes que asistían los últimos años del nivel secundario. Para la recolección de datos se recogieron los testimonios de los estudiantes a través de entrevistas semi dirigidas que buscaban relevar aspectos vinculados a los comportamientos autodestructivos y la construcción de perspectivas de futuro en la sociodinámica de la experiencia escolar.

Como resultado, Arevalos (2020), encontró que las condiciones de vulnerabilidad dificultan la construcción de una narrativa presente y futura, y los comportamientos autodestructivos expresan el sufrimiento de vivir. Como conclusión, el autor plantea que los frágiles cimientos de la conformación identitaria están en la base de los comportamientos autodestructivos de los jóvenes. En este sentido, sostiene que cuando las y los jóvenes no logran ser valorados por los otros, llevan a cabo comportamientos que rozan la muerte para expresar el sufrimiento que los atraviesan.

En el mismo año, pero en Perú y Venezuela, Romero Parra (2020) realizó un estudio de tipo cuantitativo, descriptivo correlacional con el fin de evaluar y describir las variables de depresión y el sentido de la vida en tiempos de pandemia del coronavirus (COVID-19) en estudiantes universitarios. La autora recurrió a un muestreo no probabilístico para la selección de la muestra. La muestra final se constituyó con 300 adolescentes peruanos y 300 adolescentes venezolanos matriculados en la carrera de ingeniería, con edades de entre 18 a 24 años. Para la recolección de datos se aplicó la Escala de depresión de Beck II para medir la variable depresión y la Escala de Sentido de Vida estandarizada para la población latinoamericana para evaluar la variable sentido de vida.

Los resultados hallados por Romero Parra (2020) indicaron puntuaciones más elevadas en depresión en tiempos de pandemia que los obtenidos en resultados similares pre pandemia. A su vez, los resultados obtenidos para la variable sentido de vida encontró puntajes menores a los obtenidos en trabajos similares pre pandemia. Asimismo, la autora halló que existe una alta correlación significativa entre el nivel de depresión y sentido de vida en los estudiantes de esta población. Por otra parte, en la muestra venezolana los resultados hallados fueron similares a los descritos con la población peruana. Sin embargo, la población peruana obtuvo una media en las escalas de depresión considerablemente menores. Por último, la autora halló asociaciones negativas entre las variables depresión y sentido de vida. La autora plantea como conclusión que, en el caso peruano, la depresión en niveles de leves a severos supera en 20 puntos porcentuales los indicadores globales de la OMS. En Venezuela, la diferencia fue de 1.36 puntos porcentuales con respecto al índice general de la OMS. Por último, la autora concluye que cuando un estudiante presenta mayores niveles de depresión el sentido de vida disminuye.

Por otro lado, en un estudio cuantitativo llevado a cabo en Colombia, Osorio Castaño et al. (2022) analizaron la relación existente entre ansiedad depresión y sentido de vida. Para la selección de la muestra los autores recurrieron a un muestreo no probabilístico. La muestra

total estuvo conformada por 596 participantes colombianos de entre 18 y 24 años, con un 68% de mujeres y un 32% de hombres. Para la recolección de datos, los autores recurrieron a un cuestionario construido ad hoc para evaluar las variables sociodemográficas. Para la medición de la variable sentido de vida, los autores recurrieron a la Escala Dimensional del Sentido de Vida -EDSV- (EDSV) (Martínez et al., 2011). Para la medición de las variables ansiedad, depresión y estrés los autores utilizaron la escala The Depression Anxiety and Stress Scale-21 (DASS-21) de Antony et al. (1998).

Osorio Castaño et al. (2022) hallaron como resultado relaciones estadísticamente significativas entre el sentido de la vida, ansiedad y depresión en la muestra estudiada. Con los resultados reportados los autores concluyeron que, a mayor puntaje en la escala de sentido de vida, menor será la sintomatología depresiva/ansiosa, ya que la misma produce una disminución significativa en la sintomatología.

Por último, en Brasil, Sá (2023) realizó un estudio de tipo exploratorio en el cuál analizó la relación entre el sentido de la vida, la ansiedad, la depresión y el estrés. Para la selección de la muestra la autora recurrió a un muestreo no probabilístico por accesibilidad. La muestra final quedó conformada por 471 personas, de las cuales 338 eran mujeres y 133 eran varones, con un rango de edad de 18 a 86 años. Para la recolección de datos la autora utilizó un cuestionario sociodemográfico para la recolección de las variables sociodemográficas, el cuestionario de Sentido De Vida (QSV, versión portuguesa) para evaluar la presencia de sentido de vida y, la escala EADS-21 para evaluar ansiedad, depresión y estrés.

Como resultado Sá (2023) encontró que la presencia de sentido de vida se relaciona significativamente con niveles bajos de ansiedad, depresión y estrés. Por otra parte, halló relaciones significativas entre sentido de vida y niveles elevados de ansiedad, depresión y

estrés. Por último, la autora concluye que el sentido de vida parece influir en la salud mental de los adultos. En este sentido, encontrar significado en el sufrimiento y en la vida parece ayudar a las personas a enfrentar desafíos y mejorar su bienestar general.

3. Marco teórico

3.1 Sentido de vida

En la vida cotidiana las personas tienden a realizar un sinnúmero de actividades que demandan nuestro esfuerzo, tiempo y dedicación. Para realizar estas actividades es necesario tener una meta, objetivos más o menos establecidos a corto, mediano y largo plazo que nos incentiven a poder llevarlas a cabo. Uno de los conceptos teóricos en Psicología y en logoterapia particularmente que ha capturado esta idea general se la conoce como *sentido de vida*. En palabras de Frank (1983) la misma se centra en el significado de la existencia humana y la voluntad de las personas para encontrar el mismo. De acuerdo con la logoterapia, la primera fuerza motivante de las personas para vivir es justamente la lucha por encontrarle sentido a las experiencias en la vida de los sujetos, en este sentido, la búsqueda por encontrar un sentido de vida se constituye como un valor en sí mismo y no una racionalización secundaria.

De esta manera, una de las definiciones que se pueden encontrar en Frank (1983, 2012) afirma que el sentido de vida es la principal motivación es la búsqueda de un propósito. Este sentido puede ser diferente para cada persona y puede cambiar a lo largo del tiempo, así como también implica una actitud y una construcción activa por parte de las personas enfocada en el encuentro de dicho sentido. Asimismo, a pesar de las circunstancias externas, las personas siempre tienen la libertad de elegir su actitud y respuesta ante la vida y es, esta libertad de acción, una herramienta fundamental para encontrar significado. Otra de las vicisitudes en las que se construye el sentido de vida se deben a una actitud de dignidad y propósito, donde el sujeto al adoptar esta actitud es capaz de enfrentar y reflexionar sobre su sufrimiento para encontrar un significado profundo en sus experiencias. Por último, otro de

los factores que dicho autor enfatiza en importancia es la construcción de relaciones interpersonales y el amor como fuentes clave de significado en la vida.

En desarrollos más recientes, Frank (2010) introduce la reflexión psicoterapéutica sobre el logos, que se encuentra relacionada con la búsqueda de sentido y la valoración de los principios. Esta reflexión sobre la existencia implica considerar tanto la libertad como la responsabilidad de proponerse a la búsqueda de un encuentro de sentido. Es esta reflexión, la que en la logoterapia se conoce como análisis existencial.

La meditación sobre el sentido y los valores se centra en lo que debería ser, mientras que la reflexión sobre la libertad y la responsabilidad se enfoca en lo que podría ser. Ambas, la logoterapia y el análisis existencial, se consideran enfoques de psicoterapia *orientados espiritualmente*. La logoterapia se presenta, por tanto, como una terapia que surge *desde lo espiritual*, mientras que el análisis existencial se ocupa del estudio *sobre lo espiritual*.

Mientras que la logoterapia parte del ámbito espiritual, el análisis existencial lleva a la exploración de lo espiritual (Frank, 2018).

Sin embargo, la logoterapia no solo asume la existencia de un mundo objetivo de sentido y valores, sino que también los activa en la práctica psiquiátrica. Por otro lado, el análisis existencial no se limita a revelar el logos en relación con lo que se debe hacer, sino que va más allá al intentar despertar las posibilidades de la existencia (Frank, 2018).

Según Martínez Ortiz, (2013) el sentido de vida está comprendido como la percepción afectiva y cognitiva de valores que invitan a la persona a actuar de un modo u otro ante una situación particular o la vida en general, confiriéndole coherencia e identidad personal. Este autor, sostiene que en el ser humano conviven tres fuerzas motivacionales, la voluntad de placer, la voluntad de poder y la voluntad de sentido, de cuya adecuada comprensión y desarrollo depende la identidad, coherencia y sentido de la persona.

El principio filosófico *voluntad de placer*, puede ser explicado según Martínez Ortiz (2013) haciendo mención a que el ser humano se encuentra condicionado por naturaleza a

factores biológicos. Dichos factores, influyen en la vida de los sujetos ya que están asociados con impulsos físicos y emocionales que buscan una sensación de bienestar general. En este sentido, estos impulsos estarían relacionados a la búsqueda de la gratificación y satisfacción inmediata. Por otra parte, la *voluntad de poder* se refiere a aquellas conductas que están centradas en la ambición personal y el deseo de control de las condiciones en las que el sujeto se desarrolla (i.e., entorno físico y las personas con las que se relaciona). Es decir, la voluntad de poder se encuentra orientada a la búsqueda de éxitos y el reconocimiento social por parte de las personas que lo rodean. Por último, la *voluntad de sentido*, refiere a la motivación principal de los seres humanos, la cual consiste en la búsqueda de sentido de un propósito y significado en la vida. Se diferencia de las otras dos voluntades, la del placer y poder, en tanto esta última se enfoca en la realización personal a través de experiencias profundas y significativas. La conexión con valores más profundos ofrece una fuente de motivación interna que puede proporcionar una sensación de satisfacción y realización más duradera en el tiempo. Cabe destacar que estas tres voluntades no se superponen unas con otras, sino que las mismas pueden coexistir. Es de suma importancia que todas encuentren un balance ya que es fundamental para el bienestar psicológico y la salud mental a largo plazo. Mientras que la voluntad de placer y la voluntad de poder son componentes innatos de la experiencia humana, la voluntad de sentido es vista como la clave para una vida plena y significativa.

Bajo estos desarrollos, se destaca que la experiencia humana es caracterizada por la búsqueda, creación y modificación de significados. En este sentido, se sugiere que una experiencia puede tener diferentes significados dependiendo del contexto en el que se encuentre. No obstante, en la logoterapia, el concepto de sentido no se limita únicamente al significado que cada individuo asigna a un contexto específico, existe una distinción entre el significado situacional atribuido a un contexto particular y el sentido de vida que se descubre en esa situación (Martínez, 2013). Otro autor que podemos encontrar en la investigación de esta temática es Fabry (2015) quien sugiere que el sentido de vida se trata simplemente de la

habilidad para responder a las tareas diarias que enfrentamos en la vida sin que esto nos conlleve ningún tipo de sufrimiento.

3.1.1 Sentido de vida en adolescentes

El sentido de vida se define como la percepción de valores que incluye un marco cognitivo y emocional, orientando las acciones diarias de la persona y contribuyendo a la construcción de su identidad y sentido de coherencia (Martínez, 2013). En la adolescencia, esta búsqueda de sentido se torna de gran importancia debido a los diversos cambios y desafíos que los jóvenes enfrentan en esta etapa de desarrollo, ya que la misma es un período caracterizado por la exploración y consolidación de la identidad. Según Frankl (2012), la necesidad de encontrar un propósito y un significado en la vida es una motivación fundamental del ser humano. Esta búsqueda se intensifica durante la adolescencia, una fase donde los jóvenes buscan definir quiénes son y cuál es su lugar en el mundo (Steger, 2016). La capacidad de los adolescentes para encontrar un sentido de vida puede influir positivamente en su bienestar emocional y en la prevención de conductas de riesgo.

La comprensión del sentido de vida en la adolescencia también incluye componentes de propósito, coherencia y significancia. George y Park (2016) proponen que estos componentes son esenciales para que los adolescentes desarrollen una vida significativa. El *propósito* refiere, por tanto, a la dirección y objetivos que guían la vida de una persona; mientras que la *coherencia* implica la percepción de que la vida tiene un sentido lógico y ordenado. Por último, la *significancia* se relaciona con el valor y la importancia que una persona atribuye a su vida.

En su estudio, Martela y Steger (2016) destacan la importancia de estos componentes en la construcción de un sentido de vida saludable. Los autores argumentan que los adolescentes que encuentran propósito, coherencia y significancia en sus vidas son capaces de enfrentar los desafíos y las transiciones inherentes a esta etapa. Además, estos

componentes pueden proporcionar un marco para la toma de decisiones y la resolución de problemas, facilitando una transición más sana, en términos de salud mental, hacia la adultez.

Por otra parte, Osorio Castaño (2021) refiere que los jóvenes que creen que su vida tiene sentido tienen metas y la sensación de ir avanzando hacia ellas. En este sentido, la mayor parte del tiempo se sienten coherentes en lo que hacen en su vida y obtienen significativamente menor puntuación en las medidas de malestar emocional. Además, la educación y el entorno familiar juegan roles cruciales en la formación del sentido de vida en la adolescencia. Los padres y educadores pueden fomentar un sentido de vida positivo mediante el apoyo emocional, la promoción de valores y la creación de oportunidades para que los adolescentes exploren sus intereses y pasiones (King et al., 2017). En este sentido, las intervenciones educativas que incluyen programas de desarrollo personal y habilidades para la vida pueden ser efectivas en ayudar a los adolescentes a encontrar un sentido de vida.

En el campo de las intervenciones, ya sean terapéuticas o educativas la meta de estas debe centrarse en ayudar a los jóvenes a explorar y desarrollar un sentido de vida que sea significativo para ellos. Esto, puede incluir la integración de técnicas de logoterapia que se enfocan en la búsqueda de sentido en el trabajo con adolescentes (Fabry, 2015).

Como se ha desarrollado en párrafos anteriores, el sentido de vida resulta un factor crucial en el bienestar psicológico de los adolescentes. La promoción de un sentido de vida puede tener beneficios significativos para la salud mental y el desarrollo integral de los jóvenes, ya que permite generar un factor protector ante los eventos adversos promoviendo una construcción de un sentido de vida saludable que contenga las bases de la identidad en los adolescentes. Es fundamental entonces que los padres, educadores y profesionales de la salud mental trabajen juntos para apoyar a los adolescentes en su búsqueda de sentido, proporcionando un entorno que fomente el crecimiento personal y el descubrimiento de propósito, coherencia y significación en sus vidas (Arnett, 2000).

3.2 Depresión y vacío existencial

El vacío existencial, según Martínez (2011), es un estado en el que el ser humano no encuentra sentido a su vida, lo que genera frustración, inconformidad y un sentimiento de vacío. Según este autor, las personas buscan llenar dicho vacío a través de satisfacciones inmediatas. Frankl (1994) refiere que el vacío existencial es una condición inherente al ser humano. Aparece en momentos críticos donde las decisiones son influenciadas emocionalmente, como en la muerte, en rupturas de relaciones, o ante la absurdidad de una existencia sin significado. Este autor, sostiene que la pérdida de tradiciones ha dejado a las personas sin guía sobre qué hacer, generando conformismo y totalitarismo. Esto, a su vez, conduce a la neurosis noógena (i.e., sufrimiento que se origina en una frustración profunda de la dimensión espiritual o existencial del individuo, quien siente un vacío o una carencia de propósito y dirección), resultado de conflictos de conciencia y falta de congruencia entre valores personales y acciones. Por otra parte, Martínez (2011) sostiene que el vacío existencial se origina por una triple pérdida: la pérdida de valores personales superiores, la inconsciencia sobre la finitud de la vida (i.e., el tiempo limitado para realizar objetivos en la vida) y la pérdida de identidad cultural y comunitaria.

Estudios empíricos (e.g., Baquero et al., 2023; Szcześniak et al., 2022) evaluaron el papel mediador que tiene el sentido de la vida en la regulación emocional y en la sintomatología depresiva. En estos estudios, los autores hallaron relaciones significativas entre ansiedad y depresión, y entre depresión y significado en la vida. Por otra parte, hallaron que el significado de vida actuaría como mediador en la relación entre la ansiedad y la depresión. Por otra parte, Baquero et al., (2023) sostienen que tener un sentido de significado en la vida podría servir como factor protector contra la depresión, actuando como un mediador en la relación entre la ansiedad y la depresión en adultos jóvenes. Szcześniak et al. (2022) remarcan la importancia de incorporar la variable de sentido de la vida en el

desarrollo e implementación de programas de prevención y tratamiento para trastornos psicológicos.

3.3 Definición, criterios de diagnóstico y prevalencia del trastorno depresivo en adolescentes

Desde la Psiquiatría clásica, Jaspers (1963) plantea que la depresión puede presentarse como un síntoma, es decir, un estado anímico puntual de tristeza, melancolía o abatimiento que puede observarse en diferentes contextos, no necesariamente patológicos. También puede formar parte de un síndrome, cuando se asocia con otros síntomas como insomnio, falta de apetito, desesperanza, ideación suicida, entre otros. Finalmente, puede constituirse en un trastorno clínico propiamente dicho, como en el caso del trastorno depresivo mayor, cuando el conjunto de síntomas alcanza una intensidad, duración y disfuncionalidad que justifica un diagnóstico clínico.

Según la OMS, el trastorno depresivo (o depresión) es un trastorno mental común. Implica un estado de ánimo deprimido o la pérdida del placer o el interés por actividades durante largos períodos de tiempo (OMS, 2023). De esta manera, el trastorno depresivo se diferencia de los cambios de ánimo cotidianos o la tristeza en el sentido de que éste puede afectar todos los ámbitos de la vida, las relaciones interpersonales, así como también dificultar o generar problemas en los ámbitos laborales y/o escolares. Si no se trata adecuadamente, tiende a la recurrencia y a la cronicidad (Esperón-Collins, 2022).

Según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM V —2022—), los trastornos depresivos se caracterizan como un conjunto de síntomas que producen una alteración en el estado de ánimo consiguiendo que el sujeto se sienta triste, desanimado o desesperanzado. Si bien existe una amplia gama de trastornos, con sus particularidades y diferencias entre sí, los rasgos comunes que podemos encontrar en todos ellos son la presencia de un estado de ánimo triste, vacío o irritable, con ciertos cambios somáticos y cognitivos que afectan significativamente la capacidad funcional del individuo.

En la misma línea es que se puede caracterizar al trastorno depresivo mayor por episodios determinados de al menos dos semanas de duración (aunque la mayoría de los episodios duran bastante más) que implican cambios claros en el afecto, la cognición y las funciones neurovegetativas, y remisiones inter episódicas. (DSM-V-TR, 2022)

Uno de los profesionales que más ha atendido a esta problemática, entre otros, contribuyendo al conocimiento científico de la psicología, es Aron Beck. Según Beck, (2010), se puede conceptualizar a la depresión como una serie de patrones cognitivos y conductuales que inducen a los pacientes a considerarse de un modo idiosincrático, proporcionando al sujeto una visión negativa de sí mismo, de las experiencias y de su futuro. La fuente de la depresión es un conjunto de conceptos negativos; por lo tanto, se espera que la corrección y neutralización de estos esquemas alivie la sintomatología depresiva.

Asimismo, la depresión puede ser comprendida como el resultado de ambientes que no producen contacto con fuentes estables de placer; en este sentido, las personas depresivas se alejan de aquello que les daba placer y sentido, teniendo comportamientos evitativos.

Según el DSM-V-TR (2022), los criterios diagnósticos que se toman en cuenta a la hora de evaluar la presencia o no de un trastorno depresivo en adolescentes son los correspondientes al apartado Trastorno de desregulación disruptiva del estado de ánimo. A continuación, se mencionan los signos y síntomas necesarios para el diagnóstico de *trastorno depresivo*: a) accesos de cólera graves y recurrentes que se manifiestan verbalmente (e.g., rabieta verbal) y/o con el comportamiento (e.g., agresión física a personas o propiedades) cuya intensidad o duración son desproporcionadas a la situación o provocación, b) los accesos de cólera no concuerdan con el grado de desarrollo, c) los accesos de cólera se producen, en término medio, tres o más veces por semana; d) el estado de ánimo entre los accesos de cólera es persistentemente irritable o irascible la mayor parte del día, casi todos los días, y es observable por parte de otras personas (e.g., padres, maestros, compañeros); e) los Criterios a-d, han estado presentes durante 12 o más meses.

En todo este tiempo, el individuo no ha tenido un período que durará tres o más meses consecutivos sin todos los síntomas de los Criterios a-d; f) los Criterios a y d están presentes al menos en dos de tres contextos (i.e., en casa, en la escuela, con los compañeros) y son graves al menos en uno de ellos, g) el primer diagnóstico no se debe hacer antes de los 6 años o después de los 18 años, h) por la historia o la observación, los Criterios a-e comienzan antes de los 10 años; i) nunca ha habido un período bien definido de más de un día durante el cual se hayan cumplido todos los criterios sintomáticos, excepto la duración, para un episodio maníaco o hipomaníaco; j) los comportamientos no se producen exclusivamente durante un episodio de trastorno de depresión mayor y no se explican mejor por otro trastorno mental (e.g., trastorno del espectro autista, trastorno por estrés postraumático, trastorno por ansiedad de separación, trastorno depresivo persistente [distimia]), y k) los síntomas no se pueden atribuir a los efectos fisiológicos de una sustancia o de otra afección médica o neurológica (DSM-V-TR, 2022).

La forma que tiene de evidenciarse el trastorno depresivo, se constituye en dos rasgos o manifestaciones clínicas bien diferenciadas; en primer lugar, se encuentran los episodios de cólera frecuentes, los cuales aparecen comúnmente frente a eventos de frustración y/o enojo y pueden manifestarse de forma verbal (ya sean insultos o reproches por ej.) y/o de forma conductual (evidenciado en conductas violentas frente a objetos, uno mismo u otras personas), además dichos eventos de cólera deben persistir en promedio tres o más veces por semana, durante al menos un año y en más de dos contextos de aparición (casa, escuela, etc).

La segunda manifestación de irritabilidad grave consiste en un estado de ánimo persistentemente irritable o de enfado crónico entre los graves accesos de cólera. Este estado de ánimo irritable o enfadado debe ser característico del niño, debe estar presente la mayor parte del día, casi a diario, y, además, debe ser apreciable por otras personas del entorno del niño (DSM-V-TR. 2022).

Los criterios para diagnosticar trastornos según el DSM-V-TR (2022) son casi

idénticos para niños, adolescentes y adultos, con una excepción: en menores de edad, el mal humor es un criterio aceptable, al igual que la tristeza y la falta de interés. Aunque los síntomas pueden manifestarse de manera diferente, los niños suelen experimentar más a menudo: síntomas físicos, inquietud, ansiedad por separación, fobias, alucinaciones. Por otra parte, Esperón-Collins (2022) sostiene que los síntomas depresivos más comunes en niños y adolescentes son: mal humor o irritabilidad, pérdida de interés (apatía), incapacidad para disfrutar actividades (anhedonia) y/o fatiga. En este sentido, la depresión en niños y adolescentes comparte similitudes con la depresión en adultos, pero también presenta diferencias significativas debido a las variaciones en el desarrollo físico, emocional, cognitivo y social. En comparación con los adultos deprimidos, los niños y adolescentes deprimidos tienden a mostrar más a menudo: irritabilidad en lugar de tristeza, rabietas y tormentas emocionales, cambios bruscos de humor, poca tolerancia a la frustración, quejas físicas, aislamiento social; y, con menos frecuencia, síntomas de melancolía, síntomas psicóticos e intentos de suicidio (Esperón-Collins, 2022).

3.3.1 Prevalencia de la depresión en adolescentes

A nivel mundial, la prevalencia de la depresión en adolescentes es alarmante y está en aumento. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la depresión es la principal causa de discapacidad entre los adolescentes y afecta aproximadamente al 4% de esta población globalmente. Se estima que entre el 10% y el 20% de los adolescentes en todo el mundo experimentará un episodio depresivo antes de alcanzar la adultez (World Health Organization, 2023). Asimismo, aproximadamente 1 de cada 5 adolescentes, experimentará un cuadro depresivo antes de los 18 años. Dichas cifras mencionadas poseen un carácter alarmante si consideramos que, por las características del trastorno depresivo, el suicidio es la tercera causa por muerte a nivel mundial en las edades que van desde los 15 a los 20 años (WHO, 2021).

En América Latina, la situación es particularmente preocupante debido a factores como la desigualdad social, la violencia y la falta de acceso a servicios de salud mental adecuados. Estudios recientes indican que aproximadamente el 15% de los adolescentes en América Latina sufren de depresión, con variaciones entre países. Un informe de UNICEF (2022) resalta que, en varios países de la región, la prevalencia de trastornos depresivos en adolescentes es comparable o incluso superior a las cifras globales. La falta de recursos y programas de salud mental en la región exacerba esta problemática, contribuyendo a la alta incidencia de intentos de suicidio y otros comportamientos de riesgo.

En un estudio realizado en nuestro país, los autores llegaron a la conclusión de que, durante la vida, casi un tercio (29.1%) de las personas experimentan al menos un trastorno mental, de los cuales el trastorno depresivo mayor es el más prevalente con un 8.7% (Stagnaro et al., 2018).

3.3.2 Etiología de la depresión

Como se ha mencionado en párrafos anteriores, la depresión es una patología de salud mental compleja y de origen multicausal. El trastorno depresivo puede aparecer por primera vez a cualquier edad, pero la probabilidad de que se inicie se incrementa notablemente en la pubertad (DSM-V-TR, 2022). En este sentido, la depresión es de causa multifacética, involucrando factores psicológicos, sociales, genéticos y biológicos. Los factores psicológicos y sociales, como lo son los eventos estresantes, pueden desencadenar el primer episodio depresivo y facilitar cambios duraderos en la fisiología cerebral. En este mismo sentido, se sugiere que los trastornos depresivos representan modificaciones en el sistema nervioso central en respuesta a niveles crónicos de estrés (Perez Padilla et al., 2017).

En esta misma línea, según DSM-V-TR (2022) uno de los factores psicológicos asociados a la etiología de la depresión es el temperamento de la persona. De esta manera, el

rasgo denominado como neuroticismo es un factor de riesgo a tener en cuenta para el comienzo del desarrollo del trastorno depresivo, teniendo como referencia que unos niveles altos vuelven a los sujetos más proclives a desarrollar episodios depresivos en respuesta a los acontecimientos vitales estresantes.

Los factores genéticos también juegan un papel importante, con alrededor de 200 genes vinculados a la depresión mayor. Además, se han identificado alteraciones biológicas en neurotransmisores, citoquinas y hormonas que afectan el sistema nervioso central, el sistema inmunológico y el sistema endocrino, aumentando el riesgo de desarrollar depresión mayor. Se ha demostrado que en personas deprimidas aparece una disminución de monoaminas biógenas como la serotonina, noradrenalina y dopamina a nivel del sistema nervioso central. Además, se han observado alteraciones neuroendocrinas, modificaciones neuroanatómicas y desarreglos de interacción entre los sistemas inmune y neuroendocrino (Montes, 2004).

Aunque existe una gran amplitud de datos bibliográficos que describen los correlatos neuroanatómicos, neuroendocrinos y neurofisiológicos del trastorno depresivo mayor, no existe ninguna prueba de laboratorio que haya probado tener suficiente sensibilidad y especificidad para usarse como herramienta diagnóstica para este trastorno (DSM-V-TR, 2022).

3.3.3 Depresión y adolescencia

La depresión en la adolescencia es un tema de gran relevancia en el ámbito de la psicología, dado que representa un desafío significativo para los agentes que trabajan en la salud mental de este grupo etario. La adolescencia es una etapa de cambios físicos, emocionales y sociales que puede ser particularmente vulnerable al desarrollo de trastornos afectivos (Lopez-Villegas 2024). Este periodo crítico puede estar marcado por la búsqueda de identidad, la construcción de un rol social como parte de la misma, la identidad y expresión

de género y la presión social, entre otros factores que pueden contribuir a la manifestación de síntomas depresivos. En la población adolescente, la depresión se manifiesta con signos y síntomas diferentes a los de la población adulta. En algunas ocasiones se resaltan expresiones comportamentales caracterizadas como desproporcionadas (crisis de llanto, desesperación o rabia por ej.) y otras veces con actitudes más inhibidas (cierre emocional y/o relacional, mutismo, introversión). En determinadas circunstancias puede estar enmascarada por otros trastornos psicossomáticos o por una serie de conductas de riesgo, como, por ejemplo: consumos problemáticos, actividades suicidas o de peligro (Nardi, 2004). Este enmascaramiento puede dificultar el diagnóstico y el tratamiento efectivo de la depresión, lo que resalta la importancia de una evaluación integral.

El primer episodio depresivo suele ocurrir durante la adolescencia o el comienzo de la edad adulta, aunque en algunos casos puede aparecer incluso en la infancia. En niños y adolescentes, la depresión se caracteriza por un conjunto de síntomas persistentes que representan un cambio significativo respecto a su estado habitual, afectando negativamente su desempeño escolar, relaciones familiares y sociales. Si no se trata adecuadamente, el episodio depresivo puede durar entre 1-2 años y tiene tendencia a repetirse o convertirse en una condición crónica. Este ciclo de recurrencia puede tener consecuencias a largo plazo en el desarrollo emocional y social del adolescente, por lo tanto, repercute de forma negativa en la salud mental de dicha población (Esperón-Collins, 2022).

La presentación de los estados depresivos en la adolescencia es evidenciada de manera gradual y suele manifestarse en diversas áreas de su vida cotidiana. Es decir, podemos sospechar de la aparición de este tipo de trastornos a partir de la evaluación en: la vida escolar, la modificación del comportamiento alimentario, la ausencia de hobbies o actividades recreativas, la inactividad y los trastornos del sueño, entre otros. Esta amplia gama de síntomas puede dificultar la identificación temprana de la depresión, lo que subraya la necesidad de capacitación para padres y educadores sobre los signos de alerta (Esperón-

Collins, 2022).

Según Hankin et al. (2020) los factores de riesgo asociados a la depresión en la adolescencia son diversos e incluyen componentes biológicos, psicológicos y sociales. La herencia genética puede jugar un papel crucial, ya que los adolescentes con antecedentes familiares de depresión tienen un mayor riesgo de desarrollar este trastorno. Además, los factores ambientales como el estrés familiar, el acoso escolar y las experiencias traumáticas son determinantes en la aparición de síntomas depresivos.

3.4 Tratamiento psicológico de la depresión en adolescentes

El concepto de intervención psicológica puede definirse como la aplicación de principios y técnicas psicológicas por parte de un profesional capacitado, con el propósito de asistir a los miembros de la comunidad en diversos aspectos: facilitar la comprensión de sus problemas, reducir o superar dichos problemas, prevenir su recurrencia futura y fomentar el desarrollo de habilidades personales que contribuyan a un bienestar integral (Soto Hurtado, 2022). A continuación, se desarrollan las teorías o enfoques más relevantes para la intervención y tratamiento de la depresión en la población adolescente.

3.4.1 Terapia Psicoanalítica o psicodinámica

Desde el enfoque psicoanalítico, basado en los aportes de Thabrew et al. (2018), la depresión se explora a través de la elaboración del discurso del paciente, siguiendo la regla fundamental del psicoanálisis: la asociación libre. Esta técnica consiste en que el paciente verbalice todo lo que le venga a la mente, sin filtros, juicios o censura. A través de esta práctica, se busca desentrañar los conflictos inconscientes que subyacen en los síntomas depresivos. Además, el juego y la construcción de una relación terapéutica sólida son componentes esenciales del proceso analítico. La calidad de esta relación puede influir de manera decisiva en la efectividad del tratamiento, ya que proporciona un espacio seguro para

la exploración emocional profunda. Desde esta perspectiva teórica, se considera de vital importancia cómo las experiencias de la infancia del paciente impactan en sus pensamientos, emociones, comportamientos y relaciones interpersonales actuales. Estas vivencias tempranas pueden tener un efecto duradero, configurando patrones inconscientes que contribuyen a la depresión en la vida adulta.

Asimismo, las terapias psicodinámicas tienen como objetivo abordar y resolver conflictos internos que surgen de problemas en las relaciones y en experiencias pasadas. Según esta perspectiva, se propone que los conflictos que generan ansiedad o sufrimiento emocional son reprimidos en el inconsciente mediante la utilización de mecanismos de defensa (Cerquera Córdoba et al., 2022)

Para los terapeutas psicodinámicos la depresión es una patología con dificultades crónicas, complejas y comorbilidades. Este modelo pone énfasis en el apoyo del proceso de desarrollo, más que enfocarse en la disminución de los síntomas. Es decir, desde este marco conceptual se presta atención a los fenómenos inconscientes y se trabaja con ellos, a partir de la elaboración propia que hace el sujeto en el desarrollo del discurso del mismo y las intervenciones sobre el mismo que realiza el profesional (Moreno, 2015).

Asimismo, para Lindqvist et al. (2022), los tratamientos basados en dicha teoría se centran en motivar a los participantes a analizar, reflexionar y experimentar los conflictos emocionales reprimidos que provocan y que mantienen los síntomas de depresión. De igual manera, la intervención se enfoca en reconocer los niveles elevados de ansiedad, para regular y evitar el uso rígido de mecanismos de defensa. En tal sentido, el objetivo fundamental de este tipo de intervenciones es favorecer la comprensión sobre la dinámica emocional que subyace a la depresión y reducir la evitación emocional. Cirasola et al. (2021) sostienen que mediante la aplicación de este modelo se invita a los adolescentes a relacionar sus emociones con la sintomatología depresiva, a desafiar los mecanismos de defensa, a regular los niveles

de ansiedad y a explorar los sentimientos que fueron evitados o reprimidos.

Otro autor relevante a la hora de caracterizar la depresión es Nasio (2022) quien refiere a la misma como un fenómeno complejo que se enmascara como un trastorno del estado de ánimo. En este sentido, la depresión se conceptualiza como una respuesta psíquica ante las pérdidas significativas del individuo, ya sean reales o simbólicas. De esta manera, se entiende que existe una incapacidad para transitar el proceso de duelo resultante de dichas pérdidas dando como resultado una internalización de la tristeza que da lugar a conflictos internos.

Asimismo, Hornstein (2006) entiende al fenómeno de la depresión no sólo como un trastorno anímico, sino como la manifestación de los conflictos internos del sujeto y relaciones interpersonales de carácter complejo. Respecto de los conflictos internos, estos se expresan como el resultado de los deseos y expectativas del individuo que se contraponen a la realidad. Es de esta contraposición que resultan los conflictos internos expresados en sensaciones de desilusión y tristeza. En cuanto a las relaciones interpersonales, el autor refiere la importancia del desarrollo de las mismas. En donde la falta de conexiones significativas y el aislamiento social son factores que pueden intensificar los síntomas depresivos.

3.4.2 Terapia Cognitiva Conductual

La terapia cognitivo-conductual (TCC) se basa en la premisa de que el estado de ánimo depresivo está relacionado con los pensamientos y comportamientos de la persona. Por lo tanto, al modificar los patrones cognitivos y conductuales, se pueden reducir los síntomas y mejorar el funcionamiento general (Sznicer, 2021). Los adolescentes expuestos a diversos factores estresantes tienden a responder automáticamente con sentimientos negativos y catastróficos, lo que agrava sus pensamientos depresivos y empeora su bienestar emocional (Vargas et al., 2015).

Durante el tratamiento, es crucial que el paciente comprenda la naturaleza y la base teórica de la terapia cognitiva, y se le informe que la intensidad de su cuadro puede variar. Para ello, el profesional prepara al paciente presentando el plan terapéutico y los objetivos a trabajar a lo largo del tratamiento (Beck, 2010).

Los principales objetivos de la terapia son reducir los síntomas depresivos y prevenir las recaídas. Además, a largo plazo, se busca desarrollar estrategias más efectivas para manejar situaciones ambientales difíciles y enfrentar los sentimientos negativos. Se colabora con el paciente de tal manera de que pueda identificar sus pensamientos erróneos y modificar los patrones cognitivos que generan estas ideas (Beck, 2010). El profesional elabora un plan de tratamiento para guiar la intervención en la práctica clínica. Sin embargo, debe asegurarse de que el paciente esté dispuesto a seguir este plan. De este modo, terapeuta y paciente colaboran tanto para la construcción de los objetivos y planes de acción durante el transcurso del tratamiento, así como también para identificar y evaluar las cogniciones que surgen de los mismos. El terapeuta investiga las razones por las cuales la persona con depresión mantiene creencias negativas. A medida que avanzan las sesiones se esperaría que el paciente de cuenta de cómo su percepción de ciertos eventos pasados respalda sus ideas negativas y cómo interpreta los eventos actuales de manera que refuerza dichas ideas (Rey, 2017)

Las técnicas conductuales buscan inducir un cambio en la conducta de manera tal que impacten positivamente en las actitudes negativas del paciente, promoviendo así una mejoría. Dichos métodos permiten al paciente reevaluar sus percepciones negativas sobre sí mismo, el contexto que lo rodea y su futuro. Al ser desafiadas estas ideas a través de las técnicas conductuales, el paciente comienza a cuestionar su validez y se siente motivado a participar en nuevas actividades.

La modificación conductual facilita la identificación de pensamientos negativos, asimismo las tareas conductuales son la estrategia más efectiva para romper el ciclo disfuncional en pacientes con depresión, mejorando su nivel de funcionamiento al

contrarrestar los pensamientos negativos y generar una sensación de satisfacción (Beck, 2010).

3.4.3 Terapia sistémica

La terapia sistémica enfatiza la importancia de una relación terapéutica adecuada entre el profesional y el adolescente, lo cual es esencial para reducir los malestares que enfrenta este grupo debido a diversas situaciones relacionadas con su desarrollo. Mardones y Escalona (2020) destacan que, comúnmente, los adolescentes se ven limitados en su capacidad para explorar y relacionarse consigo mismos, con los demás y con su entorno, debido a prejuicios y falta de comprensión por parte de su núcleo familiar. Se considera que la terapia psicológica con un enfoque sistémico ofrece una oportunidad de crecimiento tanto para el adolescente como para su familia, destacando la relevancia de la relación entre el consultante y el terapeuta. Además, en el enfoque constructivista de la psicoterapia sistémica, el terapeuta y el consultante colaboran activamente para crear un espacio donde se posibilite el cambio o la mejora del paciente. En este contexto, el terapeuta abandona su rol de experto y se convierte en una persona que aporta diversos conocimientos. Esto le permite observar la situación del consultante, buscar alternativas para enfrentar sus dificultades y ayudarlo a ser más comprensivo con sus aciertos y errores. Al identificar cuales son los recursos que fomentan relaciones más armoniosas y su bienestar, el terapeuta contribuye significativamente al proceso terapéutico (Ortiz, 2022)

La metodología del enfoque sistémico constructivista se caracteriza por ser vivencial y personalizada, enfocándose en el consultante y priorizando su bienestar. Ortiz (2022) también la describe como lúdica, ya que permite experimentar algo nuevo en el proceso terapéutico a través de un diálogo que fomenta la participación y la colaboración para encontrar soluciones. Además, esta metodología toma en cuenta la red de interacciones que afecta el sistema terapéutico, el cual se analiza en tres subsistemas para una mejor

comprensión.

Las técnicas sistémicas que se han identificado como efectivas para tratar la depresión en adolescentes y sus familias incluyen: preguntas circulares, la elaboración de un genograma, reformulación, uso de metáforas, expresión de reconocimiento y retroalimentación. Asimismo, la terapia familiar basada en el apego ha contribuido a la mejora de los adolescentes con depresión. Esto se debe a que el terapeuta guía a la familia en relación a las necesidades insatisfechas del adolescente, como el apego y la identidad, y se enfoca en las emociones de adaptación primarias, lo que ayuda a aliviar los síntomas de depresión en esta población (Liu et al., 2020).

3.4.4 Terapias basadas en la evidencia

En las últimas dos décadas, ha habido un esfuerzo significativo por evaluar la eficacia de las terapias psicológicas. Ya no se trata de verificar la validez de las psicoterapias en general o su aplicación a problemas psicológicos difusos, sino de analizar tratamientos efectivos para trastornos específicos en muestras clínicas bien definidas. Por lo tanto, cuando alguien sostiene que una terapia es efectiva, es importante cuestionar qué datos sustentan esa afirmación y qué evidencia la respalda, dado que los niveles de evidencia pueden variar (Echeburúa et al., 2010).

Contar con tratamientos psicológicos respaldados empíricamente (TPEA) tiene un impacto en varios niveles, como la mejora en la calidad y accesibilidad de la atención psicológica para la sociedad. También afecta el desarrollo de la Psicología como ciencia y profesión, ya que cada psicólogo debe estar al tanto de qué tratamiento psicológico, basado en evidencia sólida, es el más adecuado para un individuo con un problema específico y ciertas características, así como la forma de aplicarlo para maximizar sus beneficios y reducir los riesgos potenciales (Fonseca et al., 2021).

A continuación, se detallan los tratamientos psicológicos respaldados empíricamente

para la depresión en adolescentes.

La TCC general y la TCC grupal han demostrado ser intervenciones efectivas para el tratamiento de la depresión infantil. Para la depresión en adolescentes, la TCC y la psicoterapia interpersonal se destacan como tratamientos bien establecidos.

En los últimos años, han surgido y ganado popularidad diversos protocolos de tratamiento transdiagnóstico para abordar trastornos emocionales, que incluyen tanto trastornos de ansiedad como depresivos en la población infantil y juvenil. Desde esta perspectiva, las intervenciones con un grado de recomendación son: EMOTION, terapia de aceptación y compromiso, el enfoque modular para tratar a niños con problemas de ansiedad, depresión, trauma o de conducta, y el mindfulness (Fonseca et al., 2021).

Otros autores (Echeburúa et al., 2010) subrayan la efectividad de la TCC para la depresión infantil y la terapia conductual para la depresión adolescente. Los resultados de la investigación sobre la eficacia de las terapias psicológicas indican que estas pueden llevar a una reducción considerable de costos a largo plazo, ya sea como tratamiento único o en combinación con medicamentos para muchos trastornos mentales, como la ansiedad y la depresión. Por otro lado, Rey et al. (2017) indican que la TCC muestra que las sesiones individuales (de 8 a 16 sesiones, semanales y con duración de una hora) son eficaces a corto plazo, y las diferencias entre la TCC y la terapia farmacológica tienden a desaparecer tras 12 meses, en favor de la TCC. En relación con la psicoterapia psicodinámica (psicoanalítica), existen muy pocos estudios, pero hay alguna evidencia que sugiere que podría ser efectiva, aunque requiere un tratamiento más prolongado (por ejemplo, un año).

4. Método

En el presente trabajo se tuvo como objetivo describir el estado actual del conocimiento en el campo de la psicología sobre el sentido de vida, la depresión y las terapias psicológicas contemporáneas que abordan esta problemática en adolescentes. Para cumplir con dicho propósito, se adoptó un diseño de investigación teórica de tipo revisión bibliográfica.

Según Cabrera y Tenecela (2023), este tipo de diseño resulta adecuado cuando existe una amplia producción científica que requiere ser sistematizada y analizada con el fin de extraer conclusiones generales y comprensivas. Tal como afirman Petticrew y Roberts (2008), en este enfoque las unidades de análisis no son datos empíricos primarios, sino publicaciones científicas, las cuales permiten construir conocimiento a partir de la integración crítica de antecedentes ya existentes.

Si bien la revisión realizada no adopta un enfoque metaanalítico ni sigue un protocolo de revisión sistemática formal, sí se enmarca dentro de un procedimiento ordenado y confiable. Para ello se definió un marco temporal claro, se establecieron criterios de inclusión y exclusión, se diseñaron estrategias de búsqueda específicas (mediante cadenas y fórmulas de búsqueda académica) y se efectuó una evaluación crítica del material recolectado.

La elección de este diseño responde a dos fundamentos principales: en primer lugar, la vasta cantidad de estudios y desarrollos teóricos acumulados sobre el tema, que torna necesario un trabajo de revisión e integración que contribuya a clarificar el panorama conceptual actual; en segundo lugar, el interés formativo de quien desarrolla este trabajo, orientado a consolidar competencias en el análisis crítico de literatura especializada como parte del trayecto académico.

A continuación, se mencionan los diferentes criterios de inclusión y exclusión aplicados para el recorte disciplinario.

Criterios de inclusión: 1) Recorte cronológico de 10 años, exceptuando autores clásicos necesarios para desarrollos descriptivos del tema; 2) Estudios empíricos realizados en América y España, y 3) Selección según criterios lingüísticos (habla castellana, inglesa y portuguesa). Criterios de exclusión: 1) Trabajos de tesis (grado), 2) Antecedentes empíricos con más de 10 años de su publicación.

La selección del material incorporado en la presente tesis, utilizó fuentes primarias. Los desarrollos teóricos seleccionados de fuentes primarias se obtuvieron de libros, investigaciones empíricas, tesis inéditas de posgrado, y documentos oficiales publicados de organismos gubernamentales. La selección bibliográfica de antecedentes empíricos se realizó en las siguientes bases de datos: Redalyc, PubMed, Dialnet, Researchgate, Scielo, bases disponibles en Biblioteca Digital UFLO y otras universidades de América Latina y Google Académico.

Las palabras clave consideradas en las búsquedas fueron: Depresión, Sentido de vida, adolescentes, tratamiento para la depresión.

Posterior a la selección de la información para la construcción del apartado Estado del Arte, se ficharon y clasificaron los artículos relevantes, considerando los criterios de inclusión y exclusión antes mencionados. Los antecedentes empíricos fueron organizados para su presentación según un criterio ascendente de la fecha de publicación. Desde la publicación más antigua a la más reciente. Se seleccionaron para el apartado Antecedentes, artículos empíricos publicados en revistas científicas. Luego se relacionaron y sistematizaron los resultados de las investigaciones considerando los objetivos de la presente TFI.

La construcción del Marco Teórico, se inició con la búsqueda de literatura académico-científica relevante al tema/problema con el fin de proporcionar consistencia teórica en cada una de las variables a desarrollar. En todos los casos se recurrió a autores con reconocida

trayectoria en la temática.

En la Tabla 1 (Ver Anexo 8.1), se presenta la selección de los Antecedentes con sus respectivos autores, variables, objetivos, diseño, tipo de estudio, palabras clave, y la fuente en la cual se encontró el trabajo analizado. El orden de presentación seleccionado en la tabla fue por año de publicación, desde el más antiguo al título más reciente. En la Tabla 2 (Ver Anexo 8.2) se muestran los textos seleccionados organizados según: a) autores y año de publicación, b) tipo de texto, c) fuente y, d) principales ideas o conceptos tomados para la elaboración del trabajo. El orden de presentación seleccionado en la tabla fue por orden alfabético.

5. Resultados y Conclusiones

El presente trabajo tuvo como objetivo describir el estado actual del conocimiento en el campo científico psicológico sobre el sentido de vida, la depresión, la relación entre ambas variables y las terapias psicológicas actuales que abordan esta problemática en adolescentes. Con este fin, se realizó un estudio de revisión bibliográfica recurriendo a fuentes primarias que desarrollan la temática propuesta.

A partir del análisis del estado actual de conocimiento en el campo Psicológico sobre los desarrollos teóricos y empíricos que abordan el sentido de vida, en adolescentes, se hallaron como relevantes los postulados por Frankl (1983). Entre los desarrollos más significativos se destaca que la adolescencia es una etapa de consolidación de la identidad y de reflexión existencial en la cual se intensifica la búsqueda de un propósito. Por ello, el sentido de vida no solo influye en el bienestar emocional de los adolescentes, sino que también constituye un factor protector frente a trastornos psicológicos como la depresión. Martínez Ortiz (2013) sostiene que el sentido de vida tiene un impacto directo en la disminución de los niveles de ansiedad y depresión, especialmente en contextos de estrés. Por último, Zamudio (2021) afirma que enriquecer el sentido de vida, la autoestima y la esperanza puede prevenir estados depresivos y trastornos mentales.

En relación al objetivo de describir el estado actual de conocimiento científico en el campo psicológico sobre los desarrollos teóricos y empíricos que aborden los estados clínicos de depresión en adolescentes se halló que la depresión en adolescentes es un trastorno que representa una problemática grave y creciente. Según la OMS (2023), la depresión es la principal causa de discapacidad en esta población, con consecuencias a largo plazo como el riesgo de suicidio, la cual es la tercera causa de muerte entre adolescentes. En esta etapa del desarrollo, los cambios emocionales y cognitivos, sumados a las presiones sociales, incrementan la vulnerabilidad de los adolescentes a desarrollar cuadros depresivos (APA,

2013). De las puntualizaciones anteriores se desprende que, y en respuesta al objetivo sobre conocer la relación entre ambas variables, el sentido de vida y la depresión se hallan íntimamente vinculados. Diversos autores (e.g., Arraez, 2018; Tripaldi, 2015) sostienen la importancia de fomentar en los adolescentes los factores protectores tales como el sentido de vida. En este sentido, fomentar el sentido de vida en los adolescentes disminuye significativamente la probabilidad de que desarrollen síntomas depresivos severos.

En cuanto a las terapias psicológicas, se concluye que la terapia cognitivo-conductual (TCC) y la logoterapia se destacan como enfoques efectivos para tratar la depresión en adolescentes. La TCC, fundamentada en la modificación de patrones de pensamiento disfuncionales, ha demostrado ser eficaz en la reducción de la sintomatología depresiva (Beck, 2010). Por otra parte, la logoterapia, basada en la búsqueda del sentido de vida, ha demostrado ser útil no solo para aliviar síntomas depresivos, sino también para fortalecer el bienestar existencial de los adolescentes (Frankl, 2010). Del mismo modo, estudios empíricos analizados en este TIF (e.g., Dulaney, 2018), destacan la importancia de integrar enfoques terapéuticos que aborden tanto la dimensión cognitiva como la existencial en el tratamiento de la depresión adolescente. En esta misma línea de abordaje, Arnett (2000) señala la importancia del trabajo en conjunto de padres, educadores y profesionales de la salud para apoyar a los adolescentes en la búsqueda de sentido y prevenir de este modo la ocurrencia de síntomas depresivos.

5.1 Aportes y Contribuciones al Campo Psicológico

El presente estudio profundiza en la relación entre el sentido de vida y la depresión en adolescentes, destacando la importancia de promover un sentido de vida sano en esta. Del mismo modo, se destacan los desarrollos empíricos que sostienen la integración de técnicas de logoterapia en programas educativos y terapéuticos dirigidos a adolescentes. Estos programas integrados remarcan cómo el sentido de vida puede servir como factor protector

contra la depresión. En este sentido, la autoexploración y el entendimiento personal pueden ayudar a identificar las áreas en las que el adolescente se destaca y se siente satisfecho, lo que, a su vez, guía a la construcción de un sentido de vida que se ajusta a las habilidades individuales.

Por otra parte, en el presente trabajo se aborda el concepto de vacío existencial, el cual es entendido como un aspecto relevante en la manifestación de sintomatología depresiva, proporcionando nuevas perspectivas sobre la posible etiología y tratamiento en esta población, así como también nuevas estrategias de afrontamiento para la población adolescente.

Por último, este trabajo profundiza en el análisis de las intervenciones terapéuticas efectivas para el tratamiento de la depresión adolescente, destacando la importancia de desarrollar intervenciones tempranas centradas en promover un sentido de vida saludable.

5.2 Limitaciones del Estudio

El presente estudio presenta algunas limitaciones a considerar. En primer lugar, existe escasez de literatura nacional (i.e., artículos empíricos y desarrollos teóricos de producción nacional) vinculada a los objetivos planteados en este trabajo. No se hallaron publicaciones recientes que aborden (a excepción de Gottfried, 2017) el tema/problema analizado.

Por último, al haber implementado una revisión bibliográfica, el estudio depende de la calidad y rigor de los estudios revisados. Si algunos de ellos presentaron limitaciones en su diseño metodológico, eso podría afectar la validez de las conclusiones del estudio.

5.3 Futuras Líneas de Investigación

A partir de lo expuesto es que se propone la realización de un estudio longitudinal, donde profesionales capacitados se propongan a realizar un seguimiento a largo plazo de los adolescentes para evaluar la evolución del sentido de vida y su impacto en la sintomatología

depresiva a lo largo del tiempo. De la misma manera puede estar sujeto al análisis la evolución de la construcción del sentido de vida, a partir de los factores que influyen en dicha población, esto es: las variaciones que sufran en cuanto a la conformación de su personalidad, los cambios en las dinámicas familiares y los grupos sociales a los cuales asista con regularidad.

Asimismo, se sugiere la exploración de los factores moderadores, con el objetivo de indagar cuales son los factores que modulan la relación entre sentido de vida, depresión adolescente en contextos de vulnerabilidad social.

6. Propuesta de Intervención

6.1 Introducción

La promoción del desarrollo de sentido de vida en la población adolescente juega un rol fundamental para la prevención de importantes patologías psíquicas tales como la depresión. Autores como Martínez Ortiz (2013) sostienen que el sentido de vida tiene un impacto directo en la disminución de los niveles de ansiedad y depresión, especialmente en contextos de estrés. Fortalecer la construcción de un sentido de vida en una etapa temprana permitirá a los adolescentes construir herramientas para hacer frente a contextos que favorezcan la aparición de ansiedad, depresión y/o estrés. En esta etapa crucial del desarrollo se busca fortalecer el sentido de vida con el objetivo de disponer de un factor protector de la salud mental. Las intervenciones tempranas al respecto podrían prevenir el desarrollo de trastornos mentales graves.

Tal como fue desarrollado en el presente trabajo integrador final, sentar las bases de una buena salud mental en la etapa de la adolescencia es una tarea de gran importancia para los agentes de la salud mental, los núcleos familiares y los primeros grupos exogámicos, como la escuela. Por tanto, resulta una tarea fundamental estimular y favorecer ambientes de reflexión y trabajo que permitan a los y las adolescentes desarrollar herramientas adecuadas para afrontar las futuras adversidades que implica el tránsito hacia la etapa adulta. En este sentido, la autoexploración y el entendimiento personal pueden ayudar a identificar las áreas en las que los/as adolescentes se destacan y se sienten satisfechos, lo que, a su vez, guía a la construcción de un sentido de vida que se ajusta a las habilidades individuales.

6.2 Proyecto de intervención

Con el fin de implementar la propuesta de intervención se detallan a continuación los

siguientes aspectos contemplados:

6.2.1 Objetivo general

Fortalecer el sentido de vida en adolescentes para prevenir y reducir síntomas de depresión, promoviendo su bienestar emocional y desarrollo personal en usuarios que asisten al centro de rehabilitación Sensus SRL, a través de la implementación de talleres participativos y terapéuticos.

6.2.2 Objetivos específicos

Fomentar la reflexión personal y el autoconocimiento de los participantes, para que identifiquen sus valores y metas de vida, contribuyendo al desarrollo de un sentido de vida significativo.

Implementar estrategias de intervención basadas en la psicología positiva, como la gratitud, la resiliencia y el establecimiento de objetivos, para mejorar la calidad de vida de los participantes.

6.3 Aspectos metodológicos

6.3.1 Población destinataria

La población destinataria abarca una franja etaria entre los 12 y 21 que presenten signos y/o síntomas de depresión y que asisten diariamente al hospital de día Sensus. El taller se diseñará para la aplicación en un conjunto de 10 a 12 personas.

6.3.2 Profesionales intervinientes

Se trabajará interdisciplinariamente con psicólogos, una psiquiatra, acompañantes terapéuticos y la coordinadora del espacio quienes ayudarán con la temática a implementar.

6.3.3 Modalidad de trabajo propuesto

Se llevará a cabo con modalidad presencial, trabajando de manera grupal. Después de cada encuentro, si alguno/a de los/as presentes amerita de un espacio individual, se dispondrán entrevistas particulares con sus psicólogos de cabeceras propios de la institución, quienes trabajarán interdisciplinariamente entre miembros del equipo.

6.3.4 Cantidad de encuentros y organización horaria

Se propone un total de cuatro encuentros (un encuentro por semana) con una duración aproximada de 2 hs (con un break intermedio de entre 10 a 20 minutos máximos).

6.3.5 Lugar de encuentro

Sensus SRL-Centro de rehabilitación en salud mental, Av. Gral. F. Oro 562, Cipolletti, Rio Negro. El centro Sensus, es un centro reconocido en la zona e identificado como hospital de día. Atiende aproximadamente a 60 pacientes con diversos diagnósticos psiquiátricos y que han sido derivados de hospitales públicos y otras instituciones privadas. Las edades incluyen población adolescente entre 12 y 20 años, y una población adulta entre los 21 y 40 años. La institución de gestión privada es dirigida por sus fundadoras una médica psiquiatra y una trabajadora social. Además, desarrollan sus actividades profesionales como plantel estable cinco psicólogas, cuatro psiquiatras y cinco acompañantes terapéuticos. La institución dispone de servicio de actividades terapéuticas tales como teatro, yoga, arte y expresión corporal.

6.3.6 Recursos económicos y materiales

Los gastos económicos y materiales serán solventados por el centro de rehabilitación en el que se desarrollarán las actividades presentadas en este proyecto. Proyección de gastos: materiales de librería, refrigerio/desayuno para el break intermedio y la utilización del espacio mismo

6.3.7 Evaluación del proyecto

El proceso de evaluación del taller se realizará a través de cuestionarios y entrevistas al inicio y al final del proyecto, las mismas tienen como objetivo evaluar la gravedad de la sintomatología depresiva en los adolescentes y las dimensiones comprensión, propósito y relevancia en relación a la construcción del sentido de vida. Para ello, se utilizará el Inventario de Depresión de Beck para la evaluación de la sintomatología depresiva y la Escala Multidimensional de Significado Existencial (MEMS) para evaluar el sentido de vida.

6.4 Desarrollo de los encuentros

Cada exposición incluirá una breve exposición del concepto sentido de la vida, dinámicas participativas y ejercicios reflexivos grupales e individuales.

6.4.1 Encuentro 1: Introducción al bienestar psicológico y el sentido de la vida

Durante el primer encuentro, se presentará una introducción y acercamiento general sobre los conceptos de bienestar psicológico y el sentido de la vida. Se abordará acerca de cómo el sentido de vida es un concepto multidimensional que engloba diversas áreas de la vida de una persona, como el desarrollo personal, las relaciones interpersonales y la capacidad para enfrentar adversidades. Se trabajará en la identificación de las diferentes dimensiones que a nivel personal permitan alcanzar un estado de satisfacción y

autorrealización. A continuación se propondrá un espacio de autoconocimiento y evaluación (primera evaluación explicitada en apartado: evaluación del proyecto) en el que se invitará a los participantes a completar los instrumentos de evaluación antes descritos. Una vez finalizada la etapa de evaluación, se propondrá el desarrollo e implementación de estrategias que faciliten encontrar un propósito de vida y gestionar las adversidades mediante el fortalecimiento de habilidades como la gestión emocional y el afrontamiento.

6.4.1.1 Desarrollo de la actividad: Mi Mapa del Bienestar

Después de esta introducción teórica, se llevará a cabo la actividad grupal "Mi Mapa del Bienestar", con el objetivo de que los participantes identifiquen las áreas que contribuyen a su bienestar personal. Esta dinámica incluirá aspectos como la alimentación saludable, el sueño de calidad, la fijación de metas realistas y la gestión del estrés. Durante la actividad, se enfatizará la relevancia de gestionar las emociones y desarrollar capacidades de afrontamiento para enfrentar las posibles adversidades.

Esta actividad orienta a una reflexión guiada en relación a ¿qué significa para mí tener un sentido de vida? Cada uno/a de los/as participantes darán sus propias conclusiones, incentivando el diálogo dinámico.

6.4.2 Encuentro 2: Reflexión personal y autoconocimiento

En este encuentro, se promoverá la reflexión personal y el autoconocimiento de los participantes, facilitando la identificación de sus valores y metas vitales. Este trabajo tendrá como fin permitir que las personas orienten sus acciones hacia objetivos que les resulten significativos. Este proceso de introspección resulta crucial para el desarrollo de una vida con propósito, lo cual, a su vez, tiene un impacto positivo en la satisfacción personal y la salud mental.

Para este encuentro se propondrá la actividad descubriendo mis valores y metas. El objetivo será fomentar el autoconocimiento y la reflexión sobre los valores y metas de vida en adolescentes y jóvenes adultos, para facilitar el desarrollo de un sentido más significativo de la vida. Su duración será de 60 minutos aproximados. Para este fin, será necesario contar con materiales como: hojas en blanco, lápices o lapiceras, cartulinas o papel kraft, rotuladores o marcadores de colores y un proyector o pizarra (opcional).

6.4.2.1 Desarrollo de la actividad

1. Introducción (10 minutos): En este punto se explicará brevemente el objetivo del taller, mencionando la importancia de la reflexión personal y el autoconocimiento para el bienestar psicológico. Se presentará el concepto de valores y metas, definiendo cómo estos guían nuestras decisiones y nos permiten encontrar un propósito en la vida.

2. Dinámica de visualización guiada (15 minutos): Se pedirá a los participantes que cierren los ojos y realicen una breve respiración consciente. A continuación, se guiará a una visualización en la que los participantes se imaginen dentro de 10 años, en un momento de su vida en el que se sienten profundamente satisfechos. Finalmente se realizarán preguntas como: ¿Qué están haciendo?; ¿Qué personas están a su alrededor?; ¿Qué valores o principios están guiando su vida en ese momento? Al finalizar la visualización, se les solicitará que escriban en una hoja las impresiones más importantes que tuvieron durante la experiencia.

3. Identificación de valores (15 minutos): Se repartirá una lista de valores universales (e.g., honestidad, responsabilidad, compasión, éxito, etc.). Posteriormente se pedirá a los participantes que seleccionen los cinco valores que más resuenan con ellos y que creen que son fundamentales en sus vidas. En grupos de 3-4 personas, se invita a los participantes a compartir por qué eligieron esos valores y cómo creen que influyen en sus decisiones diarias.

4. Reflexión sobre metas (15 minutos): Se solicitará que cada participante escriba tres metas que les gustaría alcanzar en los próximos cinco años, relacionadas con los valores que han identificado. A continuación, se pedirá que reflexionen sobre cómo cada meta contribuye a construir un sentido más profundo y significativo en sus vidas. Si lo desean, pueden compartir sus metas en el grupo pequeño o en plenario.

5. Cierre (5 minutos): Sobre el final se invita a los participantes a compartir cómo se sintieron durante la actividad y si lograron identificar algo nuevo sobre sí mismos. En este cierre, se reforzará sobre la importancia de vivir alineados con los valores y metas propias, para desarrollar una vida con mayor sentido.

Esta dinámica permite no solo la identificación de valores y metas, sino también la integración grupal y el autoconocimiento, promoviendo un espacio seguro para la reflexión personal.

6.4.3 Encuentro 3: Estrategias de intervención

El objetivo central de este encuentro será aplicar estrategias de intervención fundamentadas en los principios de la psicología positiva, tales como la gratitud, la resiliencia y el establecimiento de objetivos, con el fin de mejorar la calidad de vida de los participantes. Para esto, se dispondrá de un grupo llamado dinámico, este espacio servirá como una herramienta más del proyecto. Para la ejecución de este trabajo, se invitará a los participantes a realizar una ronda y en el medio se disponen dos sillas enfrentadas una con la otra. Previo a esto, se pedirá que cada uno/a de ellos/as escriba en un papel aquellas cosas por las que expresan su gratitud. Posteriormente, por selección de los profesionales quienes coordinarán la actividad, comenzarán a pasar de a duplas, enfrentados entre sí. Una vez autorizado el inicio de la actividad, dicha dupla se preguntará entre sí, cuales son aquellos motivos o razones que hacen que expresen su gratitud personal cada día o ese día particular,

como así también aquellas situaciones sobre las que fueron resilientes en esos días.

6.4.4 Encuentro 4: Encuentro de síntesis y evaluación

Para concluir con esta serie de talleres, se evaluará el impacto que los talleres tuvieron sobre el bienestar psicológico y el sentido de la vida de los adolescentes y adultos jóvenes del centro de rehabilitación. Con este fin, se recurrirá a la utilización de cuestionarios destinados a la evaluación de la depresión (Inventario de Depresión de Beck) y el sentido de la vida a través de la Escala Multidimensional de Significado Existencial (MEMS).

El primer momento de este encuentro estará destinado a la realización de una síntesis grupal. Se trabajará en ronda alrededor de los coordinadores y de manera aleatoria y voluntaria comenzarán a dar sus devoluciones acerca de sus impresiones en relación al desarrollo del taller, y de los aspectos positivos que pudieron desarrollar a lo largo de los encuentros. Por último, los coordinadores realizarán el cierre y explicarán grupalmente el momento de evaluación. Se garantizará en todos los casos la libre participación del mismo.

Posterior a la realización de la evaluación de cada uno de los participantes, y habiendo comparado los resultados de las dos tomas (al inicio y al finalizar el taller), se realizará una devolución individual marcando las fortalezas y debilidades.

7. Referencias

- American Psychiatric Association (2022). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5ta ed., txt. rev.). Médica Panamericana
- Arnett, J.J. (2000). Adulthood emergente: una teoría del desarrollo desde finales de la adolescencia hasta los veinte años. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.
- Beck, A. (2010). *Terapia cognitiva de la depresión*. (19va ed). Desclée de Brouwer.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Baquero, T. M, Grau M. D., Moliner A. R. y Sanchis, A. (2023). Meaning in life as a protective factor against depression. *Front. Psychol*, 14.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1180082>
- Cabrera-Tenecela, P. (2023). Nueva organización de los diseños de investigación . *South American Research Journal*, 3(1), 37–51. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8050508>
- Cerquera Córdoba, A. M., Moreno Salgado, A. K., y Lizarazo Jácome, R. A. (2022). Bienestar humano: Trascender el síntoma desde el humanismo y el psicoanálisis. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 66, 243-264.
- Cirasola, A., Midgley, N., Fonagy, P. y Martin, P. (2021). The alliance-outcome association in the treatment of adolescent depression. *Psychotherapy*, 58(1), 95-108. [doi: 10.1037/pst0000366](https://doi.org/10.1037/pst0000366)
- Dulaney E., Graupmann V., Grant K., Adam E., y Chen E. (2018). Taking on the stress-depression link: Meaning as a resource in adolescence. *Journal of Adolescence*, 65, 39- 49.
- Echeburúa, E., Salaberría, K., de Corral, P., y Polo-López, R. (2010). Terapias Psicológicas Basadas en la Evidencia: Limitaciones y retos de futuro. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 19(3), 247-256.
- Esperón, C. S., y Collins, C. (2022). Depresión mayor en niños y adolescentes. *Pediatría Integral*,

83, 67.

- Fonseca-Pedrero, E., Pérez Álvarez, M., Al-Halabí Díaz, S., González Menéndez, A. M., E Gómez, L., Rodríguez Pérez, C., y Núñez Pérez, J. C. (2021). Tratamientos Psicológicos Empíricamente Apoyados Para la Infancia y Adolescencia: Estado de la Cuestión. *Psicothema*, 33(3) 386-398.
- Fabry, J. (2015). *Señales del camino hacia el sentido*. Ediciones LAG.
- Frankl, V. E. (1983). *El hombre en búsqueda de sentido*. Herder Editorial.
- Frankl, V.E. (1994). *Ante el vacío existencial: Hacia una humanización de la psicoterapia*. Herder Editorial.
- Frankl, V. E. (2010). *El hombre doliente: Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Herder Editorial.
- Frankl, V. E. (2012). *Fundamentos y aplicaciones de la Logoterapia*. Herder Editorial.
- Frankl, V. E. (2018). *Logoterapia y análisis existencial: Textos de seis décadas*. Herder Editorial.
- George, L. S., y Park, C. L. (2016). Meaning in life as comprehension, purpose, and mattering: Toward integration and new research questions. *Review of General Psychology*, 20(3), 205–220. <https://doi.org/10.1037/gpr0000077>
- Gottfried, M. A. E. (2017). El sentido de vida en adolescentes entre 17 y 18 años de la ciudad de Mendoza, evidenciado antes y después de un programa de intervención basado en los postulados de Viktor Frankl. *Diálogos Pedagógicos*, 15(29), 85-114. [https://doi.org/10.22529/dp.2017.15\(29\)05](https://doi.org/10.22529/dp.2017.15(29)05)
- Hankin, B. L. (2020). Detección y personalización de la prevención de la depresión adolescente. *Current Directions in Psychological Science*, 29(4), 327-332. <https://doi.org/10.1177/0963721420920231>
- Hornstein, L. (2006). *Las depresiones*. Editorial Paidós.
- Jaspers, K. (1963). *Psicopatología general* (9.ª ed., J. A. Sánchez Sarto, Trad.). Editorial Científico-

Médica. (Obra original publicada en 1913)

Lázaro, P. R. (2013). Los problemas escolares en la adolescencia. *Pediatría Integral*, 17(2), 117-127.

Lindqvist, K., Mechler, J., Carlbring, P., Lilliengren, P., Falkenström, F., Andersson, G., Johansson, R., Edbrooke-Childs, J., Dahl, H, Lindert, K., Midgley, N., Sandell, R., Thorén, A., Topooco, N., Ulberg, R. y Philips, B. (2020). Terapia psicodinámica centrada en el afecto basada en Internet para la depresión adolescente: ensayo controlado aleatorio. *Revista de investigación médica en Internet*, 22(3).

<https://doi.org/10.2196/18047>

Liu, L., Wu, J., Wang, J., Wang, Y., Tong, Y., Ge, C., y Wang, Y. (2020). What Do Chinese Families with Depressed Adolescents Find Helpful in Family Therapy? A Qualitative Study. *Frontiers in Psychology*, 11, 13-18.

López-Villegas, A y Sánchez-Sandoval, Y. (2024). Intervenciones psicoeducativas sobre salud mental con adolescentes en contextos escolares: una revisión sistemática. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 11(1), 1-9.

Mardones, R., y Escalona, E. (2020). Adolescentes en terapia. Intervención desde el enfoque sistémico. *Ajayu*, 18(2).

Martela, F., y Steger, M. F. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *The Journal of Positive Psychology*, 11(5), 531-545.

Martínez Ortiz, E. (2011). *Los modos de ser inauténticos/Psicoterapia centrada en el sentido de los trastornos de la personalidad*. Manual Moderno.

Montes, C. (2004). La depresión y su etiología: Una patología compleja. *Academia Biomédica Digital*, 18(1) 1-15.

Moreno N. G, Olivari-Luengo A., y Larraguibel-Quiroz M. (2015). Intervenciones Terapéuticas en Depresión de Niños y Adolescentes. *Rev. Chilena de Psiquiatría y*

- Neurología de la Infancia y la Adolescencia*, 26(2), 62-75.
- Nardi, B. (2004). *La depresión adolescente*. *Psicoperspectivas*, 3(1)95-126.
- Organización Mundial de la Salud -OMS-. (2021). *Adolescent mental health*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Nasio, J. D. (2022). *La tristeza es la perdida de una ilusión*. Editorial Paidós
- Organización Mundial de la Salud -OMS-. (2023). *Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Ortiz, D. (2022). *Técnicas para psicoterapia sistémica constructivista*. Quito: Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
- Osorio-Castaño, C. A. (2021). *Modelo relacional: sentido de vida, optimismo y trascendencia y su vínculo con ansiedad o depresión en adolescentes y jóvenes*. Tesis de Grado. Universidad Católica de Colombia. Facultad de Psicología. Doctorado en Psicología. Bogotá, Colombia
- Osorio Castaño, C. A., Ortiz, E., Avendaño-Prieto, B. L., y Hernández-Pozo, M. D. R. (2022). Sentido de vida y su asociación con la ansiedad y la depresión en jóvenes. *Interdisciplinaria*, 39(2), 355-368
- Pérez-Padilla, E. A., Cervantes-Ramírez, V. M., Hijuelos-García, N. A., Pineda-Cortés, J. C., y Salgado-Burgos, H. (2017). Prevalencia, causas y tratamiento de la depresión Mayor. *Revista biomédica*, 28(2), 73-98.
- Petticrew, M., & Roberts, H. (2008). *Systematic Reviews in the Social Sciences: A Practical Guide*. John Wiley & Sons.
- Rey, J. M., Bella-Awusah, T. y Liu, J. (2017). Depresión en niños y adolescentes. En J. M. Rey (Ed.) *Manual de Salud Mental Infantil y Adolescente de la IACAPAP*. Ginebra.

- Romero Parra, R. M. (2020). Depression and the meaning of life in university students in times of pandemic. *International Journal of Educational Psychology*, 9(3), 223- 242.
- Sá, D., Fonte, C., y Pimentão, C. (2024). Relação entre sentido de vida, ansiedade, depressão e stress em adultos. *Informes psicológicos*, 24(1), 155-167.
<https://doi.org/10.18566/infpsic.v24n1a010pp>
- Smedema Malonda, Y. y Franco Módenes, M. P. (2018). Resiliencia, ansiedad y sentido de la vida en estudiantes universitarios. *Cauriensia*, 13, 87-106.
<https://doi.org/10.17398/2340-4256.13.87>
- Stagnaro, J. C., Cía, A., Vázquez, N. R., Vommaro, H., Nemirovsky, M., Sustas, S. E., y Kessler, R (2018). Estudio epidemiológico de salud mental en población general de la República Argentina. *Rev. Arg. de Psiquiat*, 29, 275-299.
- Soto, L. (2022). *Intervenciones Psicológicas Actuales para el tratamiento de Depresión en adolescentes* (Doctoral dissertation, Tesis de grado, Universidad Peruana Cayetano Heredia.
https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/12257/Intervenciones_SotoHurtado_Leslie.pdf).
- Sznicer, M. R. (2021). *Tratamiento cognitivo-conductual para adolescentes con depresión mayor*. (Tesis Doctoral, Universidad de Belgrano-Facultad de Humanidades- Licenciatura en Psicología).
- Szcześniak, M., Falewicz, A., Stochalska, K., & Rybarski, R. (2022). Anxiety and Depression in a Non-Clinical Sample of Young Polish Adults: Presence of Meaning in Life as a Mediator. *Res. Public Health*, 19, 6065.
<https://doi.org/10.3390/ijerph19106065>
- Thabrew, H., Stasiak, K., Bavin, L., Frampton, C. y Merry, S. (2018). Validation of the Mood and Feelings Questionnaire (MFQ) and Short Mood and Feelings Questionnaire (SMFQ) in New Zealand help-seeking adolescents. *International*

journal of methods in psychiatric research, 27(3), e1610. DOI: [10.1002/mpr.1610](https://doi.org/10.1002/mpr.1610)

Tripaldi, D. (2018). Los hermanos mayores de adolescentes con depresión: Relación entre el sentido de vida y nivel de depresión. *Sistemas Familiares y otros sistemas humanos*, 4(1) 42-53.

UNICEF. (2022). *¿La juventud sin preocupaciones? Los problemas de salud mental en la adolescencia*. United Nations Children's Fund (UNICEF).

<https://www.unicef.org/argentina/historias/la-juventud-sin-preocupaciones-los-problemas-de-salud-mental-en-la-adolescencia>

Vargas-Gallegos B, Gumucio-Dobbs F., González-Guevara C. (2015). Efectividad en intervenciones terapéuticas con niños y adolescentes: Factores asociados a la Persona del Terapeuta y la Alianza Terapéutica. *Revista chilena de psiquiatría y neurología de la infancia y adolescencia*, 26(2), 10-17.

Wang, F. L., Chassin, L., Lee, M., Haller, M. & King, K. (2017). Roles de la inhibición de la respuesta y la interacción entre genes y ambiente en las vías de los adolescentes hacia los problemas externalizantes. *Res. Adolesc*, 27, 258-277.

<https://doi.org/10.1111/jora.12270>

8. Anexo

Resumen antecedentes empíricos analizados

Autor/es	VARIABLES	Objetivos	Diseño-Alcance	Tipo	Palabras Clave	Fuente
Tripaldi (2015)	Depresión; Sentido de vida	Analizar la relación entre la depresión y el sentido de vida en hermanos mayores de adolescentes con depresión	No experimental - Correlacional	Cuantitativo	Depresión, sentido de vida, adolescencia, hermanos, familia.	Scielo
Gottfried (2017)	Sentido de vida	Analizar y describir el logro interior de sentido de vida en adolescentes entre 17 y 18 años a través de un programa de intervención basado en los postulados de la logoterapia de Viktor Frankl.	Experimental	Cuantitativo	Actitud juvenil - Programa de investigación - Escuela privada	Dialnet
Armas Arraez (2018)	Sentido de vida; variables sociodemográficas; experiencias ante la muerte.	Analizar la relación entre el sentido de la vida, la ansiedad y la depresión.	No experimental-descriptivo correlacional	Cuantitativo	sentido de la vida, resiliencia, bienestar, psicología positiva, logoterapia, salud mental, autosatisfacción, espiritualidad.	Dialnet
Dulaney et al. (2018)	sentido de vida; cambio; sintomatología depresiva; estrés	Analizar el estrés, los síntomas de depresión, el significado en la vida y las variables cambiantes en adolescentes	No experimental-longitudinal	Cuantitativo	sentido de la vida; adolescencia; estrés; depresión; afrontamiento	Elsevier

Brito Pumalema (2018)	Depresión; logró interior o su negación	Analizar la influencia de la depresión y el grado de realización interior de sentido de vida en pacientes del Instituto Psiquiátrico Sagrado Corazón de	No experimental-exploratorio y descriptivo	Cuantitativo	Depresión, sentido de vida, pacientes psiquiátricos.	Scielo
-----------------------	---	---	--	--------------	--	--------

		Quito				
Smedema Malonda (2019)	Resiliencia; sentido de vida; ansiedad	Analizar el grado de asociación entre la variable resiliencia, la ansiedad y el sentido de vida en estudiantes universitarios.	No experimental-descriptivo, correlacional	Cuantitativo	Resiliencia, ansiedad, sentido de la vida, psicología positiva, estudiantes universitarios	Dialnet
Arevalos (2020)	Comportamientos autodestructivos; construcción de perspectivas de futuro en la sociodinámica de la experiencia escolar	Analizar los sentidos construidos sobre las prácticas ligadas al suicidio en estudiantes de escuelas secundarias urbanas periféricas	Narrativo	Cualitativo	Prácticas ligadas al suicidio; Sufrimiento social; Subjetividad negada; Jóvenes; Estudiantes.	Dialnet
Romero Parra (2020)	Depresión; Sentido de vida	Evaluar y describir las variables de depresión y el sentido de la vida en tiempos de pandemia del coronavirus (COVID-19) en estudiantes universitarios	No experimental-descriptivo, correlacional	Cuantitativo	Depresión, estudiantes universitarios, pandemia, sentido de la vida.	Research Gate
Castaño et al. (2022)	Variables sociodemográficas; sentido de vida; depresión; ansiedad; estrés	Analizar la relación entre ansiedad, depresión y sentido de vida	No experimental-descriptivo correlacional	Cuantitativo	Sentido de vida, ansiedad, depresión, adolescentes y jóvenes	Scielo
Sá (2023)	Sentido de vida; ansiedad; depresión; estrés	Analizar la relación entre el sentido de la vida, la ansiedad, la depresión y el estrés.	No experimental-exploratorio y descriptivo	Cuantitativo	Presencia del sentido de la vida; Búsqueda del sentido de la vida; Ansiedad; Depresión; Estrés	Research Gate

Resumen desarrollo teórico

Autor/año de publicación	Tipo de texto	Fuente	Principales ideas o conceptos
Arnett (2000)	Artículo de revista especializada	APA PsycNet	Desarrolla vicisitudes de la adolescencia y el papel del núcleo familiar en la construcción del sentido de vida en este periodo.
American Psychiatric Association (2022)	Manual de trastornos mentales	Asociación estadounidense de psiquiatría	Características del trastorno depresivo, signos y síntomas.
Baquero et al. (2022)	Artículo de investigación	Frontiers in Psychology	Evalúa el papel mediador de sentido de vida, ansiedad y depresión
Beck (2010)	Manual de psicoterapia	Google Académico	Desarrollo del concepto de depresión desde el marco de la TCC.
Cerquera Cordoba et al. (2022)	Artículo de revista especializada	Revista Virtual Universidad Católica del Norte	Delimitación de las características del tratamiento de la depresión desde el marco psicodinámico.
Cirasola et al. (2021)	Artículo de investigación	PubMed	Desarrollo de las características del tratamiento de la depresión en adolescentes desde el marco teórico psicodinámico.
Echeburúa et al. (2010)	Artículo de investigación	Revista Argentina de Clínica Psicológica	Características e importancia de las terapias psicológicas basadas en la evidencia para el tratamiento de la depresión.
Esperón-Collins (2022)	Artículo de revista especializada	Revista de Pediatría Integral	Desarrolla el concepto de la depresión en niños y adolescentes y establece una definición de la misma, su prevalencia y sus signos y síntomas.
Fabry (2015)	Libro	Ediciones LAG	Definición de sentido de la vida.
Frank (1983)	Libro	Google Académico	Desarrollo del concepto de la logoterapia.
Frank (1994)	Libro	Google Académico	Delimita las características del vacío existencial
Frank (2010)	Libro	Google Académico	Introduce la reflexión sobre el logos en relación con la búsqueda de sentido y la valoración de los principios.

Frank (2012)	Libro	Google Académico	Desarrollo del concepto de sentido de vida y sus características
--------------	-------	------------------	--

Frank (2018)	Libro	Google académico	Desarrollo de los conceptos de logoterapia y el análisis existencial y sus enfoques.
Fonseca et al. (2021)	Artículo de investigación	Researchgate	Desarrollo sobre la importancia de las terapias psicológicas basadas en la evidencia y mención de las más efectivas para tratar la depresión.
George y Park (2016)	Artículo de investigación	Revista de Psicología General	Descripción y desarrollo del concepto teórico de los 3 componentes del sentido de vida: coherencia, propósito y significancia.
Hankin (2020)	Artículo de revista especializada	Orientaciones actuales en la ciencia psicológica	Descripción de los factores de riesgo asociados a la depresión en la adolescencia.
Hornstein (2006)	Libro	Google Académico	Describe las depresiones desde el marco teórico psicodinámico
King et al (2017)	Artículo de investigación	Revista de Investigación sobre la Adolescencia	Descripción de las condiciones que favorecen el desarrollo de sentido de vida en adolescentes y cuales promueven al desarrollo de la salud mental.
Lazaro, P.R. (2013)	Artículo de revista especializada	Pediatría integral	Destaca algunos aspectos relevantes de la adolescencia
Lindqvist et al. (2022)	Artículo de revista especializada	JMIR Publications	Delimitación de lineamientos teóricos del tratamiento de la depresión desde el marco psicodinámico.
Liu et al. (2020)	Artículo de investigación	Google Académico	Desarrollo del rol del terapeuta en el tratamiento de la depresión desde el marco sistémico.
Lopez Villegas (2024)	Artículo de revista especializada	Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes	Desarrolló los lineamientos teóricos de la adolescencia.
Mardones-Escalona (2020)	Artículo de investigación	Scielo	Desarrollo de la base teórica del tratamiento de la depresión desde la terapia sistémica.

Martinez Ortiz (2011)	Manual de psicoterapia	Google académico	Concepto de vacío existencial, etiología del mismo y características
Martinez Ortiz (2013)	Manual de psicoterapia	Google académico	Definición de sentido de vida y sus implicancias, las voluntades de placer, poder y sentido.
Montes (2004)	Artículo de investigación	Dialnet	Desarrollo de la etiología de la depresión.

Moreno (2015)	Publicación de revista científica	Revista Chilena de psiquiatría Y neurología de la infancia y adolescencia	Descripción de las características del tratamiento de la depresión desde el marco teórico de la psicodinamia.
Nardi (2004)	Publicación de revista científica	Redalyc	Concepto de depresión en adolescentes y sus manifestaciones.
Nasio (2022)	Libro	Google Académico	Conceptualización de la depresión desde el marco teórico psicoanalítico
OMS (2021)	Página Web	World Health Organization	Desarrollo del concepto de salud mental adolescente y la prevalencia de la depresión en dicha población.
OMS (2023)	Página Web	World Health Organization	Características del trastorno depresivo y delimitación para el diagnóstico.
Ortiz D. (2022)	Libro	Google Académico	Desarrollo de características del proceso terapéutico para tratar la depresión en la población adolescente desde la terapia sistémica.
Osorio Castaño (2021)	Tesis de grado	RIUCaC	Validación de un modelo explicativo de la depresión en jóvenes y adolescentes a partir de los planteamientos teóricos y empíricos encontrados sobre las variables.
Perez Padilla (2017)	Artículo de investigación	Dialnet	Prevalencia, causas y tratamiento de la depresión mayor.
Rey et al. (2017)	Artículo de investigación	Dialnet	Delimitación de los factores que sostienen la depresión y su tratamiento. Mención de las terapias psicológicas más efectivas para su tratamiento.
Soto Hurtado (2022)	Tesis de grado	Repositorio UPCH	Concepto de intervención psicológica.
Stagnaro (2018)	Artículo de investigación	Revista Argentina de Psiquiatría	Evaluación de la prevalencia de los trastornos mentales, entre ellos la depresión, en Argentina.

Steger (2016)	Artículo de investigación	Revista de psicología positiva	Desarrollo de los tres significados del sentido de vida: coherencia, propósito y trascendencia y su implicancia en los adolescentes.
Sznicer M. (2021)	Tesis de grado	Repositorio Universidad de Belgrano	Características del tratamiento de la depresión desde la TCC
Szcze'sniak et al., 2022	Artículo de investigación	Environmental Research and Public Health	Evalúa el papel mediador de sentido de vida, ansiedad y depresión
Thabrew et al. (2018)	Artículo de investigación	International journal of methods in psychiatric research	Descripción de las características del tratamiento de la depresión desde el marco psicodinámico.

UNICEF (2022)	Página web	Unicef.org	Revisión y comparación de los datos de prevalencia de la depresión adolescente en Argentina.
Vargas et al. (2015)	Publicación de revista científica	Revista chilena de psiquiatría y neurología de la infancia y adolescencia	Características de la depresión adolescente.