



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MORELOS

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA

**INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL GRUPAL EN PERSONAS ADULTAS
DESEMPLEADAS CON SIGNOS DE DEPRESIÓN Y ANSIEDAD EN
AHUATEPEC, MORELOS**

TESIS

Para obtener el Grado de Maestro en Psicología

PRESENTA

Luis Alfredo Estrada García

Director de tesis

Dr. Miguel Ángel Gallardo Estrada

Comité Tutorial

Dra. Sandra Márquez Olvera

Dra. Yurica Ríos Quintero

Dra. Mónica Melina Morales Murillo

Dra. Itzel Mónica Gómez Manjarrez

Cuernavaca, Morelos, diciembre del 2025

Índice

Introducción.....	5
Capítulo 1.....	6
1.1. Planteamiento del problema	6
1.2. Preguntas de investigación	12
1.3. Objetivos de la intervención	12
1.3.1. Objetivo general	12
1.3.2. Objetivos específicos	12
1.4. Justificación	13
1.5. Estado del arte	14
Capítulo 2.....	22
Referentes teóricos y conceptuales.....	22
2.1. Desempleo, su relación con la depresión y la ansiedad.....	22
2.2.1. Depresión y ansiedad	24
2.2. Factores protectores de bienestar en el contexto del desempleo	28
2.2.1. Análisis de los problemas y las soluciones.....	29
2.2.2. El autoconocimiento y la autoestima	31
2.2.3. El sentido de la vida y la elaboración de proyectos vitales	32
2.2.4. Apoyo social.....	33
2.2.5. Creación de redes de apoyo social.....	34
2.3. Intervención psicosocial grupal.....	35
2.3.1. Bases de la psicología comunitaria.....	35
2.3.2. Salud mental comunitaria	40
2.3.3. Modelo ecológico del desarrollo humano de Bronfenbrenner.....	45
2.3.4. Propiedades de la intervención psicosocial grupal	48
Capítulo 3.....	53
Método.....	53
3.1. Diseño de investigación.....	53
3.2. Instrumentos de recolección de datos e información	57
3.3. Participantes.....	60
3.4. Técnicas de análisis e interpretación de la información	65

3.5. Aspectos éticos que se contemplan en la intervención	66
Capítulo 4.....	72
Resultados, discusión y conclusiones	72
4.1. Perfil situacional preliminar	72
4.2 Análisis de resultados de la intervención.....	77
4.3. Discusión	95
4.4. Conclusiones.....	106
Referencias bibliográficas.....	113
Anexos	134

Agradecimientos

Esta tesis la dedico principalmente a mi familia que siempre me ha apoyado en mis proyectos de vida, en especial, a mi esposa Mayra que ha sido mi compañera en estos años, dándome ánimo y siendo una fuente de inspiración del esfuerzo de salir adelante en las adversidades, sin ella esto no se pudo haber logrado. A mi madre que no pudo estar presente en otro éxito, pero que sigue en mi corazón dándome fuerzas desde sus sabias enseñanzas; a mis tíos que han sido pilar fundamental para que pueda continuar mis andanzas.

Agradezco al Comité Revisor, sin su valiosa y profesional asesoría, no se hubiese llegado al final del trayecto planeado hace más de dos años, al Dr. Miguel Ángel Gallardo Estrada y Dra. Sandra Márquez Olvera quienes me han acompañado desde un inicio, así como las doctoras Yurica Ríos Quintero, Mónica Melina Morales Murillo e Itzel Mónica Gómez Manjarrez quienes posteriormente fungieron un papel importante con sus aportaciones. De igual manera al Dr. Gabriel Dorantes Argandar quien fue asesor de la primera parte de la construcción de este trabajo.

Asimismo, a todo el personal administrativo y docente de la Maestría en Psicología, quienes también fueron parte del tránsito por este nuevo desafío, mi reconocimiento por su labor humana y profesional.

Introducción

El desempleo es un fenómeno psicosocial que repercute en los diferentes sistemas donde se desarrollan las personas, desde su espacio individual hasta sus relaciones interpersonales. Para aproximarse a la comprensión de este problema se diseñó, implementó y evaluó una intervención psicosocial grupal en salud mental, orientada a crear redes de apoyo social.

Se analizó la relación del desempleo con los signos de la depresión y la ansiedad desde el enfoque del modelo ecológico del desarrollo humano de Bronfenbrenner y posturas críticas de la psicología comunitaria, esto dentro del contexto del poblado de Ahuatepec (Morelos).

El estudio tuvo un enfoque cualitativo, con apoyo estadístico de alcance descriptivo. Se realizó con 10 participantes de ambos sexos y edades entre 29 a 60 años, pertenecientes a la comunidad. Se encontró a través de las técnicas de análisis tres dimensiones de estudio: el significado subjetivo del desempleo, la percepción de la depresión y la ansiedad, y la importancia de las redes de apoyo social.

Se halló que las personas adultas desempleadas (principalmente de edades entre 40 y 60 años) es una población poco estudiada, manejan narrativas donde se entiende al desempleo y la salud mental como un duelo por la pérdida del trabajo, tuvieron sensaciones de alienación subjetiva y social, pérdida del sentido de vida y de los vínculos familiares, resaltando la importancia del sentido de identidad y de pertenencia, así como la creación de metas y proyectos de vida, para mejorar los signos estudiados que manifestaron, y dándole un énfasis en el fortalecimiento de las redes de apoyo social, no solo para mitigar las manifestaciones psicosociales, sino ser una fuerza resiliente ante el panorama del desempleo en la comunidad.

Capítulo 1

1.1. Planteamiento del problema

El desempleo es un problema social que incrementó desde el inicio de la contingencia sanitaria en 2020, en el que se ha detectado que provoca alteraciones en la esfera individual, familiar y social, así como se observa una tendencia a que las personas afectadas desarrollan un estado de vulnerabilidad al no contar con recursos de subsistencia debido a la falta de una fuente estable de trabajo, a su vez pueden experimentar un aumento significativo en el estrés, nerviosismo, preocupaciones excesivas, sentimientos de tristeza, abatimiento, percepciones de inseguridad e incapacidad, que pueden desencadenar condiciones de salud mental que pueden resultar problemáticas, como la depresión y la ansiedad (Lee et al., 2021; Campodónico, 2022).

Según la Consejería Jurídica del Poder Legislativo del Estado de Morelos (CJPLEM, 2023), la pandemia provocó en México afectaciones en el sector laboral, debido al cierre temporal o definitivo de pequeñas y medianas empresas, incrementando los niveles de desempleo nacional; por lo que las medidas de estabilización económica se concentraron en la creación de nuevos empleos, pero caracterizados por condiciones mínimas de sostenibilidad, provocando una nueva oleada de desempleos, cabe destacar que el 98.3% de los empleos que se perdieron, tenían sueldos con dos salarios mínimos (Ortiz-Lazcano y Rodríguez-Esparza, 2020).

Según el Instituto Nacional de Geografía y Estadística (INEGI, 2020) para el final del 2020 se habían perdido en México alrededor de 4 millones de empleos, la desocupación aumentó a un 29% con respecto al año anterior, siendo los más afectados la población adulta de entre 22 y 44 años, se resalta también que las mujeres fueron las mayor perjudicadas,

representando 10.7% de la desocupación, mientras que los hombres, fue de 5.6%, demostrando la brecha laboral entre los sexos existente en la sociedad mexicana.

En Morelos, los sectores laborales mayormente perjudicados por el desempleo fueron la fabricación de maquinaria y equipo al 14.5%, la construcción con 13.8%, el transporte en 10.4% y el comercio 9.3%, se estima que los servicios de restaurantes se redujeron hasta un 50% en la demanda de sus actividades (Chapa, 2020). La tasa de desocupación estatal se encontraba en 1.58%, con la ciudad de Cuernavaca concentrando el mayor número de personas en el desempleo, siendo un aproximado de 119 407 personas (INEGI, 2024), el 52.6% de la Población Económicamente Activa (PEA) se encontraban en la informalidad laboral, es decir subcontratados como *outsourcing*, *freelance*, por honorarios o con contratos renovables por períodos cortos de tiempo (Centro de Estudios de las Finanzas Públicas, 2023).

El desempleo ha provocado repercusiones no solo económicas sino también consecuencias psicológicas entre las que se han destacado los signos de depresión y ansiedad los cuales pueden propiciar que las personas tengan limitaciones para desarrollarse psicosocialmente en los diferentes contextos vitales (CEPAL, 2020).

Refiere el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP, 2023) que en México existen alrededor de 15 millones de personas que padecen problemas de salud mental siendo los más destacados los trastornos del estado del ánimo y ansiosos; los cuales se complejizan ante condiciones socioculturales, psicológicas y económicas que vulneran la estructura de los sistemas sociales, por lo que es de vital importancia el trabajo oportuno en prevención (Arredondo et al., 2018; Méndez-Méndez, 2024).

En Morelos, una de las principales causas de atención son la depresión y la ansiedad, incrementando en los últimos años la demanda de servicios de salud mental hasta un 20%, siendo reportada una de las posibles causas el desempleo (CJPLEM, 2023). Las personas entre 25 y 44 años representan el 46.7% de la población morelense que representa al desempleo, seguidos por el grupo de 45 a 64 años de edad siendo el 26.4%, esta última población adulta son los que tienen mayor dificultad para consolidar un trabajo y a su vez quienes más manifiestan tener problemas de salud mental (INEGI, 2023).

El desempleo se presume como un problema que impacta psicosocialmente el cual se prolonga con el tiempo, influyendo en los aspectos afectivos y cognitivos de las personas, en sus redes de interrelaciones y la sensación de bienestar social (Olguín-Molina, 2022; Pérez-Padilla, 2020). Se puede pensar que las potencialidades del trabajo en la vida son frenadas y se han visto repercusiones en diferentes esferas del desarrollo humano, no obstante, estos factores no son causales de la sintomatología depresiva y ansiosa, sino que surgen de ciertas condiciones estructurales de vulnerabilidad psicosocial en las que las personas se ven expuestas.

La vulnerabilidad psicosocial refiere Lamas y Murrugarra (2020) se puede considerar como el conjunto de condiciones que aumentan la probabilidad de padecer situaciones problemáticas, impulsadas según desde la perspectiva del modelo ecológico (Bronfenbrenner, 1987) por:

- Condiciones macrosociales (económicas y demográficas), como lo es la migración para lograr mejores condiciones de vida o forzada por situaciones delictivas, crisis económicas de inflación, densidad poblacional, entre otros (macrosistema).

- Condiciones grupales de pertenencia, es decir, ser parte de un grupo vulnerado o marginado socialmente (Exosistema).
- Condiciones individuales y su sistema de relaciones, como es la carencia de grupos de apoyo, padecer eventos significativos vitales negativos, falta de éxito en usar estrategias de afrontamiento o solución de problemas, deficiencia en la autoaceptación y satisfacción vital, pérdida de la sensación del control de sus decisiones y responsabilidad, también denominado sentido de vida (Microsistema y mesosistema).

Como se observa la vulnerabilidad psicosocial puede tener diferentes aristas donde se pueden observar las dificultades presentes en el entorno, como el desamparo institucional, poco o débil desarrollo de las herramientas psicosociales provocados por factores internos y externos. Estas condiciones estructurales de vulnerabilidad afectan en el desarrollo socioeconómico, las relaciones de convivencia y la salud mental colectiva, por tanto, impactan en la vida productiva, la sensación de bienestar social, la capacidad de ejercer libertades, en formar conciencia de satisfacción vital y deterioran la participación comunitaria en la sociedad (Estévez, 2011). Por esto es importante realizar trabajos de intervención psicosocial tomando en cuenta la relación individual y social, reconociendo los grupos y comunidades para potenciar sus capacidades para apoyar en mejoraría de sus contextos (Turizo-Palencia et al., 2021).

El problema del desempleo se ha abordado desde el gobierno estatal con campañas de ferias del empleo y los servicios de salud mental, y desde el ámbito académico realizando investigaciones-intervenciones; pero se ha visto la necesidad de desarrollar enfoques alternativos de atención en esta población, por ejemplo, desde la creación de redes de apoyo

social, que la bibliografía ha descrito como una de las fuentes principales para sostener a las personas sin empleo (Alfaro-Juantorena, 2019; Cruz-Torres, 2022; González-González, 2023). Cobra importancia el rol del psicólogo con perspectiva social y comunitaria en la creación de relaciones de confianza, reconocimiento de las capacidades y recursos de la comunidad, respetando las expresiones culturales y el desarrollo de una intervención basada en reflexividad, praxis y fomentando el pensamiento crítico (Daher et al., 2018).

Dentro del proceso de investigación se encontró que en el poblado de Ahuatepec (perteneciente a los 12 pueblos originarios de Cuernavaca) no se ha atendido recientemente la problemática del desempleo y su relación con la salud mental (ver subapartado “Estado del arte”). Ahuatepec que significa “en el cerro de los encinos” es una población tradicionalmente considerada indígena del Estado de Morelos, se encuentra hoy en día bajo el régimen de usos y costumbres de la población mexicana y sus máximas autoridades locales son el Ayudante Municipal y el Comisario Ejidal (Islas-Hernández, 2014).

Según refiere Gálvez (2014), el crecimiento urbano de la ciudad de Cuernavaca se destacó por la expansión de zonas residenciales en la década de los años 50 del siglo pasado. Mientras que en los años 70, las políticas de desarrollo industrial impulsaron la creación de empleos de tipo obrero e industrial, en la Ciudad Industrial del Valle de Cuernavaca (CIVAC) y el Parque Industrial de Cuautla (PIC), lo que provocó una oleada de migraciones de las poblaciones aledañas, entre ellas Ahuatepec, para cubrir puestos industriales, dejando sus principales actividades económicas que consistían en el trabajo de las tierras agrícolas de alta productividad de maíz, frijol y jitomate. Este fenómeno demográfico trajo como consecuencia que la población que no pudiera integrarse a las filas del trabajo formal se anclara en la informalidad laboral (comercio principalmente), asimismo atrajo el fenómeno

de conurbación, en el cual el poblado fue absorbido por la urbanidad de la ciudad de Cuernavaca, manteniendo su sistema geopolítico y agrario, sin embargo, el desempleo fue una de las repercusiones directas de este cambio socioeconómico (Moctezuma y Tapia, 1993).

Se registró en 2020 que en Ahuatepec había 7 588 hombres y 8 013 mujeres, de los cuales aproximadamente había 4 360 personas estaban sin empleo, siendo las mujeres un total de 2 845 y los hombres representando a 1 515 individuos, abarcando un 40.7% de las personas que tienen disponibilidad para trabajar, pero no han podido concretar un empleo (INEGI, 2020). También se reportó la existencia de trabajo extracomunal de hasta el 27.6% de las personas empleadas, esto quiere decir, que trabajan fuera de la zona de Ahuatepec, por lo que se estima que no se están generando suficientes trabajos dentro de la misma localidad (INEGI, 2023).

El estudio de Del Carmen (2021) sobre una parte tradicionalmente perteneciente a la población de Ahuatepec indagó la interrelación de los prejuicios sociales de sus habitantes, encontrando carencias económicas, que han afectado psicosocialmente a las personas, también se realizó un análisis de su estado de vulnerabilidad siendo el caso del desempleo y la carencia de apoyo en la salud pública los más sobresalientes.

Cabe resaltar que Ahuatepec, posee colonias con una cantidad importante de personas con desempleo, siendo las colonias con mayores reportes de desocupación: Villa Santiago con 925 individuos, el Fraccionamiento El Universo con 720 y Los Cerritos con 470 personas (INEGI, 2020), por tanto, con posibilidades de existir población con factores de riesgos. Con base en las estadísticas presentadas, la importancia de la presente investigación radicó en buscar un aporte al análisis del fenómeno psicosocial del desempleo, comprendiéndolo desde

la perspectiva ecológica, ya que se observó el alcance significativo de examinarlo desde los sistemas sociales, más allá de los factores individuales y económicos, en el cual hay ausencia de investigaciones relacionadas en el contexto de Ahuatepec (salvo estudios de análisis sociopolíticos locales) así como crear estrategias para abordar la problemática presentada. De aquí se desprenden las siguientes preguntas de investigación y objetivos trabajados.

1.2. Preguntas de investigación

¿Cómo puede una intervención psicosocial grupal, basada en redes de apoyo social, contribuir a comprender los signos de depresión y ansiedad en adultos sin empleo en Ahuatepec, Morelos?

¿Qué relación existe entre el desempleo y los signos de depresión y ansiedad en adultos del poblado de Ahuatepec, y cómo puede abordarse mediante una intervención psicosocial grupal en salud mental basada en redes de apoyo?

1.3. Objetivos de la intervención

1.3.1. Objetivo general

Diseñar, implementar y evaluar una propuesta de intervención psicosocial grupal en salud mental, orientada a la creación de redes de apoyo social, que contribuya a comprender los signos de depresión y ansiedad en adultos desempleados en Ahuatepec, Morelos.

1.3.2. Objetivos específicos

- Generar un plan de intervención psicosocial grupal y formar redes de apoyo social, para abordar los signos de depresión y ansiedad en adultos en el desempleo.

- Analizar el fenómeno del desempleo con relación a la depresión y la ansiedad en adultos desde el enfoque psicosocial y el modelo ecológico.
- Evaluar la efectividad de la intervención psicosocial grupal realizada en adultos desempleados con signos de depresión y ansiedad, mediante el apoyo de instrumentos estandarizados.

1.4. Justificación

La razón de realizar esta investigación es debido a la vinculación que tiene el desempleo con la salud mental colectiva de los adultos, siendo la depresión y la ansiedad los problemas que más afectan a este sector de la población, por lo que se trabajó con integrantes de la comunidad afectados por la situación, en búsqueda de ser un aporte en el impacto psicosocial de los participantes.

Las investigaciones realizadas con relación a este tema se han abordado desde diferentes direcciones como el psicoterapéutico, sociológico y económico-político (Bang, 2020), pero desde el enfoque psicosocial y el modelo ecológico no se encontraron estudios relacionados recientes (ver apartado titulado “Estado del Arte”), por lo que se esperó ser un aporte académico en la comprensión del fenómeno.

Se partió de un sustento teórico-metodológico de las posturas psicosociales, debido a su pertinencia en su aplicación práctica en un grupo de la comunidad con presumiblemente vulnerabilidad, en la cual se busca que los participantes protagonicen el cambio social y el psicólogo funge como mediador o facilitador para promover herramientas de soluciones (Quintana-Abello et al., 2018), para así formar estrategias gestionadas por este grupo participante, promoviendo percepciones de bienestar en las personas (Fernández et al., 2011).

Los adultos participantes que están desempleados son los principalmente beneficiados, así mismo su círculo familiar (microsistema), ya que el sentido de este proyecto de intervención fue crear redes de apoyo social para la mejorar su situación problemática derivada del desempleo, ya que las intervenciones psicosociales grupales se ha encontrado tener resultados positivos a corto y mediano plazo (Anchundia-López et al., 2022; Rosa-Dávila y Mercado-Sierra 2020).

Finalmente, este proyecto tiene la intención de que sea replicable en futuras ocasiones en el contexto del poblado o en otros similares, también expandir la cantidad de participaciones, para que las personas de la comunidad desarrollen herramientas psicosociales y se crean conexiones significativas entre los diferentes sistemas sociales que coexisten.

1.5. Estado del arte

Los estudios sobre la vinculación que tiene el desempleo con la salud mental, en especial con la depresión y la ansiedad, se remontan desde hace más de 50 años, encontrándose evidencias que respaldan las consecuencias negativas de este fenómeno social, destacándose autores reconocidos internacionalmente como Aarón Beck y Albert Ellis (Clark y Beck, 2012; Ellis, 2010), quienes describieron desde las posturas cognitivas como se desencadenan los trastornos del estado de ánimo y ansiosos, debido a la creación de conceptos deformados de la percepción de la realidad sobre la situación presente, con tendencia a la negatividad y el pensamiento absolutista. Por otra parte, se reconoce el aporte de las relaciones interpersonales como amortiguadores de los signos depresivos y ansiosos, a modo de sistema de acción encaminado al apoyo social (Amiri, 2020).

Desde la perspectiva psicosocial, se ha comprobado que trabajar con grupos de personas con el mismo problema, pueden prevenir la intensificación de la situación y probablemente mejorar los signos de la depresión y la ansiedad en personas desempleadas, con la creación de una red de apoyo social (Montero, 2003; Fernández et al., 2011).

Con base en esta postura durante el proceso de indagación del estado de la cuestión, se encontraron 16 estudios relacionados al tema de investigación en los últimos años, abarcando desde 2015 al 2023 (ver tabla 1) de los cuales 12 son del panorama internacional (delimitado para fines de este trabajo a países hispanoparlantes), 2 son estudios regionales de la zona centro de México y 2 del Estado de Morelos.

Tabla 1*Descripción del estado del arte (2015-2023)*

Referencia	Objetivo	Contexto	Método	Resultados	Conclusiones
García-Morales et al., 2022	Mostrar las características sociodemográficas y efectos en la salud, en personas sin trabajo que acuden a una agencia de colocación de empleo.	Personas que acudieron al servicio público de colocación de empleo en Boyacá, Colombia.	Enfoque cuantitativo, diseño no experimental tipo transversal con alcance descriptivo.	76.8% tenían menos de 7 meses sin empleo y 6% más de un año. En salud mental la frustración se distinguió (22.8%). 48.3% buscaron apoyo social como técnica de afrontamiento.	Las mujeres son las que ocupan el mayor número de personas desocupadas. La mayoría de los usuarios son solteros y son los que menos afectaciones psicológicas presentaron (frustración y ansiedad), a su vez sintomatología depresiva. Entre más tiempo se encuentran sin empleo el deterioro psicológico es mayor.
Pérez-Padilla, 2020	Describir los niveles de estrés y ansiedad de jóvenes profesionales desempleados.	Jóvenes técnicos y profesionales desempleados (18-28 años) de Chigorodó, Antioquia (Colombia).	Enfoque cuantitativo. Tipo no experimental.	La edad de mayor frecuencia fue de 23 años, el 57% eran mujeres. 100% mostraron niveles de estrés, los puntajes altos representaron 79%. El 47.9% poseían ansiedad grave.	Los niveles altos de estrés y ansiedad son una respuesta al contexto de desempleo. Al superar 6 meses aumenta los niveles del cuadro sintomático. El desempleo es multicausal y no se relaciona con la formación académica.
Amiri, 2020	Investigar la asociación entre desempleo y sintomatología depresiva.	Artículos publicados en inglés hasta diciembre de 2020.	Revisión sistemática y metaanálisis de artículos relacionados con el tema.	21% de personas sin empleo poseen depresión y 16% poseen depresión grave.	El desempleo puede provocar mayor prevalencia de síntomas depresivos y depresión mayor.

Caicedo, 2021	Revisar las representaciones sociales y los niveles de depresión y ansiedad de mexicanos sin trabajo y subempleados en Ciudad de México y Chicago.	Mexicanos inmigrantes en Chicago y mexicanos de Ciudad de México, mayores de 18 años desempleados o subempleados.	Método mixto con enfoque correlacional desde las representaciones sociales como perspectiva teórico-metodológica.	Los inmigrantes tienen una connotación negativa de la ansiedad y la depresión desde antes de emigrar, lo cual se reelaboró al empezar a residir en el extranjero.	Los migrantes extranjeros percibieron bajos niveles de malestar debido al alcance de objetivos económicos.
González-González, 2023	Examinar el impacto del desempleo y explorar la importancia del apoyo social como soporte de los efectos negativos.	Evaluación histórica del trabajo en las sociedades contemporáneas, los efectos negativos del desempleo. Análisis del origen y desarrollo del estudio del apoyo social. Desde el contexto hispano.	Investigación de tipo documental, con enfoque correlacional.	Los efectos del desempleo abarcan consecuencias físicas y psicosociales. La importancia de reconocer la importancia del apoyo social en esta situación problemática.	El apoyo social es reductor de las consecuencias psicosociales del desempleo.
Kohrt et al., 2018	Crear un mapa de intervenciones comunitarias en países de bajos y medianos ingresos.	Revisión de 23 artículos desde los contextos familiares, escolares y campos de refugiados.	Investigación documental con metaanálisis de revisiones sistemáticas y exploraciones bibliográficas.	Las actividades analizadas incluían programas de sensibilización, psicoeducación, formación de habilidades, y tratamiento psicológico.	Los componentes comunitarios son necesarios para trabajar en las necesidades mundiales de salud mental, para realizar adecuadas intervenciones psicosociales.
Anchundia-López et al., 2022	Reconocer los aspectos de la investigación desarrollados en el	Desarrollo de la investigación desde la salud mental comunitaria en	Investigación documental para realizar un estado del arte.	La investigación en el tema es escasa, se relaciona con la satisfacción de las	Existe la necesidad de reforzar la investigación en el diagnóstico y tratamiento de

	contexto ecuatoriano.	Ecuador, desde qué se conoce, qué se ha investigado y que falta investigar.		personas con el modelo de salud mental comunitaria.	trastornos mentales con enfoque en el contexto social.
Leonardi-Reyes, 2016	Estimar la asociación estadística entre depresión y desempleo en Colombia en 2015.	Estimaciones de hasta 2 millones de personas desempleadas en Colombia, con hasta 5.4% con depresión.	Método cuantitativo con modelo de regresión logística ordinal.	La probabilidad de que una persona sin empleo tenga síntomas depresivos es de 13.42%, y esta es mayor en mujeres. Tener un nivel de educación alto o pareja reduce los riesgos de tener síntomas.	El desempleo está asociado a un incremento en los síntomas de la depresión, afectando principalmente a las mujeres y personas con menor nivel educativo.
Correal, 2021	Fortalecer factores protectores individuales y sociales a partir de estrategias psicosociales en personas desempleadas con riesgo de padecer depresión y ansiedad.	Personas sin trabajo en el barrio Villa Bachué de Tunja Boyacá, Colombia.	Metodología mixta. Utilizando técnica de encuesta semicerrada, utilizando los inventarios de ansiedad y depresión de Beck.	60% de las personas presentaron depresión mínima, 20% moderada y 10% grave. 70% ansiedad baja, 20% moderada y 10% severa. Existen deficiencias en los factores protectores en comunicación, adaptación, relaciones sociales, gestión emocional y solución de conflictos.	Se midió el impacto del programa, donde los participantes calificaron un 90% de fortalecimiento en sus factores protectores y disminución de síntomas depresivos y ansiosos.
León-Silva y Rincón-Ibarra, 2022	Revisar la bibliografía acerca de las consecuencias del desempleo, en el aspecto psicológico.	El fenómeno del desempleo como problema social a nivel mundial, con un enfoque en aspecto biopsicosocial.	Investigación documental.	Se encontraron tres variables: salud mental, impacto psicosocial del desempleo y desempleo, de un total de 50 documentos.	El desempleo repercute en todas las esferas de vida. La mayoría de los estudios no prestan mayor atención al impacto en la salud mental. Las principales consecuencias encontradas son depresión, ansiedad y abuso de sustancias.

Arredondo y Gutiérrez, 2022	Comparar los niveles de depresión entre personas con trabajo remunerado y personas sin empleo.	Comparación de personas empleadas y sin trabajo en la ciudad de Manta, Ecuador, durante la pandemia covid-19.	Análisis estadístico descriptivo para identificar los niveles de depresión, usando el inventario Beck de depresión.	73% de los participantes presentan altibajos emocionales, siendo 39.19% las personas sin empleo. 16.2% poseen niveles leves, 6.8% depresión moderada, de 74 participantes en total.	Los niveles encontrados han provocado vulnerabilidad en las personas que trabajan, pero repercutiendo en su salud mental con tendencia a la depresión en personas sin trabajo.
Castro-González, 2022	Examinar la relación entre ansiedad, depresión y estrategias de afrontamiento, con personas sin empleo en comparación con un grupo control de personas con trabajo.	Adultos sin empleo, habitantes de Riohacha, La Guajira, Colombia.	Enfoque cuantitativo con alcance descriptivo.	El grupo de personas sin trabajo tiene mayor prevalencia en niveles de depresión y ansiedad en comparación con las personas con trabajo. Las personas sin trabajo utilizan la estrategia de autonomía para enfrentar el desempleo.	Destaca la importancia de trabajar con la salud mental y las estrategias de afrontamiento eficaces con relación al desempleo. Para crear intervenciones psicosociales y programas de apoyo comunitario para personas sin empleo.
Ramírez-Vázquez y Reyes-Laiseca, 2015	Realizar un manual con herramientas para la búsqueda efectiva de empleo en jóvenes.	El desempleo en jóvenes en el contexto de Ciudad de México.	Investigación documental.	Creación de manual basado en la psicoeducación de las fortalezas personales, desarrollo de herramientas psicológicas, para conseguir un empleo idóneo y construcción de currículo.	Las herramientas que utilizarán para la búsqueda de trabajo serán: conocerse a sí mismo, crear un currículo atractivo, lenguaje corporal y no verbal.
Olguín-Molina, 2022	Analizar la relación entre factores psicosociales, el estrés percibido y estados afectivos en personas sin empleo por la pandemia 2020.	Personas sin trabajo en el contexto de la pandemia de covid-19 en México.	Investigación cuantitativa con enfoque correlacional descriptivo. La población fue de 177 participantes.	Existe relación entre los factores psicosociales, el estrés percibido y los estados afectivos, como impacto magnificado por la pérdida del empleo.	Los estados afectivos son influenciados por el estrés, relacionado con los efectos negativos de la depresión, ansiedad, enojo-hostilidad.

Alfaro-Juantorena, 2019	Analizar un programa de intervención cognitivo conductual que disminuya la sintomatología depresiva y aumente el bienestar psicológico.	Grupo de personas sin trabajo al Servicio Nacional del Empleo de la ciudad de Cuernavaca, Morelos.	Diseño de contraprueba simple, con dos grupos, uno experimental y otro control.	El grupo experimental mostró medias leves de depresión (13.56) y altas en bienestar psicológico (155.11). En el grupo control la sintomatología depresiva media era leve (18) y de bienestar psicológico moderado (138.56).	Se presentaron cambios significativos en el grupo control. 44% de los participantes emprendieron negocio propio y el 22% un trabajo formal.
Cruz-Torrez, 2022	Implementar una intervención cognitivo conductual enfocada en estrategias de entrenamiento en habilidades sociales.	Grupo de jóvenes que no estudian ni trabajan de 18 a 25 años de edad, habitantes de Cuernavaca, Morelos.	Metodología cuantitativa con diseño cuasiexperimental sin grupo control y con un alcance descriptivo.	Existen diferencias significativas entre la aplicación de pre y post test, donde se incrementó la comunicación y disminuyó la disfunción social, mejorando sus habilidades sociales y autopercepción de salud.	La intervención tuvo un impacto positivo en la baja autoeficacia y creencias negativas acerca del futuro de los participantes.

Nota: Elaboración propia.

La mayoría de los estudios presentados poseían una metodología cuantitativa, en los cuales buscaban describir y medir el fenómeno, destacándose los metaanálisis. Se infiere que en este momento los investigadores se encuentran en la línea de indagación, medición y análisis estadístico de este problema, con mirada a un futuro de trabajo psicosocial en la sociedad, lo cual promueve la viabilidad de trabajar en un estudio de enfoque cualitativo.

Los estudios más consultados recientemente realizados en México se han concentrado en la zona centro, la indagación de la información mostrada se ha condensado en la relación entre el desempleo, la salud mental y sus consecuencias psicosociales, mientras que las intervenciones psicológicas en su mayoría son trabajos de tesis con un corte individual y clínico. Las investigaciones realizadas en Cuernavaca fueron realizadas en la Universidad Autónoma del Estado de Morelos (UAEM), por medio de trabajos de posgrado, resaltando la intervención cognitivo-conductual y el desarrollo de estrategias de apoyo social de manera grupal.

No se encontraron investigaciones recientes acerca del impacto del desempleo y su relación con la depresión y la ansiedad con base en el modelo ecológico en el medio local, así como intervenciones psicosociales enfocadas en crear redes de apoyo social. Por lo que se estimó factible y viable el trabajo en una intervención psicosocial grupal en salud mental, destacándose la importancia de aportar académicamente desde esta mirada metodológica y teórica. Finalmente se destaca que con la información accedida al momento de realizar esta investigación permite abrir caminos de estudios enfocados en este contexto.

Capítulo 2

Referentes teóricos y conceptuales

2.1. Desempleo, su relación con la depresión y la ansiedad

El fenómeno del desempleo según lo estipulado por la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2019) se determina como la situación en la que las personas en busca de empleo, es decir la demanda laboral, sobrepasa el número de trabajos a disposición, o sea la oferta. Por otro lado, el INEGI (2024) nombra a quienes conforman el desempleo, como Población Desocupada, los cuales tienen la disponibilidad de trabajar y están buscando laborar y están haciendo actividades concernientes a la incorporación laboral.

El desempleo afecta principalmente en la generación de ingresos que les permitan acceder a bienes y servicios esenciales, tales como el agua potable, la alimentación, salud. Esta precariedad económica suele incentivar procesos de densidad poblacional, saturación del mercado laboral y una mayor presión sobre los sistemas sociales; en conjunto, estas condiciones estructurales de vulnerabilidad social pueden incidir negativamente en la salud mental de las personas sin empleo (Merino-Salazar et al., 2023).

Trabajar es normal en los seres humanos, ya que con esta actividad se logra obtener los recursos para vivir, así como ofrece medios subjetivos como la motivación, autoestima, incremento en las relaciones sociales, sentido de autonomía y además aporta en la salud mental. En cambio, las personas sin trabajo pueden estar perdiendo sus proyectos, puntos de referencia, la confianza de llevar el control de sus vidas, la sensación de su dignidad y de ser útiles, así como percibirse como propios en la sociedad (Romero-Caraballo, 2017).

Bauman (2005) interpreta la percepción del desempleo como parte de un fenómeno de alienación y exclusión social, debido a que la sociedad se acostumbra a ver el trabajo como una condición “normal” del ser humano, como un participante de la comunidad que produce y beneficia, por el contrario, una persona desempleada puede entrar en una condición de vulnerabilidad al encontrarse con barreras estructurales que frenan el avance a mejorar su condición de vida.

En la actualidad, las estructuras sociales se han identificado con un ritmo de vida estresante y con prisas de mirar al futuro, sacrificando el presente, la paz interior y la armonía con el ambiente social, las necesidades básicas, sociales y afectivas son demandantes en resultados concretos, las metas personales se vuelven cada vez más ambiciosas por lo que pudieran limitar con el idealismo, teniendo al “otro” como punto de comparación, el avance de la construcción de la modernidad ha traído repercusiones en la salud emocional personal y el progreso en formar habilidades sociales (Bauman, 2000).

Con las condiciones sociales anteriormente descritas, se ha comprendido que la depresión y la ansiedad han incrementado en lo que va del siglo, provocando procesos de incertidumbre e inseguridad en las personas (Bourdieu, 2000). Los elementos estresores del ambiente, como es el desempleo, estarían propiciando la formación de distorsiones cognitivas, que, a su vez, suscitan procesos ansiosos y depresivos en las personas afectadas por no conseguir una estabilidad económica, estas afectaciones también se trasladan a los estados de ánimo a modo de respuesta a la interrupción de las prácticas cotidianas de las personas, motivadas por los factores estresores, así como la construcción de su percepción en torno a la situación (Tamayo-Ricaurte, 2021).

Impacto psicosocial del desempleo

El desempleo es una condición estructural de vulnerabilidad que impacta en la dinámica social de las personas, afectando negativamente en los estados afectivos individuales, así como altera los vínculos relacionales primarios como lo es la familia y la comunidad (Lamas y Murrugarra, 2020; León-Silva y Rincón-Ibarra, 2022). A nivel mundial se ha encontrado que hasta el 21% de los individuos sin empleo presentan síntomas depresivos, siendo los hombres los mayormente afectados por episodios graves (Amiri, 2022).

Se estima que entre los morelenses un 20% de la población ha padecido episodios depresivos, de casi dos millones de habitantes, siendo las principales razones reportadas causantes de los trastornos del estado de ánimo; la pérdida del empleo, rupturas en las relaciones y duelo por muerte de seres queridos (CJPLEM, 2023). El estado cuenta con más de 300 profesionales del área de salud para atender gratuitamente a la población, pero se ha observado que han incrementado las solicitudes de atención desde el 2020, siendo los principales motivos de consulta la ansiedad, seguidos por los problemas del estado de ánimo (Gobierno del Estado de Morelos, 2022).

2.2.1. Depresión y ansiedad

Según la American Psychiatric Association (APA, 2014), refiere que la depresión es un estado en el que las personas perciben un incremento de las respuestas afectivas displacenteras, como la inutilidad, la culpa y el fracaso vital, persiste la disminución en el interés de actividades cotidianas en las esferas de desarrollo (casa, trabajo y relaciones sociales). Hay un aumento de la tristeza, el aumento de pérdida, pesimismo e irritabilidad (contra uno mismo principalmente), puede hacer indecisión, autocrítica negativa,

inconformidad generalizada, distorsiones cognitivas, como pensamientos dicotómicos, intrusivos y catastróficos (LeMoult & Gotlib, 2019).

También se pueden presentar signos atípicos como manifestaciones obsesivas de preocupación, que se relaciona con la ansiedad, así como conductas de consumo problemático de sustancias psicoactivas (Gutiérrez-Rojas et al., 2020), asimismo la vivencia de sufrimiento, acompañado de anhedonia y carencias de sentido existencial pueden contribuir en el desarrollo de ideas suicidas (APA, 2023).

Asimismo los signos depresivos promueven repercusiones psicosociales como el aislamiento social, que exacerba la sensación de alienación, de soledad y baja autoestima que repercute en las relaciones efectivas con la familia, amistades y el entorno, los individuos se sienten separados de su identidad y de su relación con el mundo, se perciben ajenos, extraños, distanciados, por lo que merma la autonomía y potencial de proyectarse al futuro, indirectamente lleva a la exclusión, una pérdida de su voluntad, de su ejercicio de reflexión de ser en el mundo y una desconexión con los grupos primarios (Forero-Pineda, 2021; Loeza-Torres, 2024).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), se estima que la depresión ha afectado alrededor del 5% de los adultos en el mundo, teniendo las mujeres un registro de primer lugar en incapacidades laborales por esta situación, debido a que hay una tendencia del 50% de mayor frecuencia en padecerla (Corea del Cid, 2021), en México 19.5% han reportado tener signos depresivos, mientras que los hombres representaron el 10.7% de la población encuestada en su sensación de bienestar (INEGI, 2021).

Por otro lado, la ansiedad es una respuesta normal y adaptativa del cuerpo humano, esta activación fisiológica cumple con una función evolutiva de la preservación de la vida, a través de mecanismos defensivos. Pero, ante la interpretación errónea de las situaciones estresantes o directamente al experimentar contextos de vulnerabilidad estructural, los signos ansiosos repercuten psicosocialmente caracterizándose por la preocupación subjetiva elevada y persistente, en ocasiones pudiendo ser incontrolable; a nivel fisiológico, el cuerpo se estresa, se tensan los músculos, puede haber temblores, sensaciones de entorpecimiento de los movimientos, entumecimiento, acaloramiento, mareos, taquicardia, sensación de ahogo e irritación en el sistema digestivo. Cognitivamente se siente con la incapacidad de relajarse, tienen pensamientos catastróficos, miedo a perder el control de sí mismo, sensación de bloqueo mental e indecisión. Socialmente, de manera afín a la depresión, provoca limitaciones para relacionarse con vínculos positivos, al crearse diálogos internos negativos puede haber aislamiento y conflictos con otros (Chacón-Delgado et al., 2021).

La OMS (2023) considera que hasta el 4% de la población mundial padecen trastornos ansiosos a lo largo de su vida, afectando alrededor de 300 millones de personas. A su vez se ha investigado la relación entre la depresión y la ansiedad, donde se estima que hasta el 45.7% de la población mundial que ha padecido episodios depresivos en algún momento también ha tenido ansiedad (Kalin, 2020).

La relación existente entre la ansiedad y la depresión se debe principalmente a que comparten síntomas comunes de afectividad negativa y cambios fisiológicos, se ha referido una comorbilidad entre estos padecimientos psicológicos, pudiendo prevalecer uno sobre el otro en diferentes momentos de la vida (Agudelo et al., 2007; OMS, 2019).

Pallares et al. (2015) refieren que el desempleo es uno de los limitantes en el desarrollo humano, haciendo alusión a que el medio social tendrá una repercusión en los signos depresivos y ansiosos, pero siendo beneficiosa en el sentido de que funciona como factor protector (bienestar social y redes de apoyo social) previniendo el inicio o desarrollo de dicha problematización de la salud mental y por otro lado, el contexto social afecta cuando las personas se encuentran en estados de vulnerabilidad psicosocial y con carencias de apoyo (Chávez-Mendoza, 2019).

Ahora bien en el contexto general, la Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado (INEGI, 2021) estima que en México el 15.4% de las personas adultas han tenido signos de depresión y 50.7% ansiedad; mientras que, en Morelos, el 15% de los encuestados mayores de 18 años contestaron que han sentido signos de depresión, asimismo en el caso la ansiedad, el 53.7%, se percibieron intranquilos, nerviosos e incapacidad para controlarse, como se observa estas cifras se aproximan a las estadísticas de salud mental de la población mexicana.

Por último, se destaca que los signos de la depresión y la ansiedad descritos en este subapartado son considerados para este estudio como derivados de los factores sociales descritos del desempleo, diferenciándose de la psicopatología que es otro nivel de atención que no corresponde a esta investigación. Por tanto, es importante resaltar que la promoción de los factores de bienestar que serán descritos a continuación, serán clave para contrarrestar los efectos presentados, estos elementos provenientes de la psicología comunitaria sirvieron para construir la propuesta teórico-metodológica de la intervención.

2.2. Factores protectores de bienestar en el contexto del desempleo

El bienestar es definido como un estado positivo, donde se logra que las personas puedan llevar a cabo actividades y enfrentar adversidades, impulsado por las satisfacciones personales, relacionales y colectivas, por lo tanto, es un concepto integral abarcando los aspectos biológico, psicológico y social (OMS, 2018). Las personas tienen una percepción de su existencia con base en el grado de juicio global de la evaluación de su vida, en aspectos emocionales, cognitivos y comunitarios, así que hay una conciencia de sus propias capacidades para enfrentar las adversidades cotidianas, lo que constituye esta sensación de bienestar en los individuos, para esto serán importantes los conceptos de bienestar psicológico y social (Muñoz-Arroyave et al., 2022).

El bienestar psicológico expresa la positividad emocional, el pensamiento funcional hacia uno mismo, siendo una clave en el desarrollo del potencial humano y un sentido vital, por lo que está intrínsecamente ligado al concepto de calidad de vida, que abarca aspectos individuales, sociales, económicos, educativos, laborales, el contexto, entre otros (García-Viniegras, 2005). La promoción del bienestar buscará en la población desempleada, desarrollar autoeficacia, relaciones positivas, satisfacción de necesidades básicas y de seguridad, desarrollo de capacidades, autoaceptación, autonomía, propósitos y metas de vida para mejorar su salud mental (Viera et al., 2024).

El bienestar social nos refiere Blanco y Díaz (2005), es la valoración del funcionamiento de las personas en su entorno, de las circunstancias vitales y del rol dentro de la sociedad. Este concepto busca la satisfacción de los derechos humanos, que cubran la salud física y psicológica, la educación, una vivienda digna, el tener empleo y la seguridad, por lo que el bienestar social tiene un enfoque multidimensional abarcando el sentido de

pertenencia a la sociedad, percibirse como participante importante de su contexto, percibir y recibir apoyo de los demás para lograr metas personales (Medel-Ramírez y Medel-López, 2020).

Los conceptos de bienestar psicológico y bienestar social se han utilizado para valorar las condiciones de vida de las personas, siendo un indicador para su comprensión, a su vez son factores que dan fuerza a la resiliencia y al desarrollo psicosocial para contrarrestar la vulnerabilidad colectiva de los grupos humanos (Turizo-Palencia, 2021).

Para aumentar los niveles de bienestar, se encuentran los factores protectores, que, en salud pública, son el conjunto de elementos que ayudan a reducir el riesgo de enfermedades, mientras que, desde la perspectiva psicológica, son aquellos recursos, herramientas y estrategias psicosociales que los individuos pueden desarrollar para enfrentar las adversidades y fomentar la salud mental, teniendo características de prevención y disminución de riesgos (Cornejo-Briseño, 2023). A continuación, se presentan los siguientes factores protectores utilizados para la creación del presente proyecto de intervención: análisis de los problemas y las soluciones, el autoconocimiento, la autoestima, el sentido de la vida, la creación de proyectos vitales, el apoyo social y las redes de apoyo; los cuales se aplicaron debido a que son herramientas colectivas y relacionales que fortalecen la sensación de bienestar esperada.

2.2.1. Análisis de los problemas y las soluciones

El análisis de los problemas es una habilidad que posee el ser humano para encontrar las causas de las situaciones que le causan conflictos, también reconoce y deduce los detalles que lo llevarán a su comprensión. Una vez que se nombra la situación problemática (por ejemplo, “me encuentro sin trabajo”, “estoy teniendo un episodio depresivo”), las personas

empiezan a tomar decisiones según su contexto y permite el desarrollo de soluciones efectivas. Este proceso se reconoce como un apoyo importante en la reducción del estrés, para mejorar la gestión de las emociones y administrar la funcionalidad de los pensamientos derivados de los problemas para ejecutar acciones concretas (Díaz-Lozada y Díaz-Caballero, 2020).

Para llevar a cabo un efectivo análisis de los conflictos se propone el uso de herramientas gráficas autoadministradas, utilizadas en las intervenciones psicosociales, como el árbol de los problemas el cual:

(...) consiste en desarrollar ideas creativas para identificar las posibles causas del conflicto, generado de forma organizada un modelo que explique las razones y consecuencias del problema. En similitud a un árbol, el problema principal representa el tronco, las raíces son las causas y las ramas los efectos, reflejando una interrelación entre todo el elemento. (González-Muñoz et al., 2023, p. 126)

Con este tipo de ejercicios las personas pueden fácilmente conocer la situación que viven como el desempleo, el estado de su salud mental, su contexto en que se desarrolla, entre otros. También da pie a revisar posibles alternativas para mejorar su identificación al desglosar los problemas encontrando las causas y consecuencias a través de un diagnóstico que las personas pueden identificar fácilmente (Martínez y Fernández, 2023).

Para el segundo paso se puede usar el árbol de soluciones (también usado en las intervenciones basadas en la metodología de la psicología comunitaria), el cual analiza a profundidad las raíces y los efectos del problema, cambiando estas consecuencias a soluciones y en objetivos por alcanzar. Teniendo un perfil de la situación problemática, se puede evaluar y direccionar hacia donde se puede resolver o mejorar circunstancias

particulares, realizando estos dos ejercicios en grupo se comparten ideas, opiniones y puntos de vista que pueden potenciar las soluciones (Menéndez-Roldán et al., 2021).

2.2.2. El autoconocimiento y la autoestima

El autoconocimiento se asocia con la formación, consolidación y fortalecimiento de la autoestima, debido a que, ante mayor capacidad de comprensión de uno mismo, existe una mejor tolerancia a la frustración, esta concepción está arraigada a la percepción de sí mismo, vinculado al concepto del bienestar personal (Patlán-Pérez, 2020). El desarrollo de los trastornos del estado del ánimo por el desempleo distorsiona las percepciones y expectativas individuales, también pueden abundar las distorsiones en el discernimiento de su realidad, y pensamientos absolutistas, que podrían orillar a las personas a la desesperanza. El autoconocimiento asociado con la autoestima será una categoría importante para analizar y comprender la situación problemática de las personas (Prieto-Galindo, 2018).

Los individuos entre más tiempo permanecen en un estado de crisis como el desempleo, así como la falta de atención a la salud mental, incrementan sus efectos y negativos desestabilizadores (García-López et al., 2020), la importancia de la autoestima y el autoconocimiento radicará en el proceso de desarrollo de las personas posibilitando la valoración positiva que permita satisfacer sus necesidades (Villalobos, 2019).

Entre mayor dominio físico y psicológico consideren tener las personas, permitirá el incremento de la sensación de bienestar, mejorando su desenvolvimiento en su ambiente, la independencia que maneje en su vida y las relaciones sociales del lugar que ocupan en su vida, desde su contexto cultural y su sistema de valores, también revisando metas, expectativas, estándares e intereses, es así como promover el autoconocimiento y la autoestima será un factor protector para personas en desempleo (De la Cabada et al., 2020).

2.2.3. El sentido de la vida y la elaboración de proyectos vitales

El sentido de la vida se puede definir como: “el grado de comprensión y vislumbre del significado de la propia existencia, acompañado de la percepción de poseer un propósito, misión o meta” (Furman, 2021, p. 75). Se ha encontrado que brinda indicadores para conducir a una existencia con plenitud a identificar las emociones, a incrementar la felicidad, la autoestima, la seguridad con uno mismo, promueve el autoconocimiento, así como crear relaciones sociales positivas (Sánchez-Jiménez, 2023). El empleo es considerado como un espacio en el que los individuos se pueden vincular con la sociedad, que cobra un sentido en función social, y existencial siendo un factor que promueve el sentido de vida (Frankl, 2023).

Las personas en desempleo incrementan su apatía, el sentimiento de fracaso y el desinterés por la cotidianidad, decae el ánimo, llamada vaciedad del tiempo que podría verse como vacío existencial, dando una representación de inutilidad, la idea de no estar haciendo una actividad productiva provoca el sinsentido mismo, no se exigen a sí mismo de algún modo acostumbrados a tener un patrón, o una responsabilidad externa como hijos, deudas, padres que se necesitan mantener (Ortega-Osma y Vásquez-Parra, 2021; León-Silva y Rincón-Ibarra, 2022; Aguilar-Bustamante, 2023).

Tener una visión carente de sentido o propósito impulsa el aislamiento social, las sensaciones de vacío, la depresión, la ansiedad, la apatía y la indiferencia a los sucesos cotidianos (Camargo-Barrero et al., 2020). Por tanto, como respuesta al vacío existencial y la alienación social, se rescata la importancia de la creación de un proyecto de vida, que es un constructo que permite la planeación y organización del desarrollo vital e indispensable para el bienestar psicológico de las personas (Furman, 2021). Permiten que las habilidades sociales se desarrollen de mejor manera y por tanto favorece en la inclusión social, (Seeman,

2015), se realizan con base en el contexto, por lo que este se va modificando según las circunstancias individuales, pero que con el respaldo de las redes de apoyo social podrán forjarse con mayor solidez (Suárez-Barros et al., 2018).

2.2.4. Apoyo social

Se entiende por apoyo social como el conjunto de recursos psicosociales producidos por las relaciones interpersonales, promoviendo la ayuda psicológica o material, debido a las interacciones en la comunidad, siendo importante para un individuo en situación de crisis contar con auxilio de los otros, como un soporte emocional y social, el cual fomenta la sensación de los factores de protección que aumentan la percepción del bienestar (García-Torres et al., 2017).

Se considera al apoyo social como fundamental para crear un sistema de soporte y estabilización de los estresores psicosociales (dígase el desempleo, la situación económica precaria, entre otros), debido a la promoción de respuestas adaptativas a la presión exterior (Gracia-Fuster, 2011). Se ha destacado que para prevenir el desarrollo de signos depresivos y ansiosos, es significativo contar con una percepción positiva del apoyo social, ya que esta funciona como auxiliar para disminuir las sensaciones de malestar en las personas afectadas por el desempleo y poder hacer frente a las situaciones problemáticas, promoviendo a su vez el bienestar emocional y social, se considera que impactarían de forma positiva en la áreas afectivas, comportamentales y cognitivas (Guarino y Sojo, 2011).

Para la identificación de las redes de apoyo y su análisis efectivo, es necesario que las personas revisen la cantidad de contactos que poseen, abarcando a las personas que consideran significativos y suman en su potencial de soporte psicosocial, como la pareja, la familia, amigos y vecinos; y por otro lado que detecten sus funciones primarias de apoyo

emocional, material e informacional. En conclusión, con una efectiva combinación de las fuentes formales de apoyo social, se puede reforzar el estado de salud mental, así como la asistencia brindada por las instituciones públicas y privadas, donde se encuentran profesionistas y expertos, que serán clave para mejorar la vida de las personas afectadas por el desempleo y sus consecuencias (González-González, 2023).

2.2.5. Creación de redes de apoyo social

Una red de apoyo social es un modelo de organización donde se establecen vínculos relacionales basadas en la ayuda, el soporte afectivo y el reconocimiento en el contexto en un conjunto de interacciones que hacen parte de la cotidianidad (Árias et al., 2020). Se dividen en tres tipos: informales, formales y comunicativas; las informales son aquellas personas que integran la convivencia cotidiana de las personas (familia, amigos, vecinos), las redes formales, las conforman las instituciones y organizaciones sociales, y las redes comunicativas, son las que se crean en una red virtual de comunicación por internet. Se basan en la creación de un sistema de resistencia frente a las situaciones problemáticas, es decir, ante un mayor apoyo de la sociedad, los individuos con signos de depresión y ansiedad inducidas por una fuente de alto estrés como el desempleo, desarrollarán estrategias de enfrentamiento nuevas y de adaptación (Musitu-Ochoa et al., 2009).

La creación de redes de apoyo social serán un sustento alternativo ante situaciones estresantes y subsecuentes de problemas psicosociales, el impacto en la salud mental podrá ser positivo ya que ante el incremento de beneficios que integre las personas en sus sistemas sociales, también propiciará un sentido de control sobre los estresores ambientales y a su vez valorando la situación problemática, mejorando su percepción del apoyo recibido (Blanco-Gaitán y Garzón-Duque, 2020).

La importancia de las redes de apoyo social se basa en la construcción de recursos psicosociales que propiciarán herramientas para la solución de los problemas presentados, a su vez al percibir altos grados de empatía, sensación de participación social, apoyo familiar, cohesión con la comunidad incrementan la satisfacción vital (Barraza-Macías, 2021). Esto se relaciona también con la salud mental de las personas sin trabajo, ya que debido a que la depresión y la ansiedad poseen motivos multifactoriales (afectivos, biológicos, sociales, cognitivos), permite los beneficios de contar una red de apoyo social mitigando los signos depresivo-ansiosos con este sistema de amortiguamiento y aumentando los niveles de bienestar (Zambrano-Calozuma y Estrada-Cherre, 2020).

2.3. Intervención psicosocial grupal

La presente investigación está basada supuestos teóricos básicos de la psicología comunitaria y para contar con un eje de comprensión del problema del desempleo y su relación con la depresión y ansiedad se utilizó el modelo ecológico del desarrollo humano de Bronfenbrenner y del modelo de salud mental comunitaria para analizar la construcción de las redes de apoyo social, los cuales serán descritos a continuación, asimismo se describirá el tipo de intervención psicosocial utilizado con los participantes y los elementos pertinentes para su efectividad en grupo.

2.3.1. Bases de la psicología comunitaria

Una alternativa ante el problema de la depresión y la ansiedad es la psicología comunitaria, ya que permite un rol activo de la comunidad afectada, a través del compromiso y la participación (Montero, 2003). Este enfoque analiza los fenómenos psicosociales desde el contexto cultural, formando a los individuos como constructores de su realidad, dando un énfasis en fortalezas, capacidades, aptitudes, habilidades sociales y no en las carencias de la

sociedad. Como asevera Montero (2004b): “(...) producen, junto con las comunidades, intervenciones para lograr el fortalecimiento y el cambio” (p. 33).

Las bases teóricas latinoamericanas de la psicología comunitaria, se encuentran principalmente en la educación popular de Paulo Freire, la psicología de la liberación de Ignacio Martín-Baró, la investigación-acción participativa de Orlando Fals Borda, entre otros autores, que han dado una identidad particular a diferencia de los modelos de psicología comunitaria surgidos en Estados Unidos o en Europa, apareció en la época de agitación social de mediados del siglo XX, en el que se movilizaron sectores populares a exigir derechos como ser político-activo (Ávila-Guerrero et al., 2009).

La actividad concienciadora de la educación popular de Paulo Freire es uno de los más importantes referentes dentro de la praxis de la psicología comunitaria, su método psicosocial permite la reflexión de los usuarios acerca de las experiencias de su realidad, a través del análisis de su sociedad, llevando a una conclusión crítica de la domesticación de la cultura externa, que pueden permitir en las personas modifiquen las percepciones de las condiciones de vida que los cosifican y alienan, esto se busca con la conversión de receptores pasivos del conocimiento a ser activos (Freire, 2022). Uno de los componentes importantes en esta teoría es el diálogo, el cual permite que la identidad de los individuos no sea vulnerada, uno crece con el otro, ya que se sustenta en el respeto mutuo de los individuos (Cruz-Aguilar, 2020). El proceso se caracteriza por una codificación de la realidad, para posteriormente ser descompuesta a la que se le llama decodificación en el cual se busca comprender la situación, y planea estrategias para enfrentarse a su realidad problemática (Ávila-Guerrero et al., 2009).

Este procedimiento es un reflexión-acción-reflexión que podrá desencadenar en la desideologización, que refiere Martín-Baró como un “rescate” de la experiencia de los grupos humanos original para ser utilizado por ellos como conocimiento, por lo que llevará a la praxis, que es llevar a la teoría a la acción es decir a la práctica continua de los resultados obtenidos de la concientización de las personas (Euzébios-Filho y Oliveira-Leite, 2024). Los supuestos básicos de la psicología de la liberación han sido integrados en la psicología comunitaria, con la premisa de que la comunidad encuentre sus fortalezas y debilidades, sin tener que imponer la idea del problema que los aqueja, esto será de respaldo para integrarlo en la salud mental de las personas (Parisi y Manzi, 2022). Hacerlos sentir que todas las voces tienen derecho a ser escuchados, dentro y fuera de su comunidad, la idea de que la misma sociedad transforma su realidad, parte desde la desideologización, en el cual las personas pueden empezar a derribar las estructuras hegemónicas de la “etiqueta” de la salud mental, creando redes de apoyo y buscar una sociedad sana en permanente desarrollo (Adams y Estrada-Villalta, 2015).

La psicología comunitaria ha adoptado diferentes modelos crítico-sociales para comprender y estudiar los fenómenos en la población, para diseñar intervenciones individuales, grupales y comunitarios, esto ha permitido tener contribuciones en la salud pública como: promover la prevención, reforzar las fortalezas y competencias alejándose de la patologización psicológica, utilizar un enfoque ecológico, incrementar la reflexión crítica y la acción para promover cambios sociales, propiciar la libre elección de participación, promover el sentido de comunidad y abrir las posibilidades del trabajo interdisciplinar (Balcazar, 2019).

Esto se logra con el método participante y activo de la psicología comunitaria, ya que es “con, desde, para y por la comunidad”, la investigación va de la mano con la acción y la intervención, la participación será de vital importancia, para responder a las necesidades de las poblaciones atendidas, desde un análisis crítico-social, con un compromiso ético y político basado en los valores de la honestidad y la claridad del método científico en el actuar (Montero, 2004b; Bravo, 2019). Los pasos de trabajo comunitario expresados por Montero (2006) en el método serán:

1. Familiarización: en el cual los interventores van conociendo al grupo, conociendo sus antecedentes históricos, culturales, demográficos, todo aquello que le ayuda a conectar con las personas.
2. Identificación de necesidades: se busca delimitar las situaciones o problemas que manifiestan las personas, con el respaldo de un diseño de investigación adecuado para la situación, con su correspondiente análisis de la información.
3. Reunión con los líderes y miembros de la comunidad: para la devolución de la información recabada, esto llevará a una correcta división de las tareas por realizar. Esta comunicación será vital y debe ser difundida por todos los medios posibles.
4. El trabajo colectivo: traerá como consecuencia planificar un programa de acciones comunitarias, evaluando las oportunidades y riesgos de estas. Al estar diseñadas bajo revisión metodológica, se podrá ejecutar el diseño para dar cumplimiento a los propósitos.
5. Establecer la consecución de las metas específicas: el interventor, no es quien trae la respuesta, capacita y se retira; si no que es un apoyo con la autogestión del proceso

para que los pobladores satisfagan con autonomía todos sus objetivos trazados durante el proceso.

El psicólogo-investigador comunitario trabaja desde adentro de la sociedad, implicándose en los procesos de reflexión (donde se desprende la teoría), la producción del conocimiento y la praxis (la práctica del conocimiento adquirido). El potencial de la acción psicosocial brinda oportunidad de trabajo en las comunidades con que se desea desarrollar este proyecto, con base en el fortalecimiento de las redes de relaciones entre grupos, dando pie a que las propuestas, acciones y hechos lleven a la idealidad, que es la transformación social, una situación aparentemente inalcanzable, pero que sirve como faro para conseguir la meta (Montero, 2006; Aristizábal-Murillo y Mayorga-Ortegón, 2022).

Derivado del estudio de la psicología comunitaria, surge el modelo de la salud mental comunitaria la cual busca la reflexión de los problemas concernientes a la salud mental en la comunidad, permitiendo que la comunidad exprese sus necesidades y exista la participación en compañía de los servicios institucionales de salud (Marcos del Cano y Topa-Cantisano, 2012).

Asimismo, para la aproximación de la descripción del fenómeno del desempleo desde sus actores, se apoya en el modelo ecológico (Bronfenbrenner, 1987) para a su vez comprenderlo desde lo grupal en una intervención psicosocial estructurada para analizar la observación de los participantes de su comunidad, ya que su peso metodológico descansa sobre el conocimiento de su experiencia (Blanco y Rodríguez-Marín, 2007).

2.3.2. Salud mental comunitaria

La corriente latinoamericana de la psicología comunitaria tiene un impacto significativo en este campo de estudio con la publicación del texto: “Vidas Paralelas: Psicología comunitaria en Latinoamérica y en Estados Unidos” (Montero, 1994), mostrando las diferencias, desarrollo particular y los avances desde cada sector del continente americano, siendo en la corriente norteamericana un origen y esencia clínica, y en el corte latinoamericano más de las ciencias sociales y la psicología social (Asún-Hamel, 2011). De aquí surge el modelo de la salud mental comunitaria que se enfoca en la salud mental desde la intervención en la comunidad, basada en el análisis crítico de la atención tradicional de trabajar con “pacientes psicopatológicos” cambiando a un análisis del plano social para evaluar la etiología del problema y trabajando con la comunidad como una red de relaciones interpersonales que pueden beneficiar o perjudicar la situación de las personas atendidas (Del Cueto, 2014).

Para comprender el alcance del modelo de la salud mental comunitaria es importante aproximarse al concepto de comunidad, ya que éste moviliza el término de salud mental pasando del ejercicio profesional institucionalizado con autoridad a reconocer a las personas en su contexto y otorgándoles el papel activo que les corresponde (Ponce-Hernández, 2019).

Sentido de comunidad

La comunidad es el conjunto de personas organizadas, partícipes de un sistema de tradiciones, costumbres y cultura (Chao-Barona, 2001), poseen metas en común, basadas en las raíces y dan un sentido de pertenencia, inclusión e identidad propia (Loeza-Torres, 2024), ya que los grupos humanos tienen una función de socialización que promueven el desarrollo psicosocial en las personas, compartiendo valores, ideologías, normas y símbolos que los caracterizan, su identificación con la comunidad en el “nosotros” permite la cohesión, en el

cual se fomenta el conocimiento mutuo que se fortalece y afianza con el transcurrir del tiempo, se puede especular que la comunidad le da un lugar al individuo (Ramos-Vidal y Maya-Jariego, 2014).

En el concepto de comunidad descrito por Ante-Lezama y Reyes-Lagunes (2016), refieren que existen cuatro componentes que lo describen: Territorial, relacional, simbólico y político. También se observa que las comunidades están basadas en una red de relaciones con un lugar no territorializado en el cual existen interacciones de apoyo, es decir, caracterizado no por un espacio geográfico sino por las relaciones que existen entre las personas.

El sentido de comunidad naciente de las características presentadas, hace referencia al sentimiento o sentido de pertenencia de las personas con su comunidad, comprendida más allá de un espacio geográfico como un grupo de personas relacionadas en un determinado lugar, siendo por tanto un concepto multidimensional, refiriendo Hombrados-Mendieta (2011), que se puede definir como un lugar geográfico (componente territorial), un grupo de relaciones o conjunto de personas (componente relacional) y un sistema social (componente político), a su vez moviéndose en una conceptualización ecológica, es una reunión de individuos con una dimensión macrosocial y microsocal al tener una estructura y organización social pero también con un factor psicológico (componente simbólico), al permitir el sentido de pertenencia, que refiere a la identificación colectiva con etnias, valores y oficios dándole un sentido de unión simbólica, al tener ideas y acciones comunes funcionando como una estructura total (Fernández et al., 2011).

El sentido psicológico de comunidad permite que los individuos se sientan pertenecientes a una colectividad que le permite percibirse como significativo, mostrarse

como una red estructurada de relaciones que pueden ser desde grupos pequeños a unidades amplias como barrios, subgrupos culturales, entre otros; desde la perspectiva ecológica se comprende que los grupos se interrelacionan con base en la influencia que ejercen los individuos en el sistema donde habitan, permitiendo la estructuración de necesidades psicosociales (Maya-Jariego, 2023), como lo es la salud mental, el empleo, la sensación de bienestar y calidad de vida, entre otros.

Componentes del modelo de SMC

La salud mental es un concepto integral del ser humano en el que existe un estado pleno de bienestar, las personas pueden reconocerse a sí mismas como funcionales en la sociedad y para consigo mismas, existen estrategias de afrontamiento ante el estrés cotidiano, se puede hablar de que es un proceso y un resultado de la vida, de este se desprende una reflexión crítica del concepto que hace surgir el término de salud mental comunitaria (SMC), que se caracteriza por las interacciones que tienen las personas con su entorno, integrando su conexiones sociales con su identidad, compartiendo redes de apoyo, que permiten adaptarse a los problemas cotidianos (Anchundia-López et al., 2022).

La SMC tiene sus orígenes en los movimientos sociales y académicos de la desinstitutionalización de los hospitales psiquiátricos en la década de los años 60, en Europa y Estados Unidos de América, la cual avivaba la creación de redes sociales comunitarias, desde ambientes terapéuticos en las poblaciones afectadas; así mismo Gerald Caplan publicó la obra “Principios de Psiquiatría Preventiva”, la cual sienta las bases teóricas y referenciales de los tres niveles de atención en salud a la población, que actualmente siguen vigentes (prevención, intervención y rehabilitación), agrega que la labor médica se debe hacer dentro

de los márgenes de la localidad, y no esperar a que los pacientes acudan a las clínicas de atención (Desviat y Moreno-Pérez, 2012).

El modelo de SMC permite que la salud mental sea integrada a los servicios generales de salud, yendo más allá de solo “curar” a la persona “enferma”, se concibe como una acción que integra al empoderamiento, resiliencia, estándares de calidad de vida, el saber popular de las comunidades, y se basa en la organización comunitaria, pasando de la teoría a la praxis (Bravo, 2019).

Para este proyecto se utilizó el término, observando la intervención en salud mental, integrando el fundamento de que el verdadero protagonista en el trabajo comunitario son los participantes siendo los que principalmente deben estar involucradas en la mejora de las condiciones de salud mental, exigir políticas públicas en pro de los programas sanitarios de mejor calidad, así como hablar en nombre de la comunidad en general afectada por el problema, así la participación es fundamental para la toma de decisiones, Bang (2020) ha referido que su efectividad ha sido en muchos casos exitosa, la red de apoyo social forjada permite el respeto de las opiniones, crear objetivos en común para sobrellevar y hacer algo con la realidad problemática.

Un grupo de personas que toma decisiones con autonomía sobre su salud mental necesita fortificar la participación, mejorar los lazos sociales en vínculos con solidaridad y una percepción individual y a la vez comunal de “sujeto activo de transformación” (Bang, 2014). Por otro lado, las redes de apoyo contemplan a las de servicio, que históricamente han sido diseñadas en una jerarquía vertical, es decir, externa y ajeno a la realidad comunitaria, la teoría crítica diseñada por Montero lleva a formalizar un paradigma de organización propio

de las localidades, y se habla de una coexistencia con el ámbito de las jerarquías públicas, trabajando en simultaneidad (Bang y Stolkiner, 2013).

En la revisión de la SMC hecha por Rosa-Dávila y Mercado-Sierra (2020), diferencia el modelo de la atención psicoterapéutica utilizada por las instituciones de salud pública y privada de la siguiente manera:

- Énfasis en la acción desde la comunidad, saliendo del escenario institucional.
- Centrarse en la comunidad como una unidad.
- Concentración en la promoción y prevención.
- Aumento de los servicios continuos de intervención temprana.
- Atención en servicios indirectos.
- Creación de estrategias clínicas a gran escala, es decir, para impactar en la mayor cantidad de personas posibles.
- Planificar programas de salud mental objetivos y realistas.
- Explorar las opiniones de las personas integrantes de la sociedad.
- Involucramiento en el compromiso de asistencia comunitaria.
- Identificar el problema social desde los mismos pobladores, y no desde el exterior.

La construcción de esta intervención no se basó propiamente en el modelo de la SMC, pero se ha utilizado como referente teórico para construir redes de apoyo social durante el abordaje del grupo de la comunidad, así como para comprender las dinámicas psicosociales de las personas participantes. El apoyo social buscado se establece con la identificación y participación de los demás, dirigiendo su actuar en la conexión con redes sociales, profundizando el afecto permitiendo el compromiso de soporte vital en las relaciones,

consecuentemente promoviendo el bienestar psicológico, social y físico (Musitu-Ochoa et al., 2004).

2.3.3. Modelo ecológico del desarrollo humano de Bronfenbrenner

El marco ecológico de la psicología comunitaria reconoce la importancia de la influencia de los componentes biológicos, psicológicos y sociales para explicar el comportamiento, observando a las personas y su contexto como unidades de análisis para entender el funcionamiento del sistema que se problematiza y cambia constantemente; la intervención desde este modelo se basa en los siguientes principios (Sánchez-Vidal, 2007):

1. Principio de interdependencia: Ante el cambio de las personas altera el contexto y viceversa, existiendo una relación interdependiente.
2. Principio de adaptación: Los individuos modifican su conducta con base en los recursos y herramientas psicosociales disponibles en las mismas personas y su entorno.
3. Principio de sucesión o evolución: La comunidad está en cambio constante por lo que es necesario mantener el equilibrio durante las intervenciones psicosociales con el fin de provocar beneficios.
4. Principio de recursos cíclicos o reutilización de recursos: El uso de los recursos dependerá de los cambios de la situación problemática y las percepciones de las personas.

Las personas y los grupos son biológicos y sociales por naturaleza, por tanto, interdependientes, los individuos son dependientes del ambiente para su supervivencia y las interacciones humanas están estructuradas, bajo este postulado el modelo ecológico, comprende que la conducta se debe estudiar con base en su contexto, por tanto, es un enfoque

multidisciplinar para el análisis de las interacciones persona-ambiente (Estévez-López, 2011).

El modelo ecológico de Bronfenbrenner (1987) comprende al ambiente más allá de la situación problemática que perturba el desarrollo de las personas, analiza las relaciones de los sistemas funcionales en su contexto, le da énfasis a los vínculos entre los individuos y su entorno, así mismo revisa cómo estos modifican la conducta, las emociones, las cogniciones y el desarrollo social, por lo que se vincula con el análisis del modelo de SMC, considerando a la salud como parte del proceso integral de la persona con la colectividad y el contexto (Ponce-Hernández, 2019).

El modelo ecológico considera que el desarrollo humano ocurre con las relaciones en la familia, escuela, comunidad, trabajo, instituciones y medios de comunicación, que se encuentran conectados en una red amplia de interacciones en la cual también tienen influencia las ideologías, valores y costumbres, desde las personas en familia a las instituciones, sus componentes son los siguientes (Bronfenbrenner, 1987; Almeida-Acosta, 2020):

- **Microsistema:** Se compone de los entornos y relaciones cercanos e inmediatos, como los miembros de la familia, compañeros de escuela, trabajo, religión, entre otros grupos de pares, por tanto, al ser interno e íntimo en el individuo tiene potencial de influencia.
- **Mesosistema:** Se conforma de relaciones entre más de dos entornos de la persona, es decir de dos o más microsistemas, este se analiza con base en las interrelaciones, las actividades, los roles asignados y asumidos.

- Exosistema: Consiste en los entornos exteriores donde no participa la persona donde se toman decisiones y suceden situaciones que pueden afectar indirectamente, como los medios de comunicación, las opiniones públicas o transmitidas entre pares, aquí también se encuentran las instituciones que median entre la cultura y las personas como lo son los servicios de salud, las ayudantías, grupos comunales, entre otros.
- Macrosistema: Se integra de las creencias y valores característicos de la cultura de las personas que se desarrollan en ese entorno, como la economía, la política, sistema de valores institucionales, usos y costumbres.

Este modelo ha sido utilizado en los estudios de la psicología social siendo un soporte importante para comprender las dimensiones de análisis de las relaciones familiares y comunitarias, permite describir las características de los fenómenos psicosociales y conductuales de las personas a trabajar en los diferentes temas de investigación (Cherry, 2023).

Se puede considerar que el estudio de los entornos humanos, es decir los sistemas, es parte de esencia de la psicología comunitaria, la perspectiva ecológica permite analizar la comunidad, los sistemas sociales, la estructura, los procesos y sus interrelaciones; los individuos son seres activos, van más allá de satisfacer las exigencias ambientales, construyen su mundo con base en las situaciones, sucesos que recorre, buscando soluciones, por decirlo, el papel del psicólogo con perspectiva comunitaria y ecológica será potenciar los recursos de las personas en su entorno para promover el desarrollo individual e incluso colectivo (Herrero-Olaizola, 2004).

La visión ecológica de las personas le da importancia a las relaciones, llevando más allá del concepto de salud mental integrando los aspectos biológicos, psicológicos y sociales, se puede encontrar a la “enfermedad” ya no como individualizada, sino parte de la desestructuración del sistema, visibilizando los problemas de salud no son solo de quienes acuden a las instancias de atención, sino también de la comunidad, ya que al analizar el territorio permite una comprensión de estas situaciones psicosociales (Eriksson et al., 2018).

El proceso comunitario tiene efectos socializadores, al construir pautas para actuar en los escenarios cotidianos, propiciando procesos de concientización, colaboración y solidaridad entre los mismos participantes que se han identificado en la misma situación problemática (Montero, 2004b). El diálogo entre los pares puede propiciar un fortalecimiento común, con el surgimiento de ideas novedosas, al contar con diversidad de opiniones, buscando la inclusión de los miembros, por lo que se ha optado por el trabajo con grupos (Cruz-Aguilar, 2020).

En conclusión, los modelos de intervención psicológica se concentran principalmente en un aspecto individual, lo que desplaza el trabajo psicosocial, el cual en los últimos años ha encontrado diversos logros significativos al intervenir en grupos pequeños de personas en comunidades fomentando el bienestar, de aquí que la autogestión de la salud mental en las comunidades es una oportunidad para lanzar el apoyo psicológico a un sistema macrosocial, saliendo de los consultorios y la intervención personalizada (Blanco y Rodríguez-Marín, 2007).

2.3.4. Propiedades de la intervención psicosocial grupal

Las personas desde que nacen viven en grupos, hay comunicación, códigos e intercambio de subjetividades; propiamente para hablar de un grupo el consenso mayoritario en la academia

es que deben constituirse en tres individuos o más para que se inicie el análisis de la dinámica grupal (Canto-Ortíz y Montilla-Berbel, 2008).

La intervención psicosocial grupal es una estrategia dentro del enfoque de la psicología comunitaria que tiene como objetivo reducir y prevenir la desorganización en la esfera social, usando técnicas con la intención ideal de apoyar en mejorar a las personas en su conjunto, a través del desarrollo de capacidades nacientes en ellos mismos, busca que el psicólogo social tenga una participación y una implicación genuina, esto respaldará en la promoción del compromiso de los participantes, así como definir su rol de interventor, ya sea como facilitador o mediador ante las situaciones problemáticas por trabajar (Quintana-Abello et al., 2018).

Blanco y Rodríguez-Marín (2007), refieren que la intervención psicosocial tiene los objetivos de desarrollar la descripción cuantitativa y cualitativa de la comunidad, averiguar los fenómenos sociales a trabajar, así como un análisis minucioso de lo que está fomentando el problema social y valorar el contexto de la localidad para su aplicación práctica y que sea diseñada ajustada al grupo, para llegar a logros significativos el procedimiento sería el siguiente (Musitu-Ochoa et al., 2009):

1. El investigador o equipo de intervención (puede ser constituido por profesionistas de la salud mental y/o integrantes de la comunidad) citan a una reunión a todas las personas que pueden estar involucradas en la situación problemática a querer trabajar.
2. Los participantes realizan una descripción de sus relaciones y se busca un reconocimiento mutuo como afines.
3. Entre todos los participantes se describe la situación problemática.

4. Los involucrados debaten y aportan ideas para la interpretación de la situación problemática, reflexionando críticamente las opiniones.
5. Las personas crean una estrategia de acción con la intención de transformar o modificar el problema a solucionar.
6. Los participantes llevan a cabo la estrategia de acción social para enfrentar el problema.
7. Se realiza una evaluación de los resultados y alcances.
8. Se establece entre los miembros partícipes una estrategia de seguimiento hasta la solución.

Se ha encontrado que ha tenido un rol importante para el bienestar y salud mental de las personas, por lo que las intervenciones psicosociales tienden a direccionarse desde la construcción de sistemas de atención, las intervenciones basadas en el apoyo social tienen la particularidad de interactuar con situaciones diarias, conflictivas, estresantes, pero a su vez logrando obtener información valiosa que pueda ser usada para la creación de herramientas que satisfagan necesidades psicosociales (Blanco y Rodríguez-Marín, 2007).

La intervención psicosocial grupal con tendencia a fomentar el apoyo social (Fernández et al., 2011) se puede lograr trabajando desde la agrupación mediados por profesionales que se caracterizan por una dosificación de las sesiones, un rol dinámico de control (entre moderador y los participantes), promoción de la participación sin imposición de estrategias.

Estos grupos de apoyo, también nombrados “grupos de intervención psicosocial” a su vez funcionan como instrumento de recolección de información (grupo focal o de discusión), permite la formación de redes de apoyo con vínculos sociales nuevos, por lo que son la

técnica más utilizada de este tipo de enfoque (Hernández-Sampieri et al., 2014); su importancia radica en los beneficios de compartir experiencias entre pares, impulsando a la ayuda en conjunto, caracterizándose por la cohesión grupal, el sentido de identidad y de pertenencia, el fomento a la resiliencia, la comunicación horizontal entre mediador y los participantes (Gracia-Fuster, 2011), los cuales se describirán a continuación:

Tabla 2

Propiedades de los grupos.

Propiedades de los grupos	Descripción	Referencias
Cohesión grupal	Es el proceso de unión entre diferentes personas para formar una grupalidad, manteniendo una fuerza consistente para lograr metas compartidas o similares. Impulsa la socialización entre pares, en la cultura, las instituciones y su sociedad, integrando a las personas para desarrollarse y fomentar el bienestar social.	Lascurain-Fernández et al., 2021 Rodríguez-Zafra y García-Galeán, 2022
Sentido de pertenencia e identidad	Se considera que la identificación es inseparable de lo grupal, desde que no puede haber un “yo” sin un “otro”, que a su vez nos lleva al “nosotros”, este componente confluye con la cohesión social dándole un sentido al ser humanos en su sociedad.	Chao-Barona, 2001 Loeza-Torres, 2024
Promoción de la resiliencia	Se le considera como un factor de protección al ser la capacidad de resistencia o de retornar a la forma anterior al sometimiento de una fuerte presión. Al promoverse desde la grupalidad el locus de control y el desarrollo de redes de apoyo, puede propiciar el fortalecimiento de las estrategias de afrontamiento y de recuperación.	Díez-Sanz, 2019 Riquelme-Lobos y Raipán-Gómez, 2021 Gallego-Vega et al., 2018
Rendimiento grupal	Es un modelo en el que los recursos psicosociales de las personas, los vínculos sólidos y el objetivo de las actividades, permitirá la optimización de los propósitos del grupo, permitiendo su efectividad. Ejecutar una o varias acciones en conjunto propiciará	Blanco et al., 2005 Cartwright y Zander, 2005

	beneficios en distintas áreas vitales desde lo individual hasta lo social.	
--	--	--

Nota: Elaboración propia.

Con base en estos constructos teóricos del modelo de SMC se construyó un plan de intervención de tipo psicosocial, no siendo estrictamente diseñada bajo la metodología de la psicología comunitaria descrita por diferentes autores (Montero, 2004b), pero buscando la flexibilidad propia de los modelos comunitarios, reconociendo el protagonismo de los participantes y teniendo el psicólogo un rol facilitador.

En conclusión, las propiedades de la intervención psicosocial grupal permitieron generar un plan de acción orientada a la salud mental, que permitió comprender el desempleo y su relación con los signos de la depresión y la ansiedad, así como implementar el mencionado proyecto para abordar la problemática y evaluar su efectividad. La metodología del presente programa se describe en el siguiente capítulo.

Capítulo 3

Método

3.1. Diseño de investigación

La presente investigación tiene un enfoque metodológico cualitativo con apoyo estadístico de alcance estrictamente descriptivo, esto debido a que se considera indispensable darle un orden, significado y estructura a la experiencia de las personas para interpretar los fenómenos sociales y aproximarse a la comprensión de ciertas situaciones problemáticas en las personas o grupos humanos, pero no siendo determinantes, ni explicativos, el uso de los datos obtenidos de los instrumentos, sino apoyo en la construcción de estrategias psicosociales y para crear un perfil situacional preliminar (Flick, 2015; Denzin y Lincoln, 2018).

Es un estudio transversal debido a que se obtuvo la información en un espacio y tiempo determinado; inductivo ya que de la información obtenida se han construido descripciones teóricas y se buscó comprender el fenómeno desde la realidad de los participantes, por lo que no existen hipótesis por resolver (Blanco y Rodríguez-Marín, 2007).

Se creó una intervención psicosocial grupal en salud mental dirigida a la creación de redes de apoyo social a personas adultas que se encuentran desempleadas y su posible relación con aparentes signos de depresión y ansiedad. Se ha utilizado la perspectiva ecológica (Bronfenbrenner) de la psicología comunitaria para comprender y valorar el presente fenómeno del desempleo y su relación con la salud mental particularmente en la depresión y la ansiedad.

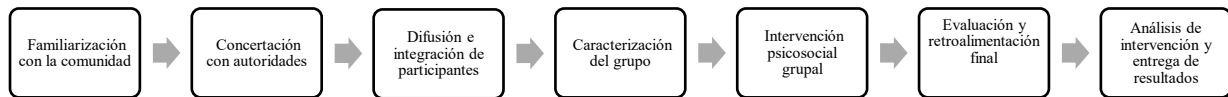
Se construyó un plan orientado a abordar la problemática descrita, partiendo de la pertinencia de trabajar con un grupo de la comunidad con la situación particular del desempleo, siendo la intervención basada en apoyo social (ver Anexo 6: cartas descriptivas)

con un total de 8 sesiones las cuales corresponden a los factores de bienestar descritos en el apartado 2.2 del capítulo: Referentes Teóricos y Conceptuales, siendo los temas: análisis de los problemas y soluciones, autoconocimiento y autoestima, el sentido de la vida y los proyectos, apoyo social, red de apoyo social y la autogestión de las redes de apoyo social, así como una introducción reflexiva acerca de la salud mental derivada del desempleo, y un cierre con retroalimentación de los temas planteados.

Se utilizó también como medio de recolección de información, ya que se considera que las interacciones entre un moderador o facilitador (sin vínculos anteriores) y un grupo de personas de tamaño reducido (de 6-10 participantes) con relación al fenómeno de estudio, pueden desarrollar discursos de manera lógica y natural en el proceso de intervención, el facilitador dinamiza al grupo, motivando a dialogar acerca de opiniones, pensamientos, percepciones, ideas encontradas, valores y juicios acerca de la problemática, se promueven las preguntas abiertas a responder con la experiencia más acercada a su comprensión (Hernández-Sampieri et al., 2014), esta metodología se ajustó a las personas de la comunidad con la que se trabajó ya que esta se va construyendo en particular para abordar la especificidad de la situación problemática y una vez inmerso en el escenario (Bernal-Torres, 2010; Muñoz-Rocha, 2015). A continuación, se muestran las fases de la investigación (Ver Figura 1) que describen el procedimiento llevado a cabo durante el desarrollo de la intervención con la población:

Figura 1

Fases de la investigación



Nota: Figura de elaboración propia.

1. Familiarización con la comunidad: El facilitador se presentó en la Ayudantía Municipal de Ahuatepec con el fin de mostrar el proyecto de investigación. Para hacer el proceso de familiarización, se solicitó permisos para el uso de instalaciones y realizar actividades concernientes a la salud mental de los habitantes del poblado. A partir de este proceso se encontró la problemática más sobresaliente expresada por los habitantes y refiriendo ser una causante de situaciones problemáticas. Con base en la información se creó el programa de intervención.
2. Concertación con autoridades: Una vez concluido y aprobado el programa de intervención por autoridades académicas, se hizo una reunión con las autoridades del poblado de Ahuatepec, el ayudante municipal y el comisario ejidal, con quienes se presentó el proyecto, se mostraron los objetivos, propósitos y los beneficios a la comunidad. Se solicitó los permisos necesarios para permitir el uso de espacios públicos dentro del poblado. Así mismo se dio una copia del formato de Consentimiento Informado que se presentó a los participantes.
3. Difusión e integración de participantes: Se difundió publicidad impresa y digital (Ver Figura 2 en Anexos) para la integración de participantes de la intervención por distintos medios permitidos por las autoridades del poblado de Ahuatepec. Los

carteles impresos se colocaron en lugares estratégicos, es decir, escuelas, centros culturales, clínicas de salud, centros de reunión comunitaria, entre otros. Una vez finalizada la intervención se retiraron los carteles para evitar la propagación de basura en el poblado.

4. Caracterización del grupo: Se realizaron entrevistas individuales con las personas interesadas en participar para recabar los datos sociodemográficos y analizar el interés de participación, a su vez se aplicaron los instrumentos de medición psicológica para elaborar un perfil situacional preliminar.
5. Intervención psicosocial grupal: Se seleccionaron a los participantes, quienes fueron convocados a dos sesiones semanales para la aplicación de la intervención a modo de taller y grupo de apoyo, con la finalidad de analizar la situación problemática como comunidad, indagar los recursos y herramientas personales y grupales para solventar la cuestión, crear redes sociales de apoyo, centrarse en el análisis de la realidad, discusión de opiniones y formulación de estrategias de solución. Durante el proceso de selección se presentaron personas que no cumplían los criterios de inclusión, por lo que fueron canalizados a servicios de apoyo externo y especializado, estos presentes en la misma comunidad y que previamente se habían concertado para el trabajo de referencia.
6. Evaluación y retroalimentación final: Se aplicaron los instrumentos de evaluación en los participantes para analizar los resultados de la intervención en la última sesión de trabajo, así como se dio un cierre a la intervención con una recolección de las opiniones de los participantes de lo vivido durante el proceso.

7. Análisis de intervención y entrega de resultados: Se evaluó el resultado final de la intervención y se elaboró el informe de trabajo. Se presentaron los resultados de la intervención a la comunidad y a las autoridades del poblado de Ahuatepec.

3.2. Instrumentos de recolección de datos e información

Se aplicaron los siguientes instrumentos de medición psicológica en los participantes de la intervención: Inventario de Depresión de Beck-II y el Inventario de Ansiedad de Beck. Se realizó en dos ocasiones, en un primer momento para elaborar el perfil situacional preliminar de los participantes que se utilizó a su vez para contemplar los criterios de inclusión y en una segunda ocasión con el fin de comparar resultados.

Se utilizaron las siguientes pruebas psicológicas con la intención de explorar y describir las percepciones del estado de ánimo de los participantes y lo que provoca en sus sensaciones el desempleo, debido a que estos instrumentos son de autoaplicación y permite describir a posteriori la intersubjetividad de las personas acerca del fenómeno del desempleo en el presente desde una metodología cualitativa, en un primer momento antes de la intervención y posterior a la misma, esto como apoyo con alcance descriptivo para respaldar la información obtenida.

Para la recolección de la información se utilizó a lo largo de la intervención una entrevista semiestructurada de preguntas abiertas con la intención de impulsar la participación y recuperar la mayor cantidad de información manifestada por los participantes en un entorno de libre diálogo no coaccionado y entre pares, se acompañó a su vez con la elaboración de notas del diario de campo para reforzar lo encontrado en las sesiones.

Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II) e Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)

El BDI-II creado por Aarón Beck, en el año 1961 y actualizado en 1996 es el instrumento de medición de la depresión más utilizado internacionalmente, el cual entre los años 2002 y 2013, superó en cantidad de referencias de estudios e investigaciones a otras escalas (*Hamilton Rating Scale for Depression* y la Escala de Depresión de Zung); se encuentra validada para su aplicación individual y grupal (Sanz et al., 2014) y en población del sur mexicano (Rosas-Santiago, 2020).

La prueba psicométrica consta de 21 reactivos con afirmaciones para ser respondida en opción múltiple, las cuales catalogan según la puntuación correspondiente, los grados de depresión: problemas situacionales o depresión mínima, leve, moderada y grave, los cuales corresponden a la descripción de los episodios depresivos (APA, 2014). Además, analiza los aspectos más representativos de la depresión, abarcando los signos afectivos, cognitivos, conductuales y psicosociales (Beck y Steer, 2011).

El BAI fue creado por Aarón Beck en el año de 1988 y actualizado en 1996, consta de 21 preguntas a contestar de opción múltiple, y permite medir los grados de ansiedad. Estudios realizados desde 2009 hasta 2011, han mostrado que el presente instrumento de evaluación de la ansiedad es el más recurrido en las clínicas hispanoparlantes, esto debido a que funciona para diferenciar la ansiedad de la depresión, se ha encontrado validez y confiabilidad en sus últimas revisiones y adaptaciones en Latinoamérica (Sanz et al., 2012).

Los ítems hacen referencia a los signos más significativos de la ansiedad abarcando aspectos fisiológicos, cognitivos, y emocionales (Beck y Steer, 1993). Los puntajes permiten

visualizar el grado de ansiedad como: mínima, leve, moderada y grave, también el inventario ha sido validado para su aplicación en población mexicana (González et al., 2015).

Cabe mencionar que la intención del uso de estos instrumentos no es diagnosticar sino crear un perfil preliminar de las personas basado en sus percepciones sobre su salud mental y ser un respaldo para poder describir el fenómeno de estudio.

Entrevista semiestructurada

El presente guion de entrevista semiestructurada (ver Tabla 3) fue realizado con base en los objetivos previstos a cumplir por sesión, los datos sociodemográficos durante la etapa de selección y los resultados de la aplicación de los inventarios Beck (BDI-II y BAI). Se utilizó este instrumento de recolección de la información debido a su flexibilidad en su creación ya que esta puede ser focalizada a los participantes, guardando un orden y redacción propias de la entrevista estructurada, pero centrada en el tema de estudio, está a su vez sirve de base para preguntas espontáneas para poder profundizar y con ello explorar con mayor claridad factores determinantes de la situación problemática; su uso se recomienda en la investigación basada en experiencias de los participantes, dándoles libertad de expresión y con esto enriquecer la información captada (Bernal-Torres, 2010; Muñoz-Rocha, 2015). Se aplicó durante las ocho sesiones de intervención, dirigidas al grupo con la intención de motivar a la reflexión y expresión de información que sería anotada en notas transcritas en el diario de campo y utilizada para el análisis de los resultados.

Notas de diario de campo

Debido a que a las sesiones de intervención no fueron grabadas, se requirió del uso de un diario de campo en el cual se tomaron notas de la observación más relevante de lo

manifestado por los participantes, quedando organizado en una matriz de fragmentos discursivos para realizar la técnica de análisis del contenido clásico, en la cual se crearon dimensiones de análisis con base en las narrativas, textos y ejercicios hechos durante el estudio (Cáceres, 2003). Se utilizó ya que al usar un grupo de enfoque o de discusión, permite que la información y el tratamiento de los resultados sean detallados, reduciendo en el proceso costos y de tiempo, además que es una técnica flexible que permite la exploración de los contenidos (Piza-Burgos et al., 2019).

Cabe resaltar que en el diseño de las sesiones de la presente intervención (ver anexo 6: Cartas descriptivas), se decidió aplicar las técnicas “árbol de los problemas” y “árbol de las soluciones” como estrategia de ejercicio individual, ajustada para visualizar la situación problemática del desempleo en su entorno próximo, con ello analizar cómo los participantes percibían sus sistemas sociales, por tanto, no se usó como fase de la investigación.

3.3. Participantes

Se trabajó con una población muestra de 10 adultos que estaban sin empleo, de entre 29 y 60 años de edad, ambos sexos, originarios o residentes del poblado Ahuatepec, municipio de Cuernavaca (Morelos). Las personas, aunque reportaron haber manifestado signos depresivos y ansiosos, no fueron diagnosticadas clínicamente con algún trastorno psicológico, ni previamente ni durante la intervención, debido a que no era parte de los objetivos del presente proyecto.

Se llevó a cabo un muestreo por conveniencia del tipo no probabilístico, debido a que las personas participantes no fueron elegidas al azar, y se esperaban ciertas características de

la población, como no estar trabajando y reportar aparentes signos depresivos-ansiosos previo al inicio de la intervención (Hernández-Sampieri, 2014; Muñoz-Rocha, 2015).

Criterios de inclusión:

- Personas de ambos sexos de edades entre 18 a 60 años de edad.
- Reportaron estar sin empleo, en búsqueda o en espera de respuesta de contratación, que estuvieran desde un día en el desempleo.
- Originarios y/o residentes del poblado de Ahuatepec, Cuernavaca (Morelos).
- Las personas reportaron estar percibiendo síntomas de depresión y ansiedad.

Criterios de exclusión:

- Personas menores de edad y personas adultas mayores (fueron canalizados a la asistencia correspondiente previamente pactada).
- Personas que reporten haber sido diagnosticadas con depresión profunda (distimia, ciclotimia, trastornos bipolares), con rasgos de tendencia suicida y/o psicótica, adicción por consumo de sustancias, que necesiten una atención psicológica especializada y/o psiquiátrica (fueron canalizados a las instancias pertinentes).
- Que tengan actualmente un autoempleo fijo, subcontratados, *outsourcing* o *freelance*.

Tabla 3

Entrevista semiestructurada por sesiones.

Sesión	Objetivos	Preguntas
Bienvenida e introducción	1. Promover la integración de los participantes, para propiciar un clima de sintonía y armonía grupal. 2. Realizar un perfil situacional grupal de las personas que serán atendidas. 3. Introducir a la población acerca de los signos depresivos y ansiosos.	¿Cuál es la razón de estar aquí y que esperan de este grupo de apoyo? ¿Cuáles serían los acuerdos de convivencia que proponen para trabajar en confianza y armonía? ¿Qué conocen acerca de la depresión y la ansiedad?
Análisis de los problemas y soluciones	1. Revisar el uso personal del pensamiento absolutista ante las situaciones problemáticas diarias. 2. Analizar las soluciones previamente intentadas para resolver su situación económica y psicosocial. 3. Elaborar un plan de trabajo individual y grupal de solución de problemas ante situaciones estresantes.	¿Qué se llevaron de lo que vivimos ayer? ¿Cómo hacen para resolver sus problemas? ¿Qué les da más paz para tomar decisiones? ¿Qué está bajo su control resolver?

Autoconocimiento y autoestima	1. Relacionar la capacidad de autoconocimiento con las dificultades presentadas durante los análisis con la conciencia de a mayor conocimiento pueden salir de su situación problemática. 2. Aplicar ejercicios de promoción de la autoestima y compartir experiencias al grupo de apoyo.	¿Qué produce el desempleo en sus vidas? ¿Por qué es importante conocerme? ¿Qué fortalezas poseen? ¿Qué oportunidades para mejorar poseen? ¿Qué debilidades tienen? ¿Qué amenazas sienten que impiden que mejoren?
El sentido de la vida y los proyectos	1. Analizar el concepto de “sentido de vida” de manera individual y grupal, así como centrarse en la situación personal. 2. Crear un proyecto de vida con base en metas de vida a corto, mediano y largo plazo.	¿Cómo se sienten en el grupo? ¿Qué es el sentido de la vida? ¿Han realizado alguna vez metas de vida?
Apoyo social	1. Describir conceptos clave del apoyo social para ser discutidos en la sesión. 2. Reconocer la existencia de una red de apoyo personal y grupal. 3. Practicar la comunicación efectiva y afectiva entre los compañeros de intervención, para ser aplicada en las relaciones sociales.	¿Cómo se sintieron al realizar un proyecto de vida? ¿Tienen apoyo de las personas que les rodean? ¿Por qué son importantes los vínculos afectivos en la vida? ¿Qué pueden hacer para mejorar su comunicación?
Red de apoyo social	1. Organizar una propuesta de red de apoyo social entre los participantes. 2. Analizar las necesidades sociales del ambiente para la comprensión del entorno sociopolítico de la comunidad, conocer lo que hace falta en el poblado para mejorar la situación vivida.	¿Cómo han logrado superar el desempleo en el pasado? ¿Qué apoyo poseen de parte de las instituciones? ¿Qué demandarían a las autoridades locales para mejorar su comunidad? ¿Qué virtudes poseen?

La autogestión de la red de apoyo social	1. Analizar las virtudes individuales de cada participante y cómo estas colaboran entre sí para potenciarlas en grupo. 2. Construir una red de apoyo social autogestionada por los participantes de la intervención.	¿Qué harán con las virtudes que tienen? ¿Qué virtud les identifica como persona? ¿Qué pequeña cosa han hecho hoy para sentirse satisfechos y agradecidos? ¿Cuál es la virtud que caracteriza al grupo?
Cierre y retroalimentación	1. Dialogar entre los participantes acerca de impresiones acerca de la intervención, así como sus expectativas a futuro. 2. Concretar bases del seguimiento de una red de apoyo social.	¿Qué se llevan en sus vidas de lo vivido en el grupo? ¿Qué beneficios traerá a sus vidas la experiencia en el grupo? ¿Cómo podrían dar seguimiento a los aprendizajes de este grupo?

Nota: Elaboración propia.

3.4. Técnicas de análisis e interpretación de la información

Para el procesamiento de resultados se utilizó la técnica de análisis del contenido clásica con el fin de realizar un proceso de exploración y comprensión del fenómeno de estudio, su intención es la de convertir la información expresada por los participantes (expresiones verbales, textuales, ejercicios visuales, videograbaciones, entre otros) en recursos estructurados que se puedan analizar, desde la complejidad, pero a la vez sintetizar lo contenido en categorías que se codifican para la inferencia de resultados y conclusiones (Cáceres, 2003). Cabe mencionar que las sesiones no fueron grabadas por lo que se utilizaron notas transcritas de los discursos manifestados y los ejercicios escritos por los participantes para realizar la mencionada técnica de análisis.

Para la codificación de los discursos y el contenido textual de los ejercicios se hizo de la siguiente manera, ejemplo: “Participante 1, Sesión 3”, se referencia como: P1, S3; “Participante 8, Sesión 2”, equivale a “P8, S2”; se transcribió tal cual fue plasmado en los ejercicios escritos y las expresiones verbales de los participantes. La selección de textos y discursos realizados durante las sesiones de intervención, se basaron en los criterios de frecuencia y relevancia al considerarse representaciones psicológicas significativas de las personas, mostrando cómo perciben el contexto y su relación con este; por tanto se construyeron las interpretaciones a través de la estructura y selección de la información relacionada con el desempleo, la salud mental y las redes de apoyo social que son el objeto de análisis (Flick, 2015; Ruiz-Bueno, 2021), basadas para su comprensión en la teoría del modelo ecológico.

Para el análisis de los datos recolectados en la aplicación de los inventarios BDI-II y BAI, se vació la información en una base del *Statistical package for the social sciences* (SPSS),

con el fin de realizar una estadística descriptiva, así como comparar y analizar los resultados obtenidos durante la intervención.

Se llevo a cabo una triangulación de la información a través de las siguientes fuentes:

- Resultados de los inventarios BDI-II y BAI, previo al inicio de la intervención y en la conclusión de esta para el registro de los cambios observados y se analizaron los ítems con mayor calificación.
- Documentos de los ejercicios realizados en las sesiones; FODA, árbol de los problemas, árbol de las soluciones, escribir metas a corto, mediano y largo plazo, escribir un proyecto de vida, identificar virtudes, análisis de la red de apoyo social.
- Notas del diario de campo con base en las respuestas de los participantes a las preguntas de la entrevista semiestructurada durante el desarrollo de la intervención psicosocial grupal, estas fueron realizadas al colectivo de personas con libertad de expresión y de participación.

Esto procedimiento permitió una profundización del contenido de las expresiones manifestadas por los participantes, desde las experiencias particulares acerca de sus percepciones acerca del desempleo, su salud mental y la red de apoyo social que perciben; logrando con ello realizar una categorización de la información manifestada, logrando así poder describir y comprender la situación problemática buscada en esta investigación.

3.5. Aspectos éticos que se contemplan en la intervención

El investigador es responsable de la conducción ética de la investigación sobre las personas bajo su supervisión, según lo estipulado en el artículo 4 del Código Ético del Psicólogo.

Dentro de estas responsabilidades se estipula que los instrumentos de investigación serán válidos, actualizados y acorde a los fines de la investigación, usando procedimientos científicos y conocimientos profesionales en el área, como lo consideran los artículos 15 y 16 (Sociedad Mexicana de Psicología, 2010).

La presente intervención utilizó el Inventario de Depresión de Beck II y el Inventario de Ansiedad de Beck en sus versiones actualizadas y validadas en población mexicana, ya que se reconoce que estas pruebas psicométricas han sido elaboradas bajo otro contexto, por lo que se busca una aplicación adaptada y acorde a las necesidades de la población de estudio (Blázquez et al., 2020; Rosas-Santiago et al., 2020).

Previo a la ejecución de la intervención, se les entregó por escrito un consentimiento informado a todos los participantes (ver Anexo 2: Consentimiento informado), esto con el fin de que las personas estuvieran enteradas de los propósitos, objetivos y procedimiento del grupo de apoyo psicológico según lo establecido en el principio de Consentimiento Informado en el Código de Nuremberg, la Declaración de Helsinki y la pauta 9 de las Pautas Éticas Internacionales para la Investigación Relacionada con la Salud con Seres Humanos (CIOMS, 2016; Asociación Médica Mundial [AMM], 2017; Arroyo, 2017; INSP, 2021; Lascano-Angulo, 2023). Se contemplaron dentro del documento los siguientes aspectos:

- Claridad en la redacción, se leyó y se aseguró de que los participantes comprendieron lo plasmado en el consentimiento. Una vez firmado, se les entregó una copia.
- Dentro del contenido estaba plasmada la información pertinente acerca de la participación voluntaria, no coerción por terceros y la duración de la intervención.

- Se mencionó acerca del resguardo bajo estricta confidencialidad de los datos, información y respuestas de los documentos usados antes, durante y después de la intervención, además de que serán utilizados con fines estadísticos y científicos.
- Aclaración de que no hay beneficios materiales.
- Libertad de terminación voluntaria del estudio sin consecuencias de ningún tipo. A su vez que se podía solicitar el retiro por circunstancias que no se apeguen a los objetivos o vulneren a los participantes durante la intervención.
- Servicio de canalización para asistencia especializada en caso de requerirse (para el caso de las personas que no cumplieron con los criterios de inclusión).

A su vez el Código Ético del Psicólogo refiere en los artículos 36 y 49 que se protege la identidad, integridad y la información personal obtenida de los participantes, así como velar por proteger su dignidad y bienestar. Las pruebas fotográficas fueron alteradas (rostros y nombres en los ejercicios realizados) en el momento de ser tomadas, para proteger la identidad de los participantes, así como se resguardaron los archivos en formato JPG dentro de una carpeta comprimida con contraseña, en una memoria extraíble USB.

El artículo 71 menciona que se respetarán a los participantes y no serán objeto de discriminación, racismo, explotación o engaño, bajo la supervisión del psicólogo durante las evaluaciones e intervenciones realizadas (Sociedad Mexicana de Psicología, 2010). Se buscó cumplir con los principios de bienestar, no maleficencia, protección de la vida y la salud de las personas, por tanto, minimizar los riesgos y maximizar los beneficios, esto debido a que todas las personas sin importar su situación merecen ser respetados, promover sus derechos, buscando cumplir a su vez con los Principios Éticos Básicos plasmados en el Informe de Belmont y en *The Oxford Handbook of International Psychological Ethics* de Respeto a las

personas, Beneficencia y Justicia (INSP, 2021; Ferrero et al., 2012), como también lo refiere la Declaración de Helsinki en su artículo 9 (AMM, 2017).

La intervención psicosocial fue creada con criterios para la elaboración de diseños de investigación basado en metodologías científicas, actualizadas y justificadas con evidencia sólida que contribuyen en el conocimiento de la psicología como ciencia, basado en la primera pauta ética internacional en investigación con seres humanos (CIOMS, 2016). El programa de intervención fue supervisado por profesionistas expertos en la materia, validando su planeación, diseño y ejecución en la población.

Se buscó que el psicólogo comunitario tenga una función de enlace y facilitador, con el fin de alcanzar el objetivo ideal de la transformación social. Esto llevará a la promoción de la participación y el compromiso de los participantes, así como promover sensibilidad a la realidad de las personas. A su vez el programa de intervención se fue adaptando durante el proceso, esto debido a que se iba adecuando a los requerimientos de la población, basándose en la dimensión ética de la psicología comunitaria como lo expresa Montero (2004b):

La concepción ética pasa por el carácter incluyente del trabajo comunitario, en el cual se busca integrar, respetando las diferencias individuales, en lugar de excluir o de apartar. La comunidad como grupo o conjunto de grupos organizados tiene voz propia, y sus miembros activos cuentan con capacidad para tomar y ejecutar sus propias decisiones, tienen la capacidad y el derecho de participar. (p. 46)

Durante el transcurso de las sesiones se buscó el respeto de todas las opiniones expresadas por los participantes, en un primer momento se realizaron “Acuerdos de Convivencia”, esto con la intención de que la comunidad desarrollara sus propios lineamientos a respetar, en vez

de ser impuestos por el facilitador (Rosa-Dávila y Mercado-Sierra, 2020). Se mantuvo una comunicación horizontal entre el psicólogo y los participantes, distanciada de las posiciones de jerarquía como dirigente del grupo de apoyo que atiende una comunidad con características de vulnerabilidad, la intención fue respetar la protección de los derechos de las personas ante una situación vulnerable como lo es el desempleo, decretado en el Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud (2014). Por lo que se aclaró que la intención del proyecto no era conseguir empleo, sino formar un grupo de apoyo psicológico para trabajar con las percepciones acerca de la depresión y la ansiedad producidos por el desempleo.

Durante el proceso de selección de participantes se presentaron personas interesadas que no cumplían los criterios de inclusión, en dos casos por salir dentro de los rangos de edad comprendidos entre los 18 y 60 años de edad y uno por padecer padecimientos aparentemente psiquiátricos, por lo que se ofreció el servicio de canalización a instancias previamente pactadas a servicios de salud mental, esto con la intención de cumplir con la pauta 6 acerca de la transición de participantes de los procesos de investigación (CIOMS, 2016).

La importancia de la presente intervención se fundamenta en lo que refiere Cantera-Espinosa (2004), acerca de la efectividad de esta se basa en buscar métodos que propicien los beneficios de la participación de las comunidades, en la posición del facilitador dentro de la comunidad como parte sustancial para promover la colaboración de las personas, mostrando confianza, competencia, credibilidad moral y profesionalismo. La ética por tanto en las intervenciones comunitarias fomenta la transparencia de las actividades, contribuye en el éxito a largo plazo, beneficios visibles y encamina a nuevos proyectos que fortalezcan el tejido social.

Para finalizar este apartado, se menciona que la metodología descrita en este apartado tiene la intención direccionar la intervención psicosocial grupal con y desde las personas pertenecientes a la comunidad asistiendo a los postulados básicos de la psicología comunitaria, orientado la labor del investigador a vincularse con los participantes, reorientando las acciones para comprender el fenómeno de estudio desde una mirada ecológica, desde el supuesto de que los problemas psicosociales tienen que analizarse desde componentes individuales, incorporando características de tipo cultural, contextual, social y ambiental, otorgándole una relevancia a la relación de sí mismo con los otros (Arango-Cálad, 2017). A continuación, se presentarán los resultados de la intervención, la discusión surgida de los mismos y las conclusiones del estudio.

Capítulo 4

Resultados, discusión y conclusiones

4.1. Perfil situacional preliminar

Para la elaboración del perfil situacional preliminar, se llevaron a cabo tres etapas: reunión con autoridades, publicidad e integración de participantes y análisis de los resultados de inventarios Beck. En primera instancia se presentó las intenciones del programa al Ayudante Municipal de Ahuatepec, el cual fue cambiado hasta en tres ocasiones durante el proceso de familiarización (el cual se venía trabajando desde agosto de 2023), por lo que se gestionó en las tres administraciones diferentes.

Como parte de la primera etapa se oficializó el acceso a trabajar en el escenario concertando con la autoridad local el uso de espacios públicos y el permiso de llevar a cabo el proyecto en la comunidad, para esto se acordó una reunión con la H. Ayudantía Municipal de Ahuatepec, en la cual se presentaron los propósitos y objetivos de la intervención. Se solicitó permiso de publicar carteles de divulgación (físicos y virtuales en redes sociales oficiales del poblado) para la integración de participantes. También se entregó una copia del consentimiento informado que se les presentó a los voluntarios a participar y el programa de sesiones de la intervención psicosocial.

En un segundo momento se llevó a cabo la publicidad física (escuelas, iglesia, centro de salud y centros comunitarios) y en redes sociales de la ayudantía (Facebook) del día 9 al 15 de septiembre para la integración de participantes voluntarios. Se abrió la convocatoria de registro al grupo de apoyo del 9 al 22 de septiembre de 2024 dentro de las instalaciones y de manera presencial. En este espacio de tiempo se concertó una red de apoyo constituida por

profesionistas locales para la canalización al ámbito de la salud (médicos y psiquiatras) por recomendación de asesores.

En un tercer momento, se registró a las personas interesadas y se aplicó los inventarios Beck. Se realizó una breve entrevista para recabar los datos sociodemográficos de los participantes (Ver Tabla 4). Dentro de la misma, se procedió a preguntar acerca de los intereses personales y así poder analizar los criterios de inclusión y exclusión.

Durante el proceso de selección de los participantes, 10 personas fueron incluidas para colaborar en la intervención psicosocial. Tres personas no cumplieron los criterios de inclusión por lo que fueron canalizadas, dos por salir fuera de los rangos de edad y uno debido a que reportó alucinaciones.

A continuación, se puede observar en la tabla el desglose descriptivo de los datos sociodemográficos de los participantes.

Tabla 4*Datos sociodemográficos de los participantes*

Participante	Edad	Sexo	Estado Civil	Último grado de estudios	Número de hijos	¿Presenta alguna discapacidad o problema de salud?	Tiempo en el desempleo	¿Es nativo de Ahuatepec? En caso de no serlo, ¿cuánto tiempo tiene viviendo en el poblado?
1	50	Mujer	Divorciada	Secundaria	4 (1 fallecido)	No	2 semanas	No. Desde hace 34 años.
2	53	Mujer	Casada	Secundaria	3 (1 fallecido)	Hipertensión	2 semanas	Sí
3	37	Mujer	Soltera	Preparatoria	1	No	2 años	No. Desde hace 7 meses.
4	58	Hombre	Unión libre	Secundaria (trunca)	2	No	1 semana	No. Desde hace 13 años.
5	52	Mujer	Unión libre	Secundaria	3 (1 fallecido)	Artrosis degenerativa	1 semana	Sí
6	29	Hombre	Soltero	Secundaria	1	No	2 semanas	Sí
7	48	Mujer	Casada	Preparatoria	2	No	1 semana	No. Desde hace 22 años.
8	54	Mujer	Soltera	Primaria	3	Hipertensión	1 semana	No. Desde hace 9 años.
9	32	Hombre	Soltero	Universidad	0	No	1 semana	Sí
10	60	Hombre	Soltero	Preparatoria	2	No	1 semana	No. Desde hace 15 años.

Nota: Elaboración propia.

Se esperaba una muestra de población de entre 29 a 44 años de edad debido a que esta población representa alrededor de la mitad de las personas sin empleo, no obstante, la mayoría se encontraban en el grupo de entre 45 a 60 años. Se observa en los datos sociodemográficos que los rangos de edad de los participantes oscilan entre los 29 y 60 años de edad, siendo este grupo de edad distinto al que se especuló que se presentaría, ante los datos estadísticos del desempleo en Morelos (INEGI, 2021).

La participación en este proyecto en su mayoría fue de mujeres (así como interés de las personas canalizadas), coincidió con los porcentajes esperados por población sin empleo (INEGI, 2024). Como dato emergente tres mujeres reportaron haber perdido un hijo, y 9 de los 10 participantes son padres y madres, lo cual se puede pensar que el tener a cargo familiares son los principales motivantes para buscar empleo y mejorar su salud mental.

Se reportó que 9 de los 10 participantes solo tienen educación básica hasta la preparatoria, reportando dos personas tener conocimientos prácticos de algún oficio, uno como albañil y otro como mecánico automotriz y un participante con universidad concluida en Arquitectura. Estos datos coinciden con los reportes estadísticos en el que más de la mitad de los habitantes adultos de Morelos poseen estudios de primaria y secundaria (INEGI, 2020). Se puede comprender la relación entre el desempleo y escolarización básica como un factor estructural que limita el desarrollo de las competencias en las personas, afectando su interacción con los sistemas sociales, dígase familia, escuela y el sector laboral que pueden generar desconexiones entre las capacidades individuales y las exigencias del macrosistema laboral cada vez en mayor aumento de demanda de habilidades en conocimientos, técnicas y valores (Van Zon et al., 2017).

Ninguno de los participantes presentó discapacidades, tres reportaron padecer enfermedades crónicas que frenan su condición física, pero no los incapacita para trabajar, consideraron que tampoco ha repercutido en su salud mental.

Los rangos de tiempo sin empleo que se reportaron en su mayoría no superaron las dos semanas, habiéndose dedicado con anterioridad al comercio informal en el poblado y no siendo su único momento sin trabajo. Solo cuatro de los participantes comentaron ser nativos de Ahuatepec, dos originarios del poblado colindante llamado Ocotepec y cuatro de otros estados de la República Mexicana.

Una vez entrevistados los participantes y firmados los consentimientos informados se procedió a la aplicación de las pruebas de evaluación de los grados de depresión y ansiedad reportados, esto como parte de la formulación de la caracterización grupal, donde se encontró que en su conjunto estas personas perciben rasgos aparentes de depresión y ansiedad moderados como se puede ver en la tabla 5, es importante resaltar que no se realizó un diagnóstico clínico individual o grupal, ya que no era parte de los objetivos de este proyecto, pero si se analizó la consistencia en las respuestas para ser consideradas en las sesiones de trabajo.

Tabla 5

Resultados globales de aplicación de inventarios

Instrumento	Media	Resultado
Inventario de depresión de Beck (BDI-II)	28.5	Depresión moderada
Inventario de ansiedad de Beck (BAI)	30.8	Ansiedad moderada

Nota: Elaboración propia con base en los resultados.

En el BDI-II sobresalieron 4 reactivos correspondientes a: disconformidad con uno mismo, la sensación de fracaso, la pérdida de energía y la dificultad para concentrarse. Mientras en el BAI resaltaron: inquietud, catastrofización, sensación de bloqueo psicológico y nerviosismo. Se puede pensar que los signos de salud mental que reportaron se concentran principalmente en las áreas cognitivas, los participantes tienen una tendencia a percibir la situación problemática caótica, debido a la sensación de urgencia de encontrar un empleo, también porque requieren cubrir necesidades básicas de subsistencia (Caicedo, 2021).

4.2 Análisis de resultados de la intervención

Los resultados se dividieron en tres dimensiones mostradas en la tabla 6, con categorías de análisis correspondientes que surgieron en el proceso, a continuación, se presenta la categorización de la información:

Tabla 6

Categorización de resultados

DIMENSIONES DE ANÁLISIS	CATEGORÍAS DE ANÁLISIS	FRAGMENTOS
Significado subjetivo del desempleo	Duelo por la pérdida del empleo	1 ejercicio escrito 3 narrativas
	El empleo como sentido de pertenencia e identidad	2 ejercicios escritos 3 narrativas
	Interrupción y creación de metas y proyecto de vida	7 ejercicios escritos 4 narrativas
Percepción de la depresión y la ansiedad	Percepción de alienación subjetiva	4 narrativas
	Reflexión del sentido de vida	7 ejercicios escritos 5 narrativas

	Distorsión cognitiva/Catastrofización de la situación del desempleo y sus repercusiones en su salud mental	1 ejercicio escrito 3 narrativas
	Disconformidad/Autocrítica negativa sensaciones derivadas del desempleo	5 narrativas
Percepción de la importancia de las redes de apoyo social	La cohesión social en el contexto de la grupalidad	5 narrativas
	Pérdida de los vínculos familiares promovida por el desempleo	3 ejercicios escritos 4 narrativas
	Percepción de las redes de apoyo social formales e informales	2 ejercicios escritos 3 narrativas
	Alienación social	3 narrativas

Dimensión 1: Significado subjetivo del desempleo

El trabajo posee funciones psicosociales en el cual las personas interactúan con su entorno al utilizar los recursos a su disposición, además de una ganancia económica por su fuerza laboral, este tiene la característica de ser parte fundamente en la construcción de la subjetividad, la identidad, permite la integración a la sociedad, crea vínculos experienciales significativos que permite funciones necesarias para la vida (Freyssinet, 2023). La pérdida del empleo ha implicado un duelo, una desconexión con el valor de lo que realizan se puede ver un discurso latente en el que se otorgan a sí mismos, la etiqueta de “soy desempleado”, la existencia se puede reducir a esta aseveración, que permuta en sentido mismo de identidad y pertenencia propagando sensaciones de alienación, en cambio, referirse a ellos mismos como una condición más no una esencia como decirse “no tengo empleo” posee una narrativa distinta que puede llevar a reestructurar las percepciones subjetivas que tienen acerca del factor en sus vidas (Juárez-García et al, 2020).

El sentido de pertenencia es primordial para lograr el sentido de identidad en un contexto social, que promueve el empleo ya sea al convivir con otros seres humanos en una empresa o desde

el autoempleo (Robles-Acosta et al., 2020). El desempleo en cambio desvincula a los adultos del mundo al percibirse como improductivos en el medio, con una sensación de no poder escapar por que necesitan el ingreso para sobrevivir (Loeza-Torres, 2024).

Se encontró que permite a los participantes formar metas de vida y por tanto un propósito de vida, del cual no estaban conscientes. Al tener una vida activa y productiva, se hallaron indicios de que las personas se perciben desvalijados de una parte modular en su existencia, dejar de hacer las cosas con propósito, de ahí cobra importancia el concepto de meta de vida y proyecto de vida (Suárez-Barros et al., 2018).

Duelo por la pérdida del empleo

Se detectó que la principal motivación de formar parte del espacio de intervención era la cuestión de la salud mental individual, en algunos casos confundiendo “grupo de apoyo” con “terapia grupal”, siendo esto último aclarado durante la entrevista inicial. Se observó una mayor preocupación por los signos de la ansiedad que por la depresiva, también en un primer momento vieron la pérdida del empleo como esa fuente de malestar, un ejemplo que ilustra esto se percibe en el siguiente comentario: *“Pues yo estoy aquí porque hace dos semanas hubo recorte en la empresa donde trabajaba, y no he podido conseguir trabajo, me he sentido muy mal”* (P9, S1).

Analizando las experiencias compartidas, las repercusiones en su salud mental, pueden ser impulsados por duelos sin resolver y los conflictos que viven en su círculo primario, por ejemplo, una participante comentó: *“(…) me ha sido difícil, hace poco me despidieron de mi trabajo, yo limpiaba casas, pero debido a que estoy a cargo de mi nieta, que se le murió su mamá, tengo que faltar debido a que se enferma o por juntas en la escuela y a veces no sé qué hacer”* (P2, S1).

Las repercusiones se observan a raíz de un sentimiento de pérdida subjetiva y social, vinculado al desempleo, ya que el trabajo posee para las personas un sentido de pertenencia a su entorno y así mismo, encontrándose secuelas psicológicas en el proceso del duelo, este último no tan estudiado, pero que destaca en su importancia de ser analizado a profundidad (Díaz et al., 2016; Climent-Rodríguez et al., 2025). Se identificó a través de las narrativas que los participantes manifestaban rasgos propios de las primeras etapas del duelo, dígame: negación, ira, negociación (diálogo interno intentando justificar la situación) y signos de depresión; a su vez que las estrategias de afrontamiento se encontraban limitadas, propiciando estados anímicos decaídos y ansiosos, de aquí que se catalogue como parte del duelo laboral (Castillo et al., 2018).

El empleo como sentido de pertenencia e identidad

El desempleo afecta el vínculo de las personas con la sociedad y con su identidad, pero a su vez con la pertenencia a los grupos humanos, sentirse parte del mundo, una “pérdida del estatus en el desempeño de una actividad laboral, lo que debilita la autovaloración y el concepto de sí mismo” (Tejeda-Parra y Burgos-Flores, 2021, p. 64). Se podría reflexionar que es una pérdida silenciosa de esta identidad y la pertenencia social.

Un punto clave para mejorar la salud mental y emocional es la pertenencia a los grupos el estado de ánimo que repercute en el bienestar general, el sostenimiento de relaciones sociales cordiales, estables y sanas, permite un equilibrio vital en las personas que están desempleadas (Ortega-Osma, 2021). Mencionó un participante acerca del objetivo de participar en el grupo de apoyo: *"Necesito conseguir o tener un empleo o negocio propio. Salir de la situación económica en que nos encontramos mi familia y yo. Tener mis propios ingresos sin depender de nadie. Tener una recuperación emocional y económica"* (P8, S4).

Con el pasar de las sesiones otro participante, manifestó: *"Me siento bien por ser útil, que a pesar de mi edad funciono, con achaques y todo, puedo trabajar y dedicarme a algo que me haga feliz"* (P5, S3). Retomando al grupo etario dentro de la intervención, se infiere que el sentido utilitarista de su mano de obra para trabajar es sustancial para una recuperación psicosocial en su sentido de identidad y pertenencia (Loeza-Torres, 2024).

Interrupción y creación de metas y proyecto de vida

En la cuarta sesión al revisar la creación de metas y proyecto de vida, se observó que a corto plazo los deseos de las personas es encontrar una solución a su economía, siendo estable y constante, por otro lado, la situación emocional se percibe como una meta a mediano plazo, por tanto, no la consideran en un primer momento como prioritario. Puede estar relacionándose con una voz interna de sobreexplotación, no percibida por los participantes, provocando una vaciedad en sus acciones diarias al tener un amplio margen de tiempo donde no han podido laborar (Camargo-Barrero et al., 2020).

La mayoría de los participantes no habían tenido la oportunidad de pensar en crear un proyecto de vida, por lo que al trabajo no se le otorgaba un sentido o significado. No obstante, con los ejercicios realizados en la intervención, se observó un cambio acompasado en el discurso: *"Yo ando queriendo emprender un negocio de mecánica, por eso llegué un poco tarde, ando en eso, pero luego los problemas hacen que me retrase, luego estoy solo aquí y pues si creo que necesito consejos para que todo ande bien"* (P10, S4). Se puede desprender de estas nuevas narrativas, que el empleo se observa como un medio y un fin vital (Sánchez-Jiménez, 2023).

Dimensión 2: Percepción de la depresión y la ansiedad

Se observaron en las narrativas de los participantes en las primeras sesiones de intervención diferentes aspectos acerca de la percepción que tienen acerca de sí mismos, por el lado de los rasgos depresivos se encontró principalmente la disconformidad personal, la sensación de fracaso y la pérdida de energía, manifestada en palabras como: “cansancio”, “hartazgo” y “enfermedad”.

Con respecto a la ansiedad se observó la inquietud e inseguridad en aseveraciones tales como: *“Tengo como nervios me ase falta el aire para respirar cuando estoy preocupada en cosas, mas que nada el dinero”* (P2, S3). Hay ideas catastróficas e ideas irracionales que en parte son reconocidas por los participantes, por ejemplo: *“Tengo miedos que realmente tal vez nunca pasen”* (P7, S3). En el bloqueo psicológico se puede encontrar en frases como: *“No sé cómo hacerle para estar mejor”* (P4, S1), *“(…) a veces no sé qué hacer”* (P7, S1).

Durante las primeras sesiones de la intervención se observaron cuatro aspectos que han repercutido en la salud mental individual de los participantes (consecuencias psicológicas por el desempleo), los cuales son la alienación subjetiva, la pérdida del sentido de vida, distorsión cognitiva y la autocrítica negativa.

Percepción de alienación subjetiva

En la tercera sesión se llevaron a cabo actividades de autoconocimiento y autoestima donde se dieron comentarios representativos acerca de su autopercepción, como: *“Se siente raro mirarse al espejo, normalmente miras lo malo, pero cuando te dices cosas bonitas cambia mucho tu cara”* (P5, S4). En la séptima sesión se habló de profundidad de las virtudes y los defectos desde la esfera individual, una participante comentó: *“La actividad me ha hecho sentirme desnuda”* (P1, S7), se puede entender que las personas al reconocerse con los otros en las diferentes sesiones se pueden

sentir vulnerables y por otro lado un sentido de extrañeza a su cuerpo, sus habilidades, acciones, formas de pensar sobre sí mismas que han contribuido a entenderse mejor (Prieto-Galindo, 2018; Villalobos, 2019).

Esta desvinculación con uno mismo y su entorno se puede ver en los siguientes fragmentos discursivos: *"Siempre me he sentido un estorbo para mi familia"* (P1, S5) y *"Estoy enojada con la vida, con todos los que me han abandonado, no entiendo porque he sufrido tantas desgracias, se murió mi papá y era el único que me apoyaba, no me siento en ningún lugar, no me ubico"* (P7, S2).

El grupo etario (de 40 a 60 años) manifestó la creciente preocupación de ser contratados, uno de los comentarios fue: *"por mi edad ya no me contemplan para ser contratada, en casi todos lugares piden personas con no tengan más de 40"* (P2, S6). Esto se relaciona con el problema del edadismo laboral en México, el cual se observa desde el ámbito de la discriminación al ver la vida laboral como perteneciente a la primera etapa de la adultez, existiendo una mirada estereotipada de las personas adultas maduras como factores negativos en la reducción de capacidades físicas y psicológicas para desempeñar un puesto; de esta reflexión derivó en que una de las soluciones propuestas para este grupo era migrar al autoempleo principalmente basada en soluciones pasadas (Roldán-Conesa, 2022).

Reflexión del sentido de la vida

En la sesión 4, se analizó el sentido de la vida y los proyectos existenciales, se observó cierta normalización del vacío, una falta de dirección vital, que les ha provocado, sensaciones como fracaso, culpa, disconformidad general con uno mismo y su contexto (Clark y Beck, 2012, Frankl, 2023). En las actividades realizadas se relataron vivencias donde no veían claridad en sus acciones,

la participante 5 manifestó: "(...) *sentirme desorientada, vacía sin dirección el ya no poder ser lo que antes era*" (P5, S2).

Los ejercicios que tenían la intención de llevar a cabo metas y un proyecto de vida motivaron a los participantes a una conciencia de la importancia de la construcción de un camino a su existencia y a la sensación de libertad interna a pesar de la condición económica desfavorable (Furman, 2021), un ejemplo es lo dicho en la sesión 4: "*El poder aprender a conocerme a mí mismo y dedicarme un poco de tiempo*" (P10, S4).

Se reflexionó en conjunto llegando a la conclusión de que el sentido no se da en situaciones extraordinarias, sino desde lo cotidiano se puede encontrar ese propósito de vida, el trabajo tiene sentido en sí mismo, lo que observaron los participantes es la falta de una introspección que será necesaria para mejorar su estado de ánimo (Suárez-Barros et al., 2018).

Distorsión cognitiva/Catastrofización de la situación del desempleo y sus repercusiones en su salud mental

La principal distorsión cognitiva manifestada por los participantes fue la catastrofización, donde las personas pueden percibir sus problemas como insoportables y lo peor que les ha sucedido, es imposible de resolver o enfrentar, encontrándose ideas irracionales por el sesgo cognitivo de las situaciones que vivencian, aunque estos son involuntarios debido a que no hay una conciencia de que se crean en automático, convirtiéndose en aseveraciones ilógicas y erradas (Beck et. al., 2010). Se observaron los siguientes ejemplos, que pueden ilustrar este punto: "*Mis ideas, sueños y anhelos son interrumpidos por los problemas que tengo hoy o del pasado*" (P8, S4), también; "*Le he hecho mucho daño a las personas que quiero me ha producido tristeza, enfermedad, ira, coraje, miedo*" (P6, S5).

En la segunda sesión, se trabajó en el análisis de los problemas y las soluciones, donde se observaron discursos absolutistas predominando una sobregeneralización negativa desde la situación, así como pensamientos dicotómicos, por ejemplo: “todo es igual”, “nada funciona”, “siempre pasa lo mismo”, entre otros, que invisibilizan el espectro de posibilidades de solución a sus problemas, por lo que se percibieron sentimientos de desesperanza e incluso indefensión (Díaz-Lozada y Díaz-Caballero, 2020).

No obstante, encaminada al uso de estrategias de afrontamiento de las ideas irracionales, analizar el pensamiento absolutista y las distorsiones cognitivas imperantes, gradualmente las personas, fueron cambiando de parecer con respecto a su situación con el desempleo (Martínez y Fernández, 2023). Logrando observar su red de apoyo social, las alternativas de trabajo a través de recuerdos de haber salido adelante económicamente con el comercio informal, que esto llevó a que varios integrantes del grupo se motivaran a emprender un pequeño negocio propio para empezar a generar ingresos (Menéndez-Roldán et al., 2021)

Disconformidad/Autocrítica negativa sensaciones derivadas del desempleo

El lenguaje autodespreciativo fue recurrente entre los participantes durante las primeras sesiones, incluyendo aseveraciones como: “*no tengo virtudes*” (P1, S2), “*me siento culpable por fallar como madre*” (P5, S2), “*me siento mal conmigo mismo, por no poder darle lo necesario a mi hija*” (P4, S2). Estas frases y palabras como “fracaso”, “tristeza”, “soledad”, eran recurrentes en los ejercicios escritos de autoconocimiento.

Los participantes asumían roles de culpa, consideraban ser los principales responsables de eventos negativos apartando el pensamiento de que otras personas o el contexto socioeconómico pudiera también estarlos afectando, se convirtieron las afirmaciones con una actitud negativa y en ocasiones pesimista (Beck et al., 2010; Ellis, 2010). Esta forma de creencias ha permitido la

formación de esquemas sesgados de la realidad que se vuelven hostiles hacia uno mismo, elevando la autocrítica a niveles que pudieran ser disfuncionales, llevando a posibles episodios depresivos y ansiosos (Nicolini, 2021).

Avanzadas las sesiones se fueron observando cambios, sobre todo en la descripción de habilidades y virtudes, donde imperó en el grupo las palabras: “generosidad” y “fortaleza”, definiéndose en conjunto como las virtudes que los caracterizaban. Esto puede deberse principalmente al trabajo de cohesión grupal, en el cual los vínculos y relaciones forjadas en el grupo de apoyo, permitió la retroalimentación entre los participantes, a modo de observación del otro, que permitió desde la opinión ajena apropiarse de términos positivos para integrarlos en su persona (Montero, 2004a; Zambrano-Calozuma y Estrada-Cherre, 2020).

Dimensión 3: Percepción de la importancia de las redes de apoyo social

Dentro de los objetivos de la intervención psicosocial se encuentra la promoción de la integración, compromiso y participación de las personas que son atendidas en su contexto, por tanto, es primordial que se fomente la cohesión grupal dentro de los participantes para que de inicio este proceso (Rosa-Dávila y Mercado-Sierra, 2020).

Se visualizó en un primer momento una percepción negativa acerca de las redes de apoyo social, respaldada por el pensamiento dicotómico, al aseverar que nadie los apoyaba en el desempleo, consideraron que su microsistema familiar era el principalmente afectado ante su situación problemática, ya sea como una red con la que no contaban o que había perturbado el sistema familiar con la dinámica que se había alterado (Estévez-López et al., 2011; Tejeda-Parra y Burgos-Flores, 2021), esto también puede deberse a las distorsiones cognitivas y la autocrítica negativa señaladas en la dimensión anterior.

Para las sesiones donde se hablaron acerca de la creación de redes de apoyo social, se encontraron diferencias en su percepción acerca de sus relaciones, dándoles la importancia que no habían logrado concebir. A continuación, se presentan las categorías de análisis encontradas:

La cohesión social en el contexto de la grupalidad

Durante la primera sesión grupal en la ronda de presentación de los participantes, dos integrantes necesitaron contención emocional, para lo cual hubo participaciones espontáneas de los miembros del grupo para realizar una intervención de apoyo mutuo. Se observó indicios de cohesión entre la mayoría de las personas del mismo sexo al finalizar la primera sesión, subsecuentemente se detectó integración a través de diferentes participaciones a través del apoyo emocional, compartiendo experiencias personales, así como conocimientos que pudieron ayudar a resolver situaciones problemáticas personales de los compañeros.

Los siguientes comentarios de los participantes muestran el proceso de integración grupal: *“Me siento acompañada”* (P1, S4), *“Soy introvertida, pero ustedes me dan seguridad”* (P2, S4), *“Veo que hay más personas con mis mismos problemas o hasta peores, eso me ayuda a ver hasta dónde estoy”* (P7, S4), *“Me cuesta compartir, soy muy reservado, y creo eso es una debilidad para conseguir una estabilidad”* (P9, S3).

A partir de la sesión 5 donde se integró la temática del apoyo social, se detectó la organización de diferentes participantes de movilizarse para emprender negocios para la recuperación económica, buscando la posibilidad de reactivar negocios anteriormente ejercidos de comercio informal en el poblado, aprovechando las oportunidades brindadas por las autoridades para tener un espacio en el tianguis semanal de la comunidad, por ejemplo. Así mismo durante las sesiones, se compartieron experiencias acerca de emprender negocios, manifestando los

sentimientos y pensamientos presentes durante el proceso de iniciar un negocio propio, esto como medida principal para salir de la precariedad económica resultante del desempleo (Rodríguez-Zafra y García-Galeán, 2022).

Desde un punto más positivo, el comentario antes mencionado de “(...) *sentirse desnuda*” (P1, S7), permiten que las personas se revelaran ante desconocidos, a modo de espejo con sus problemáticas, se puede especular que la soledad se empieza a disipar ante el sentido de compañerismo y cohesión social, identificación con los otros, a forjar el sentido de pertenencia, apoyo social fuera de la familia y los amigos (Lascurain-Fernández et al., 2021)

Pérdida de los vínculos familiares promovida por el desempleo

Durante el análisis de las redes de apoyo social, fueron pocos los participantes que manifestaron percibir soporte de sus familiares. Refirieron que los conflictos con la familia eran consecuencias directas de su desempleo, un ejemplo es el siguiente comentario: “*No hay dinero, no ay respeto con mis hijos*” (P1, S2), aquí la participante externa que ha fracasado en su rol como padre/madre, al no poder sostener económicamente a la familia, visto como un deber y obligación, tergiversado por la situación que están viviendo (Llosa et al., 2020).

Percibían la ruptura de estos vínculos debido a esta inestabilidad, otro ejemplo se ve en esta opinión: “*Una familia donde todo se centra en la posición económica que te encuentres, la raíz de muchos problemas es el conflicto con la familia de parte de mi papá, mis hijos están enfermos los dos de diferentes causas, tenemos desventajas económicas y ellos no han podido continuar sus estudios*” (P7, S2), este otro comentario, varios participantes confirmaron también haberlo escuchado : “*Mis hermanos me ha dicho cuando he necesitado ayuda: cada quien se rasca con sus uñas*” (P1, S5).

Las percepciones de hostilidad en su círculo primario de apoyo se manifestaron como este ejemplo: *“Mi familia me observa como si fuera un parásito, no podemos pedir ningún apoyo porque luego luego se ponen a la defensiva”* (P7, S5). Esto a su vez es una desvalorización de sus acciones, a la percepción de su posición en su contexto, asimismo se comprende que hay una invisibilización de las demás personas con las que cuentan (Árias et al., 2020), como lo dice la participante al preguntarse con quién ha contado para solucionar sus problemas: *“He podido hacer muchas cosas por mí misma sin esperar a que los demás me ayuden”* (P1, S3).

Percepción de las redes de apoyo social formales e informales

En las últimas sesiones, se logró observar la disminución del pesimismo sobre la percepción de sus redes de apoyo, encontrando la importancia de tener más conexiones sociales, que les permitirían mejorar su situación (Guarino y Sojo, 2011). Hubo participantes que se habían dedicado al comercio informal y compartieron sus experiencias, con cierta nostalgia, pero también con motivación, aunque referían que al principio es difícil y se necesita de inversión y *“mucha paciencia”*, la *“constancia y perseverancia”* eran características que les ayudaron a sacar adelante sus negocios.

Se manifestaron opiniones con contenido resiliente: *“Depende de uno salir de la negación de podemos solos con nuestros problemas, a veces si necesitamos de las personas”* (P10, S5), otro comentario con asertividad y desde el recuerdo de que en el pasado ha podido mejorar su situación económica es el siguiente: *“Yo le he buscado que vender, limones, guajes, ropa de paca, y ayuda mucho que tus hijos te acompañen, te da vergüenza si estas en el pueblo que te miren los vecinos, pero es más importante comer”* (P7, S6).

Los discursos de los participantes se detallaron cada vez más positivos, aunque con ciertas resistencias a observar una red de apoyo social más amplia, además se observó que veían soporte

moral y emocional fuera del microsistema, desde los servicios religiosos, perteneciente al mesosistema el cual se detalla más adelante (Gracia y Herrero, 2006; García-Torres et al., 2017).

Alienación social

Los participantes manifestaron que era poco o nulo el apoyo por parte de las autoridades de gobierno, concentrándose en ferias del empleo, donde a los que contratan en su mayoría eran menores de 30 años y otros con límites de hasta los 40 años de edad, encontrándose con situaciones del edadismo laboral que en el caso de su etapa vital lo está afectando al desplazarlos entre más edad tengan (Roldán-Conesa, 2022). También había desconocimiento por parte de algunas personas de que existen organismos gubernamentales como el Servicio Nacional del Empleo, o de la realización de las antes mencionadas ferias del empleo. Hablando de una deficiencia en la comunicación vertical, la difusión de los servicios prestados por la cabeza gubernamental local y estatal, entendiendo que el poblado de Ahuatepec es uno de los que contiene una considerable densidad poblacional y hasta cierto punto se sienta excluida.

Esta sensación relacionada con la alienación subjetiva provoca en los individuos una sensación de aislamiento, autoextrañamiento, desconexión cultural y social, que como se ha observado inicia desde el microsistema familiar y se expande hasta el macrosistema (observada en la desvinculación con las instituciones sociales), consecuentemente las repercusiones en la salud mental de los participantes se captan en los cuadros sintomáticos depresivos y ansiosos, como repliegue que está fuera de su control provocando sensaciones de impotencia e indefensión (Seeman, 2015).

Para trabajar esta desconexión con los sistemas en que se desarrollan, y con un enfoque desde la psicología comunitaria se promovió que los participantes expusieran cómo observan su

contexto, así como opinen sobre posibles soluciones en su localidad, se encontró que percibían la necesidad de una mejor comunicación con los organismos gubernamentales a nivel municipal y estatal principalmente (Arango-Cálad, 2017).

Categoría emergente:

Apoyo desde los servicios religiosos y la espiritualidad

En el análisis de las redes de apoyo social, algunos participantes consideraron como enlaces sustanciales a los grupos de reunión espiritual que tienen motivaciones de servicio al otro. La religión funciona a modo de comprensión de las situaciones complicadas, podría considerarse como un factor de bienestar y protección para las personas desempleadas, promoviendo a su vez resiliencia, sentido de vida y mejorar la percepción de la situación estresante (Irurzun y Yaccarini, 2018).

Algunos de los comentarios destacados con respecto a esta temática se encuentran en los siguiente: *"Mi familia es mi fortaleza, pero sobre todo el amor de Dios es mi fortaleza"* (P8, S3) y *"Bueno cuando estuve en una situación difícil con mi esposo, recibí ayuda al final de quien no esperaba, de gente de la iglesia, que no eran mi familia, ni amigos, solo se acercaron a mí, me apoyaron con dinero y moralmente"* (P7, S5).

El fenómeno del aspecto espiritual de las personas ha sido estudiado en diferentes momentos y recientemente en las investigaciones con respecto a la salud mental lo han tomado a consideración para fomentar la resiliencia de las personas ante situaciones problemáticas, se mira como una motivación para vivir con satisfacción y que incluso contribuye en la formación del sentido de vida, "tiene como meta orientar la conducta permitiendo trascender a la existencia cercana a un propósito y un sentido de vida más amplio" (Irurzun y Yaccarini, 2018, p. 61).

Desde la perspectiva ecológica se encuentran los servicios religiosos dentro del microsistema, que a su vez escalan en su influencia en el resto de los sistemas sociales, como psicólogo comunitario se detectan elementos comunes dentro del entorno, que permiten una comunicación fluida y a su vez permita integración desde la base cultural que se vive en poblado, recordando que este proceso es exploratorio y también contextual al hacer una inmersión en las comunidades (Ponce-Hernández, 2019).

Análisis desde la perspectiva ecológica

El desempleo visto desde la postura ecológica permite observar la interacción y la influencia de los sistemas sociales en los que se desenvuelven las personas, permitiendo un análisis de cómo son afectados o beneficiados dependiendo los tipos de vínculos existentes, a continuación, se presenta una síntesis de lo encontrado:

Tabla 7

Información encontrada en los sistemas sociales

Nivel	Contenido
Microsistema	La familia es el primer microsistema afectado, principalmente desde lo económico, perciben aumento en el estrés y alteran su estado de salud mental (que puede acentuarse más con antecedentes de situaciones críticas anteriores como duelos, pérdidas y relaciones conflictivas), así como debilitamiento en los vínculos familiares. Hay una visualización afectiva del círculo de amigos y grupos de apoyo locales quienes son los que mayormente estabilizan su estado de bienestar.
Exosistema	Es afectada por la percepción negativa de la red social de apoyo, donde se manifiestan sensaciones de exclusión o alienación social, falta de accesos a los recursos económicos y servicios básicos. Invisibiliza las herramientas a su disposición en la misma comunidad, como grupos de apoyo, subsidios locales, organizaciones vecinales, entre otros.
Mesosistema	El sentido de pertenencia e identidad en la comunidad es afectado, provocando pocas interacciones con los centros de apoyo para conseguir empleo o para atender situaciones de salud mental. A su vez la inseguridad percibida frena la expansión a buscar soluciones alternativas como el autoempleo, siendo necesario intermediarios como personas que motiven a

	emprender, integrarse a sociedades de trabajo o acceder a recursos financiados por los gobiernos locales.
Macrosistema	La influencia de las políticas públicas, las condiciones económicas del poblado, la falta de acceso a apoyos gubernamentales y la poca atención a las personas en su salud mental durante el tránsito del desempleo, se observa que afecta atravesando todos los sistemas sociales, componiendo un problema del cual no tienen control las personas y por tanto es necesario devolver la información desde el microsistema para promover la participación de quienes viven estas condiciones estructurales de vulnerabilidad y movilicen sus recursos para apoyar en el cambio social.

Nota: elaboración propia

En síntesis, cada uno de los sistemas sociales analizados influyen en la situación del desempleo, no siendo exclusivo de la dimensión individual, abarcando aspectos contextuales, estructurales, culturales y sociopolíticos, mostrando que es un complejo fenómeno de estudio que atraviesa desde la persona hasta la comunidad, y así como se conectan los diferentes medios, estos tienen el potencial de crear redes de apoyo que abarcan, la familia, los amigos, los vecinos, grupos pequeños de la comunidad, la localidad hasta las instituciones (Climent-Rodríguez y Navarro-Abal, 2024).

Resultados post intervención

Concluida la intervención se aplicó nuevamente los inventarios BDI-II y BAI para observar diferencias con la primera aplicación. Se utilizó el cálculo de la media aritmética para describir las impresiones grupales, encontrándose en el caso de los signos de la depresión una reducción, moviéndose la percepción de depresión moderada a leve; la ansiedad conservó el estatus de moderada, no obstante, la calificación se redujo con respecto a los anteriormente plasmados.

Tabla 8

Comparación de resultados de pruebas psicológicas previo y posterior a la intervención

Fase de evaluación	Media (BDI-II)	Resultado	Media (BAI)	Resultado
Pretest	28.5	Depresión moderada	30.8	Ansiedad moderada
Posttest	15	Depresión leve	17	Ansiedad moderada

Se observó que a diferencia de la primera aplicación del BDI-II aparecieron tres ítems distintos, los cuales se encontraban en una media. La disconformidad con uno mismo se encontraba como el síntoma más frecuente, ahora se encuentra entre los menos frecuentes. Mientras que el pesimismo pasa a la última posición de calificación. Los cuales se pueden comprender como una mejoría en la autopercepción de sus vidas con respecto a la situación problemática.

En los resultados de BAI, se observó aumento de la percepción del nerviosismo, una leve disminución de la inquietud e incapacidad para relajarse, esto puede indicar más allá que exista un incremento en los signos una comprensión mejor de lo que sentían los participantes dándole un orden a sus percepciones acerca de su ansiedad.

En resumen, el análisis de los resultados de la presente intervención ha permitido encontrar hallazgos con respecto a la comprensión y descripción del fenómeno del desempleo en el contexto de las personas adultas del poblado de Ahuatepec, que permiten visibilizar la problemática actual que presentaron los participantes. Se interpretaron los discursos y narrativas desde un enfoque psicosocial, aproximándose a las percepciones de cómo están configuradas las redes de apoyo en el contexto familiar y comunitario, con ello desarrollar supuestos relacionados con la teoría encontrada que puedan construir nuevas estrategias de abordaje y análisis de la situación presentada.

4.3. Discusión

En esta investigación se buscó diseñar una intervención psicosocial en salud mental para analizar la depresión y la ansiedad de un grupo de habitantes de Ahuatepec que actualmente se encuentran en desempleo, analizado desde el modelo ecológico (1987), debido a la pertinencia del estudio en su contribución.

Los estudios más recientes acerca de la precariedad laboral han indicado que los factores de estrés afectan a las personas en su relación con la salud mental, refiere la literatura encontrada que los individuos al tener una ocupación producen tareas gratificantes, compartir experiencias con sus compañeros, así como equilibrar los riesgos del empleo informal, dígase la delincuencia, malos tratos por parte de la autoridad o la violencia ejercida por clientes (Juárez-García et al., 2020), esto debido a que es un microsistema (empleo) y se conecta con otros (mesosistema), siendo esto parte esencial de la investigación desde la perspectiva comunitaria (Herrero-Olaizola, 2004).

Los parámetros evaluados en la presente investigación arrojaron que en conjunto este grupo se percibían con rasgos de depresión y ansiedad moderada, infiriéndose que entre más tiempo permanecen desempleados, se pueden acentuar las repercusiones en su salud mental, agravando la situación problemática en su desarrollo psicosocial, como se ha podido relacionar con estudios donde se observaron las repercusiones psicológicas con el desempleo (García-Morales et al., 2022).

El estrés percibido puede provocar modificaciones negativas en los estilos de vida a raíz del problema del desempleo, según Olguín-Molina (2022), al cabo de tres meses por la pérdida del empleo, llegando a su punto máximo en la salud mental a los seis meses, afectando principalmente en la disminución de los factores protectores de tipo psicosocial en las habilidades para ejercer el trabajo, así como el incremento de rasgos típicos de la depresión y la ansiedad; destacándose la imposibilidad para planear, desvalorización personal, estados afectivos decaídos, culpabilidad e

irritabilidad y la tristeza que se prolonga durante el día; en el estrés percibido se encuentra la tensión, fatiga, angustia, inquietud y sensaciones de presión, reportadas y observadas en los discursos manifestados por los participantes durante las sesiones.

Se observó la relación entre el desempleo y la percepción de su salud mental, manifestado en los ítems de los inventarios de Beck, se registraron en los participantes percepciones catalogadas como graves, en el caso de la depresión fueron 7 individuos y 6 en ansiedad. Estos resultados son comparables con un estudio realizado durante la pandemia en el que 54.2% de una muestra representativa reportaron sintomatología grave del estrés percibido y 47.9% con niveles de ansiedad grave, esto puede sugerir que ha ido en aumento la percepción del deterioro de la salud mental ante la exposición del desempleo (Pérez-Padilla, 2020).

Según el INEGI (2024), refiere que la población de adultos entre 25 a 44 años de edad representan la mayoría de las personas en el desempleo (hasta el 46.7% de PNEA) y con registros de atención a los padecimientos de la depresión y la ansiedad entre los 30 y 49 años de edad (Corea del Cid, 2021), por lo que se esperaba la participación de este grupo etario. No obstante, se encontró un interés de participación del segundo grupo de edad quienes representan el 26.4% de la población en el desempleo (INEGI, 2020).

Como se ha escrito anteriormente, el grupo etario de mayores de 40 años fueron la población que tuvo un mayor interés en participar en este proyecto de intervención, dentro de las narrativas de las personas se encontró que había una constante búsqueda de espacios de atención preferentemente locales, no alejados de las zonas de los poblados aledaños. Si se compara el estudio de la Encuesta Nacional de Salud Mental de 2015 en Colombia, se encuentra que esta población presenta 11.2% algún síntoma de trastorno mental, siendo los más representativos con 71.9% los rasgos depresivos y 54.8 % los ansiosos (Cuellar-Rivas, 2018). En el caso de México se ha

encontrado que 1 de cada 5 ha padecido un trastorno mental, prevaleciendo los trastornos de ansiedad en un 14.3% y 9.1% para los afectivos, siendo los hombres quienes padecen más este tipo de problemática, ante estos estudios encontramos que hay un mayor reconocimiento de la salud mental en esta población a diferencia de décadas anteriores (INSP, 2023; Medina-Mora et al., 2023).

En comparación con lo expresado por Leonardi-Reyes (2016), que contextualiza el problema de Colombia con una prevalencia del 5.4% de su población con algún trastorno del estado del ánimo depresivo, el cual se relaciona con el desempleo, las personas desempleadas pueden aumentar de entre tres a siete rasgos típicos de la depresión a diferencia de que estuviesen empleadas, alcanzando un 13.42% de más probabilidad de desarrollar un trastorno mental. Poseer un empleo representa en los individuos oportunidades para el desarrollo significativo, desarrollándose habilidades intrapersonales e interpersonales, contribuye en la construcción de la subjetividad y a su vez es visto como un medio de contribución social, ya que los individuos se sienten parte de las organizaciones, aportan sus habilidades y conocimientos, generan sentimientos positivos de eficacia, percepciones de dignidad, perseverancia y autonomía (Romero-Caraballo, 2017).

En la presente discusión de resultados se resaltan tres aspectos a destacar que se desarrollaran a continuación: Análisis del desempleo como fenómeno psicológico, las redes de apoyo social como soporte ante el desempleo y la depresión y la ansiedad como una condición multifactorial, estos en correspondencia a las dimensiones de análisis expuestas en el apartado anterior.

Análisis del desempleo como fenómeno psicológico

El desempleo al ser uno de los causantes de diferentes alteraciones psicológicas, como la depresión, la ansiedad, el síndrome de adaptación general, entre otros, hace referencia a que es fenómeno social, psicológico y estructural, ya que afecta en las diferentes esferas del desarrollo humano, complejizando en los efectos negativos en la salud mental (Blanco-Gaitán y Garzón-Duque, 2020). Las circunstancias que envuelven la psicología del desempleado en el contexto mexicano, es la de dar razones a las situaciones problemáticas, una posible negación al culpabilizar el exterior, irónicamente con una resistencia al cambio (Rodríguez-Estrada y Ramírez-Buendía, 2003).

Una de las categorías resultantes del análisis del significado del desempleo (Dimensión 1), es comprenderlo como un duelo ante la pérdida del empleo. Aunque los estudios acerca del duelo prolongado se concentran principalmente en la muerte de seres queridos, existen investigaciones que han relacionado las sensaciones del duelo con la pérdida del trabajo, así como la duración de la situación puede marcar el desgaste psicológico de las personas afectadas (Díaz et al., 2016). Un estudio reciente (Climent-Rodríguez et al., 2025) refiere que el desempleo se ha interconectado con un duelo emergente, esto ya que sus metas y proyectos de vida han sido cortados, se observó tristeza, el shock, miedo, desesperanza, ansiedad grave, y que este evoluciona a un duelo prolongado al superar los 12 meses, además que los signos se incrementan si las personas desempleadas llevan muchos años de experiencia laboral y si son los principales proveedores de los ingresos familiares (siendo una afectación directa al microsistema), mostrado en los participantes al reportar que no es la primera vez que enfrentan la situación del desempleo.

Se encontró que las funciones específicas del empleo como estructura del tiempo, relaciones con personas ajenas a la familia, creación de vínculos con metas y objetivos, permite una estructuración de la identidad social y un estatus, se analizó que el valor en sí del trabajo no queda

en el plano instrumental (obtención de necesidades básicas), sino que permite el desarrollo de aspectos psicosociales necesarios en las personas (Romero-Caraballo, 2017). Esto debido a que el concepto que se tenía de trabajo hace unas décadas se ha ido modificando, han cambiado los sistemas de pensión, la ideología del “vivir para trabajar”, conservar el empleo durante 30 años; ahora se vive en la época de trabajos tipo *oustorsoring*, *freelance*, contratos temporales, pagos con honorarios, puestos que no ofrecen seguridad de permanencia, por lo que como diría Bauman (2023): “La vida laboral está plagada de incertidumbre” (p. 157), la mayoría de las personas en la actualidad ya no están concibiendo pasar su vida productiva en una sola empresa o profesión, así como la creciente desconfianza en las instituciones, con las constantes transformaciones en las leyes de trabajo (Bourdieu, 2000).

Ante una pérdida de las percepciones de individuación y de socialización (sentido de identidad y de pertenencia), los participantes resaltaron la importancia de trazar metas y un proyecto de vida, como factores de protección, esto es, tener propósitos vitales, metas y un proyecto vital, que permiten darle sentido a la misma existencia, a su vez proporciona soporte contra las sensaciones depresivas, permite ver más allá de los conflictos, mirar desde otra perspectiva hacia donde uno se dirige, devolviendo el control de su propia vida, plantearse objetivos positivos permitirá el desarrollo de más factores de bienestar subjetivo en las personas (Irurzun y Yaccarini, 2018).

Las redes de apoyo social como soporte ante el desempleo

En los participantes se analizó que la ansiedad manifiesta, es una posible expresión y una consecuencia ante la falta de certeza en cómo mantener la economía en la familia, así como de controlar su futuro, varios participantes expresaron sentirse distanciados de la normalidad, percibirse vacíos, carentes de dignidad e incapaces socialmente, las personas en desempleo se

pueden sentir marcados como un individuo que no aporta a la sociedad, un sujeto pasivo, que se aprisiona en percepciones despectivas y negativas de su situación (Bauman, 2000).

Al analizar la red de apoyo social, se encontraron resistencias a reconocer a la familia como un soporte, refiriendo que el desempleo ha provocado un deterioro de los vínculos con sus pares, esto puede ser ya que: “En el ámbito familiar, se genera un deterioro en las relaciones familiares debido a los conflictos y problemas económicos que conlleva, lo que en ocasiones provoca rupturas de los vínculos familiares” (Tejeda-Parra y Burgos-Flores, 2021, p. 64). Desde la postura del modelo ecológico el microsistema concerniente a la familia es uno de los más afectados, por un lado, el desempleo es un desencadenante de estresores en el contexto de las personas sin empleo, y por otro afecta lo que ya estaba debilitado:

“Las familias no son bloques autosuficientes del edificio social, exclusivamente responsables y culpables de su propio destino, sino que se encuentran profundamente influenciados por el contexto social. Existe una relación entre los cambios que ocurren en la familia y los cambios que acontecen en el entorno. De esta forma, podemos decir que entre la familia y los sistemas extrafamiliares se establece un proceso continuo de adaptación mutua (...) La familia es la estructura más importante del modelo ecológico, quien la considera una organización social integrada en una red de parentesco más amplia, que ocupa un nicho en todos los sistemas sociales y que ofrece apoyo material y psicológico, así como cuidado a sus miembros (...)”. Estévez-López et al., 2011, p.70

La red de apoyo social será de vital importancia en las diferentes etapas y momentos de la existencia de las personas, se considera que el microsistema conformado por familia y amigos son vínculos presentes durante la vida y no suele variar, de ahí su importancia en situaciones como el desempleo, mientras que las personas en el mesosistema y exosistema será significativo la red creada con las

relaciones comunitaria e institucionales que pueden impactar en el bienestar de las personas (Árias et al., 2020).

Factor importante en la construcción del bienestar de las personas en desempleo es el apoyo social brindado por los pares (Llosa et al., 2020), este aporta en los grupos de apoyo acompañamiento emocional, como fue observado en las acciones de contención entre los participantes, este tipo de acercamiento permite prevenir las sensaciones de soledad, mejoran la adaptación de las personas sin empleo a su círculo social, posibilitando el bienestar subjetivo, por tanto, concuerda con los resultados de bajar los niveles de ansiedad, depresión y estrés percibido (González-González, 2023).

La grupalidad es inherente en los seres humanos, la parte social permite la construcción de capacidades, habilidades, relaciones, así como la gestión emocional, como fue observado en el grupo de apoyo de intervención, lo expresado por Rodríguez-Zafra y García-Galeán (2022) acerca de la falta de apoyo de la familia y los amigos, provoca actitudes defensivas ante los otros, pero ante la cohesión grupal se pueden ir mitigando para restablecer la confianza en los vínculos sociales, al cruzar el sentido de pertenencia y de integración social, siendo impulsores de la socialización, la sinergia procura sensaciones de bienestar, estabilidad y crecimiento (Lascurain-Fernández et al., 2021).

Las soluciones que como grupo encontraron de manera inmediata para salir del desempleo fue el paso del empleo formal al autoempleo. Se observó en los participantes un proceso de recuperación de la valorización de sus actividades cotidianas, consideraron una mejor gestión de su tiempo, aunque el dinero sigue siendo lo suficiente para subsistir con lo básico, el factor tiempo se convierte en un dominio interno, además de laborar a su ritmo y consciente de sus capacidades físicas y mentales, el no estar bajo una institución, empresa o patrón, les da una noción de libertad

(Bachiller, 2013). Se entiende desde el modelo ecológico que es parte del proceso de adaptación, en el cual las personas cambian su comportamiento con base en los recursos que dispone en su contexto, buscando la mejor optimización de aquellas herramientas encontradas o desarrolladas para activar ajustes necesarios en favor de la percepción del bienestar (Montero, 2004a; Chávez-Mendoza, 2019, Ponce-Hernández, 2019).

La transición del desempleo al empleo informal pudiera estar apoyando en el retroceso de la alienación social influenciado a su vez por el macrosistema en que se desarrollan las personas, aunque este campo ha sido poco estudiado, se encuentran investigaciones relacionando los niveles de depresión, ansiedad entre personas sin empleo y empleados, mostrando que las expectativas influyen en el malestar general de las personas, perturbando las percepciones que tienen acerca de su situación sino han sido satisfechas, o si por el contrario han sido cubiertas de manera adecuada aumentan los reportes de bienestar de las personas (Arredondo y Gutiérrez, 2022; Castro-González, 2022; Caicedo 2021).

La depresión y la ansiedad como una condición multifactorial

Lo encontrado y expresado por los participantes acerca de las estrategias de enfrentamiento de su desempleo y sus repercusiones en su salud mental, es que visibilizarlas fomenta la resiliencia el cual se manifiesta como parte sustancial en la recuperación psicosocial de las personas, porque con esto habrá una apertura en mejorar las percepciones acerca de la depresión y la ansiedad durante el desempleo, siendo un plausible motivante para que las personas movilicen los recursos de los cuales disponen (Blanco-Gaitán y Garzón-Duque, 2020).

También se encontraron presencia de actitudes estigmatizadoras en la sociedad, que mermaron en sus sensaciones y percepciones previas al iniciar la intervención, reportadas en

especial en el microsistema familiar de los participantes, al recibir poco o nulo apoyo ante situaciones problemáticas, probablemente esto ha provocado esquemas cognitivos negativos, que se han resumido en la catastrofización, disconformidad general y una autocrítica disfuncional, también un reforzamiento de creencias negativas y sensaciones de fracaso personal y social (Arrarás y Manrique, 2019; Nicolini, 2021).

Se puede especular que la combinación de situaciones internas (esquemas cognitivos, afectividad inestable, alienación subjetiva) y factores externos (desempleo, conflictos familiares, aislamiento social), provocan que la depresión y la ansiedad sean de una condición multifactorial y estructural, ante la situación del desempleo, se puede entender como un proceso de desadaptación por la alteración de su medio (atravesando desde el microsistema hasta el macrosistema y a la inversa) y la experiencia de pérdida del condicionante básico del trabajo; todo esto aunado a la falta de objetivos vitales claros, la ruptura con los lazos exteriores (familia, amigos, instituciones), pueden disminuir las sensaciones de satisfacción general (Barraza-Macías, 2021). Como el empleo es una apropiación y ejecución de la materia de la naturaleza, las personas pierden este contacto con su exterior y también en la construcción de las relaciones sociales, de ahí que también se encuentra la situación de la alienación social que se puede observar en los discursos y ejercicios de los participantes (Amiri, 2020; Caicedo, 2021; Forero-Pineda, 2021).

Se observó que la percepción que tienen acerca del desempleo se asume como un rol o etiqueta en el momento en que las personas dejan de recibir un ingreso económico, por el esfuerzo de sus capacidades, esto ha llevado a que tenga un poder en la configuración de la percepción de su sentido de identidad, de pertenencia y su lugar dentro de la sociedad. Esto pudiera observarse como una reinterpretación del “ser desempleado” ante las instituciones, desde la conceptualización internacional (OIT, 2019) a la nacional en sus estadísticas (INEGI, 2024) se encuentran tres

criterios utilizados estadísticamente, que es no haber trabajado en la semana de haber sido encuestado, hay disponibilidad para ejercer un oficio y haber estado en búsqueda, pero, según lo observado, si la persona trabajó un día, por ejemplo, como sucede en el poblado de Ahuatepec, que hay personas que tapan baches y solicitan una cooperación económica por este servicio, entonces ¿la persona en cuestión, salió del desempleo por un día, por tanto lo deslinda de la estadística y del constructo internacional de ser desempleado? o ¿es una condición multifactorial que va más allá de no recibir un pago, como es la situación psicológica y social? ¿Puede esto ser el resultado de una vida desregulada y una perturbación de los estándares sociales, y estar provocando a su vez el malestar general en la salud mental que lleva a los problemas existenciales?

Surge también la pregunta, ¿el desempleado está en un estado de alienación temporal? Tal parece que este concepto subsiste en la persona trabajadora, pero desde el momento en que se pierde el empleo, por ejemplo, el participante que desde su adolescencia se dedicó a la albañilería, al dejar de tener ingresos económicos y tener una especialización en el mercado, ha cerrado sus posibilidades de adquirir otro medio de obtener ingreso. Lo que puede alienar a una persona especializada (tanto en una carrera universitaria como a un operante de un oficio), es la desconexión con el mercado laboral, provocando una descalificación personal, que hiere su identidad, así como su aceptación en el medio ante la brecha social que se está formando. En el estudio de Forero-Pineda (2021), se puede ver que el esfuerzo de las personas por recobrar su sentido de individualidad es clave, al proponerse metas, un sentido de vida, reconocerse como uno en el mundo, la importancia de las redes de apoyo social, apropiarse de los deseos particulares, al tener un empleo como simple justificación de la existencia aliena a las personas, por tanto, mecanizando sus acciones (Seeman, 2015).

Hay estudios (Fernández-Valera et al., 2019) donde se ha encontrado que las personas se sienten “obligadas a sobrevivir” ante la precariedad económica, en ocasiones no caen en los estados de depresión, ansiedad o apatía, conservando una especie de optimismo. Existe un mecanismo de resistencia antes mencionado, llamado resiliencia que permite a las personas afrontar esta situación, no perdiendo sus objetivos y metas, visibilizando discursos funcionales ante el desempleo (Blanco-Gaitán y Garzón-Duque, 2020).

Por otro lado, se ha encontrado que el apoyo emocional, la percepción de apoyo social, proporcionan sensaciones concernientes en la disminución de los niveles de los signos depresivos-ansiosos, facilitando procesos de adaptación en las personas, esto probablemente debido a que la comunidad se observa como un ente dinámico (con base en los principios ecológicos de la psicología comunitaria) propiciando construir redes de apoyo social de manera activa que fomenten procesos de socialización (Chávez-Mendoza, 2019).

Impacto comunitario

Los estudios desde la psicología comunitaria han demostrado que las intervenciones psicosociales en los países con bajos ingresos económicos, han tenido una notoria efectividad en las mejoras de condiciones psicosociales, esto debido a que existe una mayor participación de las personas al asistir a lugares que les parecen familiares, como lo son escuelas, centros recreativos, plazas, canchas entre otras, a diferencia de acudir a clínicas médicas. Se ha observado mayor accesibilidad con recursos locales, y el contacto se vuelve continuo en los programas de intervención en las comunidades que se familiarizan con los apoyos brindados por gobiernos e instancias educativas, los temas que mejor respuesta han recibido son los que tienen que ver con la sensibilización de su realidad, desarrollo de habilidades y la salud mental (Kohrt et al., 2018).

Asimismo, el modelo ecológico ha permitido proporcionar información acerca de la influencia de los sistemas en lo que se desenvuelven las personas, un análisis minucioso desde su microsistema hasta el macrosistema permitirá un ajuste necesario y localizado en la ejecución de programas de salud mental como el propuesto en la presente investigación (Almeida-Acosta y Gómez-Gómez, 2020; Cherry, 2023).

En síntesis, la autogestión de las redes de apoyo social es sustancial para abordar los problemas que surgen del desempleo, las personas de la comunidad se sienten poseedoras del control de sus decisiones, pueden adaptarse a las situaciones estresantes, crean entre ellos nuevas redes de empleabilidad, así como crear un diálogo abierto con las autoridades, que permitan desarrollar bienestar psicológico y social (Ayón-Villafuerte y Zavala-Pisco, 2024).

4.4. Conclusiones

El presente estudio tuvo como objetivo principal diseñar, implementar y evaluar una propuesta de intervención psicosocial en salud mental orientada en la creación de redes de apoyo social para comprender los signos de depresión y ansiedad mostrados en personas adultas desempleadas. Se generó el mencionado plan de intervención, construido desde los modelos psicosociales de la psicología comunitaria, utilizando referentes con base en el fortalecimiento de los factores protectores del bienestar y dándole énfasis a las redes de apoyo social, se implementó con personas pertenecientes al poblado de Ahuatepec, y de la información recolectada en las ocho sesiones se analizó el fenómeno del desempleo con relación a los signos de depresión y ansiedad. Finalmente se evaluaron los resultados, a través de la comparación de las respuestas de los test BDI-II y BAI, previo a la intervención y posterior a la misma, así mismo se analizó el discurso manifiesto por los participantes desde la primera sesión hasta la última para encontrar cambios significativos.

Se aproximó a comprender que los participantes solicitaron apoyo psicológico como acompañamiento emocional durante el proceso de conectar con un empleo formal o informal. Asociaron las repercusiones psicológicas del desempleo, sin embargo, no percibieron en un principio claramente las redes de apoyo social que poseen, limitándose a la observación de su microsistema, aunque se encontraron resistencias en el reconocimiento de su importancia como soporte social, esta actitud fue cambiando paulatinamente en el transcurso de las sesiones, debido a los trabajos en conjunto y al ir descubriendo cómo funcionan sus redes de apoyo recibidas y percibidas.

Dentro de los hallazgos significativos de esta investigación se encuentran el interés por la salud mental del grupo etario de entre 45 a 60 años de edad, por parte de ambos sexos, a diferencia de lo encontrado en las estadísticas (INEGI, 2021), se observó un reconocimiento de las repercusiones en la salud mental debido a la situación del desempleo, las áreas observadas con mayor afectación son la cognitiva y afectiva, que en las primeras semanas en el desempleo ya se pueden percibir signos típicos de la depresión y la ansiedad a nivel moderado (Díez-Sanz, 2019), cabe resaltar que no se encontraron diferencias significativas entre las personas que tenían poco tiempo sin empleo con las que poseían mayor temporalidad en el desempleo, esto debido a la falta de población de estudio dentro de la intervención para realizar un efectivo comparativo.

En la elaboración del perfil preliminar se encontró que las personas identifican los signos de la depresión desde la disconformidad con uno mismo, la sensación de fracaso en el rol de proveedores económicos (esto también porque en este grupo estaba conformado en su mayoría por padres de familia) y pérdida de energía, vista como baja motivación para salir de la situación problemática (OMS, 2019; LeMoult & Gotlib, 2019). En el caso de la ansiedad se encontró que percibían inquietud e inseguridad con uno mismo, distorsiones cognitivas específicamente la

catastrofización, es decir, pensar en lo peor de la situación y acompañada de bloqueo mental que puede causar indecisión y percepciones disfuncionales (Kalin, 2020). Es importante acotar que el malestar expresado por los participantes no era exclusivamente impulsado por el desempleo, sino como parte integral de situaciones particulares de su dinámica familiar y social, así como subjetividades en torno a su salud mental los cuales exacerban la problemática.

En la revisión del contenido expresado por los participantes se encontró en sus discursos un cambio en percepción, esto se comparó con los resultados en los Inventarios Beck de Depresión (BDI-II) y de Ansiedad (BAI), así como una reducción al malestar producido por la disconformidad, la inquietud y la inseguridad, mientras que otros rasgos sobresalieron, pero con puntajes reducidos, encontrándose en algunos participantes un resultado global de depresión y ansiedad leve, ligeramente moderado en ciertos casos, pero que no provocaron una disfuncionalidad generalizada de su salud mental.

A través del estudio de los discursos, expresiones verbales y escritas de los participantes, se crearon tres dimensiones de análisis de la información, las cuales fueron: “Significado subjetivo del desempleo”, “Percepción de la depresión y la ansiedad” y “Percepción de la importancia de las redes de apoyo social”. Destacándose la mirada de la pérdida del empleo como parte de un duelo (Climent-Rodríguez et al., 2025), que se relaciona con el sentido de identidad y pertenencia, así como en la interrupción de metas y proyectos vitales (Robles-Acosta et al., 2020). También encontrándose posibles sensaciones de alienación producida por el desempleo (Forero-Pineda, 2021), por lo que se vio la importancia del sentido de la vida para encontrar un orden psicosocial en su contexto (Camargo-Barrero, et al., 2020). Así como la afectación en el microsistema familiar, relatando el deterioro de las relaciones sociales como apoyo o soporte emocional durante el desempleo (Barraza-Macías, 2021).

Se entendió que el grupo está padeciendo un cambio generacional (estadísticamente son el segundo grupo de edad con mayor cantidad de personas sin empleo), por lo que puede reflexionarse que es una población fantasma no atendida, principalmente por la falta de investigaciones concentradas en esta población. También se percibió una falta de comunicación con los organismos gubernamentales, mostrado en el desconocimiento de la población de la existencia del Servicio Nacional del Empleo y de los apoyos que ofrecen (a pesar que todos los participantes contaban con teléfonos *smarthphone*, acceso a internet y en la mayoría contando con algún tipo de red social), dando entender la importancia de involucrar los diferentes niveles de los sistemas sociales en el involucramiento de la generación de bienestar en esta población (Eriksson et al., 2018; Ponce-Hernández, 2019, Roldán-Conesa, 2022) .

La psicología laboral ha estudiado el problema del desempleo y sus consecuencias en la salud mental, no obstante, se ha concentrado desde la inserción al mercado laboral formal (Romero-Caraballo, 2017; CEPAL, 2020; Aguilar-Bustamante, 2023), en necesario una revisión sistemática y analítica desde el empleo informal, principalmente porque la mayoría de las personas salen de esta situación socioeconómica a través del autoempleo, que como se ha revisado tanto en la bibliografía encontrada, como en el mismo estudio, permite beneficios subjetivos en las personas, como el incremento gradual de la autoestima, mejorar en la apreciación de los rasgos autopercebidos depresivos y ansiosos, modificación progresiva de las percepciones acerca de su situación como negativa desde la autocrítica y la disconformidad (Juárez-García, 2020; Arredondo y Gutiérrez, 2022; González-González, 2023).

La propuesta presentada se construyó a través de la revisión de estudios que demuestran resultados satisfactorios en sus intervenciones con comunidades, buscando la solución del problema desde dentro de la población trabajada, analizando sus percepciones, sensaciones y

acciones (Chao-Barona, 2001; Alfaro-Juantorena, 2019; Ponce-Hernández, 2019; Cruz-Torres, 2023). No obstante, como Montero (2004a) afirma existen diferencias entre lo esperado y lo resultado al aplicar proyectos comunitarios debido principalmente a la falta del desapego del rol del psicólogo a aplicar intervenciones asistencialistas, al no utilizar a profundidad los recursos de las comunidades y a la falta de reforzamiento de la voz de los participantes antes de iniciar un proceso de intervención-investigación.

Dentro de las limitaciones del estudio se encuentra la poca integración a participar en el programa de una mayor cantidad de personas del poblado, por tanto, este estudio no se puede observar desde la comunidad, sino desde la mirada de los participantes hacia la misma (López-Bolaños et al., 2018). También se encontraron situaciones de desempleo asociadas a problemas profundos de la conducta (esquizofrenia, ideación suicida, consumo de sustancias), los cuales necesitan una atención especializada que solo se contemplaron para canalización. Existieron sesgos con respecto al rol del psicólogo en la comunidad, los cuales son notorios en el imaginario colectivo de la población, lo que influye en la comunicación horizontal de las personas participantes hacia el facilitador de la intervención.

El modelo ecológico proporcionó analizar el concepto de comunidad desde la mirada de los participantes, partiendo desde su microsistema hasta observar el macrosistema que los rodea, esto permite reconceptualizar, pero siendo un ejercicio complejo porque para que las personas tengan una mirada comunitaria, es pertinente que existan reflexiones introspectivas acerca de su ser social, el papel del psicólogo es facilitar la creación de conocimientos en el comportamiento interpersonal, es decir buscar significados concernientes a su desarrollo individual y colectivo (Almeida-Acosta y Gómez-Gómez, 2020).

Se encontró que los trabajos en la comunidad son afectados por la dinámica de los grupos, las costumbres y prejuicios subyacentes en las personas que previamente no se encontraban cohesionados, además que la asistencia es importante para la generación de resultados más efectivos, la comunicación, la confianza en ellos mismos, el liderazgo ejercido por todas las personas, y la inclusión de hombres y mujeres por igual (Marcos del Cano y Topa-Cantisano, 2012; Del Cueto, 2014; Bang, 2020).

Dentro de las recomendaciones prácticas para la población es ampliar la aplicación de este mismo estudio con un grupo más grande dentro de la comunidad de Ahuatepec, realizando un proceso de integración de mayor impacto, como pueden ser cédulas de intervención, es decir, trabajar en diferentes puntos de la población con distintos grupos de apoyo psicosocial y subsecuentemente integrarlos en una red de apoyo autogestionada dentro de la misma comunidad (Desviat y Moreno-Pérez, 2012). También se considera la creación de espacios de diálogo permanente entre las autoridades locales y las personas afectadas por el desempleo, ofertar apoyos gratuitos de contención emocional en la transición al empleo y crear políticas públicas preventivas que abarquen multifactorialmente el desempleo, integrando aspectos psicosociales, económicos, de salud pública y educación.

La investigación permite formular nuevas preguntas de estudio para futuros proyectos afines a este, las cuales pueden ser: ¿Qué diferencias significativas se pueden encontrar en la salud mental en diferentes grupos de edades, dígame jóvenes, adultos y personas mayores afectadas por el desempleo? ¿Qué diferencias existen entre las experiencias del desempleo comparado entre grupos de hombres y mujeres? ¿Cómo influye psicosocialmente en las personas el desempleo prolongado comparado con quienes tienen poco tiempo o periodos recurrentes sin empleo? ¿Cómo perciben los miembros de la familia a la persona sin empleo dentro del hogar? ¿Cómo observa la

comunidad a las personas desempleadas? ¿Cuál es el apoyo psicosocial de la comunidad hacia las personas en desempleo? ¿Qué políticas públicas son necesarias para fortalecer la conexión entre las personas desempleadas y las instituciones gubernamentales?

La importancia del presente estudio radica en la aportación a la literatura científica en el ámbito de la salud mental en el contexto comunitario, esto puede contribuir en la construcción de planes de intervención psicosocial, proponer investigaciones e implementar modelos de intervención integral en las comunidades (Anchundia-López et al., 2022; Rosa-Dávila y Mercado-Sierra, 2020) y que a su vez puedan utilizar el modelo ecológico a modo de comprensión del fenómeno. También se considera viable ya que permite observar los desafíos y posibles potencialidades para futuras investigaciones en Ahuatepec concernientes a su salud mental como comunidad, así mismo se pueda replicar en otros contextos similares, y con ello aportar a los estudios direccionados a las intervenciones psicosociales.

Referencias bibliográficas

- Adams, G., y Estrada-Villalta, S. (2015). La psicología de la liberación: un caso paradigmático de “Teoría desde el sur”. *Teoría y crítica de la psicología*, (6), 196-216. <https://psykebase.es/servlet/articulo?codigo=5895390>
- Agudelo, D., Buena-Casal, G. y Spielberger, C. D. (2007). Ansiedad y depresión: el problema de la diferenciación a través de los síntomas. *Salud mental*, 30(2), 33-41. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252007000200033&lng=es&tlng=es.
- Aguilar-Bustamante, M. C. (2023). *Retos y avances de la psicología de las organizaciones y del trabajo*. ASCIFAPSI.
- Alfaro-Juantorena, H. L. (2019). *Intervención cognitivo-conductual para disminuir la sintomatología depresiva y aumentar el bienestar psicológico en desempleados*. [Tesis de maestría, Universidad Autónoma del Estado de Morelos]. <http://riaa.uaem.mx/handle/20.500.12055/1035>
- Almeida-Acosta, E. y Gómez-Gómez, N. (2020). *La sensibilidad personal y la valentía comunitaria. Psicología social comunitaria y desarrollo humano*. Consejo de ciencia y tecnología de Puebla (CONCYTEP).
- Álvarez-Ulloa, L. C. (2020). Efectos en la salud mental durante la pandemia del coronavirus. *Derecho y realidad*, 18(36), 203-218. <https://doi.org/10.19053/16923936.v18.n36.2020.12164>
- American psychiatric association. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM 5*. Panamericana.
- American psychiatric association. (30 de agosto de 2023). *¿Qué es la depresión?* APA. <https://www.psychiatry.org/patients-families/la-salud-mental/depresion/que-es-la-depresion>
- American psychological association. (2017). *Ethical Principles of Psychologists and code of conduct*. APA. apa.org/ethics/code

- Amiri, S. (2022). Unemployment associated with major depression disorder and depressive symptoms: a systematic review and meta-analysis. *International journal of occupational safety and ergonomics*, 28(4), 2080-2092. <https://doi.org/10.1080/10803548.2021.1954793>
- Anchundia-López, E. A., Montes-Pérez, A. J. y Rodríguez- Zambrano, A. D. (2022). Salud mental comunitaria en el contexto ecuatoriano: un estudio de revisión. *Revista científica y arbitrada de ciencias sociales y trabajo social: Tejedora*, 5(10), 100-115. <https://doi.org/10.56124/tj.v5i10.0056>
- Ante-Lezama, M. y Reyes-Lagunes, I. (2016). Sentido de comunidad en el barrio: una propuesta para su medición. *Revista de investigación psicológica*, 6 (3), 2487-2493. <https://doi.org/10.1016/j.aiprr.2016.11.003>
- Arango-Cálad, C. A. (2017). *Psicología comunitaria de la convivencia*. Universidad del Valle.
- Árias, C. J., Sabatini, B., Scolni, M. y Tauler, T. (2020). Composición y tamaño de la red de apoyo social en distintas etapas vitales. *Avances en psicología latinoamericana*, 38(3). <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.7901>
- Aristizábal-Murillo, I. D. y Mayorga-Ortegón, A. I. (2022). Acercamiento a la acción psicosocial. *Documento de trabajo ECSAH*. <https://hemeroteca.unad.edu.co/index.php/wp/article/view/6169>
- Arrarás, J. I. y Manrique, E. (2019). La percepción de la depresión y su tratamiento. *Anales del sistema sanitario de Navarra*, 42(1), 5-8. <https://dx.doi.org/10.23938/assn.0591>
- Arredondo, A., Díaz-Castro, L., Cabello-Rangel, M., Arredondo, P. y Recaman, A. L. (2018). Análisis de costos de atención médica para esquizofrenia y depresión en México para el periodo 2005-2013. *Cadernos de Saúde Pública*, 34(1). <https://doi.org/10.1590/0102-311X00165816>
- Arredondo, K. y Gutiérrez, M. (2022). Niveles de depresión en personas con trabajo remunerado y desempleadas durante la crisis sanitaria del SARS-COV-2. *Journal gestar*, 5(9), 1-18. <https://doi.org/10.46296/gt.v5i9edespmar.0051>

- Arroyo F. (2017). El código de Nuremberg: Un hito en la ética de la investigación médica. *Revista de la facultad de ciencias médicas (Quito)*, 24(1), 33-37. https://revistadigital.uce.edu.ec/index.php/CIENCIAS_MEDICAS/article/view/873
- Asociación médica mundial (21 de marzo de 2017). *Declaración de Helsinki de la AMM-Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. Asociación médica mundial. <https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
- Asún-Hamel, M. (2011). Introducción a la psicología comunitaria. Algunos presupuestos teóricos. En Fernández, I., Morales, J. C. y Molero, F. (Eds), *Psicología de la intervención comunitaria* (pp. 31-55). Desclée De Brouwer.
- Ávila-Guerrero, M. E., Vera-Jiménez, A., Musitu-Ochoa, G. y Jiménez, T. (2009). *Educación popular y promoción del bienestar*. Trillas.
- Ayón Villafuerte, L. S., y Zavala Pisco, J. L. (2024). Autogestión comunitaria como alternativa para el impulso del desarrollo local. *Revista ciencia y líderes*, 3(1), 4-9. <https://doi.org/10.47230/revista.ciencia-lideres.v3.n1.2024.4-9>
- Bachiller, S. (2013). El verdadero fantasma es el trabajo no cuestionado: analizando etnográficamente al concepto de alienación. *Horizontes antropológicos*, 19(39), 347-372. <https://doi.org/10.1590/S0104-71832013000100014>
- Balcazar, F. E. (2019). Contribuciones de la psicología comunitaria a la promoción de la salud. *Universidad y salud*, 21(1), 3-5. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072019000100003&lng=en&tlng=es.
- Barraza-Macías, A. (2021). La red de apoyo familiar y las relaciones intrafamiliares como predictoras de la satisfacción vital. *Actualidades en psicología*, 35(131), 71-87. <https://dx.doi.org/10.15517/ap.v35i131.41150>

- Barroeta-Tamez, R. A. (2020). *Propuesta de taller grupal cognitivo conductual para pacientes con depresión*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. <https://hdl.handle.net/20.500.14330/TES01000799776>
- Bang, C. (2014). Estrategias comunitarias en promoción de salud mental: Construyendo una trama conceptual para el abordaje de problemáticas psicosociales complejas. *Psicoperspectivas*, 13(2), 109-120. <https://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol13-Issue2-fulltext-399>
- Bang, C. (2020). Salud mental comunitaria en el primer nivel de atención: Aprendizajes y desafíos en contexto de pandemia. *Salud mental y comunidad*, 7(9), 16-32. https://www.unla.edu.ar/documentos/centros/salud_mental_comunitaria/revista/saludmentalycomunidad9.pdf#page=16
- Bang, C. y Stolkiner, A. (2013). Aportes para pensar la participación comunitaria en salud/salud mental desde la perspectiva de redes. *Ciencia, docencia y tecnología*, (46), 123-143. https://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1851-17162013000100005&script=sci_arttext&tlng=pt
- Bauman, Z. (2000). *Trabajo, consumismo y nuevos pobres*. Gedisa.
- Bauman, Z. (2005). *Vidas desperdiciadas: la modernidad y sus parias*. Paidós.
- Bauman, Z. (2023). *Modernidad líquida*. Fondo de Cultura Económica.
- Beck, A. T., Rush, J., Shaw, B. y Emery, G. (2010). *Terapia cognitiva de la depresión*. Desclee de Brower.
- Beck, A. T. & Steer, R. (1993). *Beck anxiety inventory manual*. San Antonio, USA. Psychological corporation.
- Beck, A. T., Steer, R. A. y Brown, G. K. (2011). *Manual. BDI-II. Inventario de depresión de Beck-II*. Pearson Prestice Hall.
- Bernal-Torres, C. A. (2010). *Metodología de la investigación. Administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Pearson Prestice Hall.
- Blanco, A., Caballero, A. y De la Corte, L. (2005) *Psicología de los grupos*. Pearson Prentice Hall.

- Blanco, A. y Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. *Psicothema*, 17(4), 582-589. <https://www.psicothema.com/pi?pii=3149>
- Blanco, A. y Rodríguez-Marín, J. (2007). *Intervención psicosocial*. Pearson Prentice Hall.
- Blázquez, F. P., Pérez, K. S. M., Calderón, M. A. B., y Medina, M. P. M. (2020) Propiedades psicométricas del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI, Beck anxiety inventory) en población general de México. *Ansiedad y estrés*, 26(2-3), 181-187. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2020.08.002>
- Blanco-Gaitán, D. F. y Garzón-Duque, N. A. (2020). Desempleo y salud mental en adultos jóvenes en la Ciudad de Bogotá. *Poliantea*, 15(27), 57-64. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8147949>
- Bourdieu, P. (2006). *Contrafuegos: reflexiones para servir a la resistencia contra la invasión neoliberal*. Anagrama.
- Bravo, J. (2019). *Conceptos básicos de psicología comunitaria desde la acción comunitaria al cambio social*. Centro de investigación para la educación superior.
- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Paidós.
- Cáceres, P. (2003). Análisis cualitativo de contenido: una alternativa metodológica alcanzable. *Psicoperspectivas*, 2(1), 53-82. <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol2-Issue1-fulltext-3>
- Caicedo, M. (2021). Representaciones sociales de los mexicanos desempleados y subempleados en torno a depresión y ansiedad: un estudio comparado; Chicago y Ciudad de México. *Mexican studies*, 37(1), 123-156. <https://doi.org/10.1525/msem.2021.37.1.123>
- Canto-Ortiz, J. M. y Montilla-Berbel, V. (2008). *Dinámica de grupos y autoconciencia emocional. Perspectivas teóricas y ejercicios prácticos*. Aljibe.
- Camargo-Barrero, J. A., Castañeda-Polanco, J. G. y Segura-Patiño, D. P. (2020). Sentido de vida, depresión y ansiedad en población rural de Cundinamarca, Colombia. *Revista de ciencias sociales*, 26(4), 206-216. <https://www.redalyc.org/journal/280/28065077017/html/>

- Campodónico, N. (2022). El impacto del COVID-19 en el campo de la salud mental en América Latina y España: una revisión sistemática. *Calidad de vida y salud*, 15(1), 53-79. <https://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/358>
- Cantera-Espinosa, L. M. (2004). *Ética, valores y roles en la intervención comunitaria*. UOC.
- Castillo, C., Fernández, V. y Sallán, J.M. (2018). Las seis etapas emocionales del cambio organizacional. *Journal of organizational change management*, 31 (3), 468-493. <https://doi.org/10.1108/JOCM-05-2016-0084>
- Castro-González, M. P. (2022). *Ansiedad, depresión y estrategias de afrontamiento en una muestra de adultos desempleados de Riohacha, La Guajira*. [Tesis de licenciatura, Universidad Antonio Nariño]. <http://repositorio.uan.edu.co/handle/123456789/8693>
- Cartwright, D. y Zander, A. (2005). *Dinámica de grupos. Investigación y teoría*. Trillas.
- Chacón-Delgado, E., Xatruch De la Cera, D., Fernández-Lara, M. y Murillo-Arias, R. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista cúpula*, 35(1), 23-36. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>
- Chao-Barona, A. J. (2001). *Guía de psicología clínica comunitaria*. Universidad Autónoma del Estado de Morelos.
- Chapa, J. (2020). Impacto económico del covid-19 en las regiones de México. *Ciencia UANL*, 23(102), 4-5
- Chávez-Mendoza, K. (2017). *Modelo comunitario de orientación interpersonal grupal para el manejo de la depresión en México*. [Tesis de doctorado, Universidad Iberoamericana]. <https://ri.iberomx/bitstream/handle/iberomx/596/016393s.pdf?sequence=1>
- Cherry, K. (16 de agosto de 2023). *A comprehensive guide to the Bronfenbrenner Ecological Model*. Verywell Mind. <https://www.verywellmind.com/bronfenbrenner-ecological-model-7643403>
- Centro de Estudios de las Finanzas Públicas. (2023). *Análisis de la situación económica al primer trimestre de 2023*. Cámara de Diputados LXV Legislatura.

- Clark, D. y Beck, A. (2012). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad. Ciencia y práctica*. España. Descleé de Brouwer.
- Climent-Rodríguez, J. A., Gómez-Salgado, J., García-Iglesias, J. J. y Navarro-Abal, Y. (2025). Afrontamiento del duelo en situaciones de desempleo: un estudio exploratorio. *Atención primaria*, 57(7), 1-3. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2024.103209>
- Climent-Rodríguez, J. A., Navarro-Abal, Y. (2024). Significados psicosociales del desempleo en contextos de crisis. *Tendencias sociales. Revista de sociología*, (11). <https://doi.org/10.5944/ts.2024.39694>
- Cámara de Diputados de Heroico Congreso de la Unión. (2014). *Reglamento de la ley general de salud en materia de investigación para la salud*. https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg_LGS_MIS.pdf
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. (28 de octubre de 2023). *Estadísticas de pobreza en Morelos*. CONEVAL: <https://www.coneval.org.mx/coordinacion/entidades/Morelos/Paginas/principal.aspx>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe y Organización Internacional del Trabajo. (2020). *Coyuntura laboral en América Latina y el Caribe. La dinámica laboral en una crisis de características inéditas: desafíos de política*. Boletín CEPAL-OIT. Repositorio digital CEPAL. <https://hdl.handle.net/11362/46308>
- Consejería Jurídica del Poder Legislativo del Estado de Morelos (10 de mayo de 2023). *Ley de Salud Mental del Estado de Morelos, México*. Gobierno del Estado de Morelos. <http://marcojuridico.morelos.gob.mx/archivos/leyes/pdf/LMENTALEM.pdf>
- Consejo de Organizaciones Internacionales de las Ciencias Médicas. (2016). *Pautas éticas internacionales para la investigación relacionada con la salud con seres humanos*. CIOMS. https://cioms.ch/wp-content/uploads/2017/12/CIOMS-EthicalGuideline_SP_INTERIOR-FINAL.pdf
- Corea del Cid, M. T. (2021). La depresión y su impacto en la salud pública. *Revista médica hondureña*, 89(1), 46-52. <https://doi.org/10.5377/rmh.v89iSupl.1.12047>

- Cornejo-Briseño, R. (29 de mayo de 2023). *Los factores protectores de la salud mental*. Universidad de Piura. <https://www.udep.edu.pe/hoy/2023/05/factores-protectores-de-salud-mental/>
- Correal, L. (2021). *Factores protectores en personas desempleadas y en riesgo de padecer depresión y ansiedad*. [Proyecto social aplicado, Universidad Nacional Abierta y a Distancia]. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/40179>
- Cruz-Aguilar, E. (2020). La educación transformadora en el pensamiento de Paulo Freire. *Edurece*, 24(78), 197-206. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35663284002>
- Cruz-Torres, R. (2023). *Intervención cognitiva conductual para desarrollar habilidades sociales en jóvenes, que no estudian ni trabajan*. [Tesis de maestría, Universidad Autónoma del Estado de Morelos]. <http://riaa.uaem.mx/xmlui/handle/20.500.12055/3768>
- Cuellar-Rivas, L. X. (2018). La salud mental, un verdadero problema de salud pública. *Revista colombiana salud libre*, 13(1), 5-8. <https://core.ac.uk/download/pdf/229931745.pdf>
- Daher, M., Jaramillo, A. y Rosati, A. (2018). Agentes de intervención en programas psicosociales: Tipos de apoyo y efectos según nivel de vulnerabilidad. *Psicoperspectivas*, 17(1), 1-16. 10.5027/psicoperspectivas-vol17-issue1-fulltext-996
- De la Cabada, M. L., Gómez, C. G., Sandoval, J. I. H., Quintana, R. L., Trejo, F. T., Aguilera, E. I. G. y Fuentes, R. (2020). Efecto de la resiliencia en la calidad de vida, depresión, fatiga, satisfacción con la vida y ansiedad en trabajadores en Ciudad Juárez. *Revista turismo estudios e prácticas-RTEP/GEPLAT/UERN*, 9(1), 1-8. <https://each.usp.br/turismo/publicacoesdeturismo/ref.php?id=3391>
- Del Carmen, A. (2021). *La interrelación entre estigmatización, vulnerabilidad, exclusión y marginación. El caso de la colonia Antonio Barona, Cuernavaca, Morelos*. [Tesis de maestría, Universidad Autónoma del Estado de Morelos]. <http://riaa.uaem.mx/xmlui/handle/20.500.12055/3163>
- Del Cueto, A. M. (2014). *La salud mental comunitaria. Vivir, pensar, desear*. Fondo de Cultura Económica.

- Denzin, N. K. & Lincoln, Y. S. (2018). *The sage handbook of qualitative research*. (5th S ed.) SAGE publications.
- Desviat, M. y Moreno-Pérez, A. (2012). *Acciones de salud mental en la comunidad*. Asociación Española de Neuropsiquiatría.
- Díaz, C., Abal, Y. N., Climent, J. A., Ortega, E., López-López, M. J., y Casado, J. (2016). Pérdida y afrontamiento en desempleados: adaptación del Inventario Texas Revisado de Duelo a la situación de pérdida de empleo. *Revista Iberoamericana de diagnóstico y evaluación-e Avaliação psicológica*, 2(42), 111-124.
<https://www.redalyc.org/journal/4596/459653216011/html/>
- Díaz-Lozada, J. A. y Díaz-Caballero, J. R. (2020) La resolución de problemas desde un enfoque epistemológico. *Foro de Educación*, 18(2), 191-209. <http://dx.doi.org/10.14516/fde.694>
- Díez-Sanz, A. (2019). *Afrontamiento y resiliencia frente al impacto del desempleo de larga duración en Bizkaia*. [Tesis de doctorado, Universidad de Deusto].
<http://hdl.handle.net/20.500.14454/1188>
- Ellis, A. (2010). *Cómo controlar la ansiedad antes de que le controle a usted*. Paidós.
- Eriksson, M., Ghazinour, M. y Hammarström, A. (2018). Diferentes usos de la teoría ecológica de Bronfenbrenner en la investigación sobre salud mental pública: ¿cuál es su valor para orientar las políticas y prácticas de salud mental pública? *Soc theory health* 16, 414–433.
<https://doi.org/10.1057/s41285-018-0065-6>
- Estévez, A. (2011). *Vulnerabilidad psicosocial: una aproximación conceptual*. III Congreso internacional de investigación y práctica profesional en psicología XVIII. Jornadas de investigación séptimo encuentro de investigadores en psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-052/290>
- Estévez-López, E., Jiménez-Gutiérrez, T. y Musitu-Ochoa, G. (2011). Empowerment y desarrollo comunitario. En Fernández, I., Morales, J. C. y Molero, F. (Eds), *Psicología de la intervención comunitaria* (pp. 67-96). Desclée De Brouwer.

- Euzébios-Filho, A. y Oliveira-Leite, N. (2024). Ignacio Martín-Baró y Paulo Freire: un diálogo constructivo y transformador. *Teoría y crítica de la psicología*, 20, 173-190. <https://teocripsi.com/ojs/index.php/TCP/article/view/444>
- Fernández, I., Morales, J. F. y Molero, F. (2011). *Psicología de la intervención comunitaria*. Desclée De Brouwer.
- Fernández-Valera, M. M., Soler-Sánchez, M. I., García-Izquierdo, M. & Meseguer de Pedro, M. (2019). Personal psychological resources, resilience and self-efficacy and their relationship with psychological distress in situations of unemployment. *International Journal of Social Psychology*, 34(2), 331-353. <https://doi.org/10.1080/02134748.2019.1583513>
- Ferrero, A., Korkut, Y., Leach, M., Lindsay, G. & Stevens, M (Eds.). (2012) *The Oxford handbook of international psychological ethics*. Oxford Library of Psychology. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199739165.001.0001>
- Flick, U. (2015). *El diseño de la investigación cualitativa*. Morata.
- Forero-Pineda, F. (2021). ¿Qué es alienación? Perspectivas para la actualización de un concepto del pensamiento social crítico. *Praxis filosófica*, (52), 203-224. <https://doi.org/10.25100/pfilosofica.v0i52.10713>
- Frankl, V. E. (2023). *Psicoanálisis y existencialismo. De la psicoterapia a la logoterapia*. Fondo de cultura económica.
- Freire, P. (2022). *Pedagogía de la esperanza. Un reencuentro con la pedagogía del oprimido*. Siglo XXI.
- Freyssinet, J. (2023). La significación del trabajo. *El trimestre económico*, 90(358), 307-363. <https://doi.org/10.20430/ete.v90i358.1892>
- Furman, H. (2021). Propósito, satisfacción y proyecto de vida: una relación dialéctica. *Subjetividad e intersubjetividades*, 25(1), 73-83. <https://dspace.uces.edu.ar/jspui/handle/123456789/5802>

- Gallego-Vega, C., Jiménez-Toledo, A. y Corujo-Vélez, C. (2018) Otra forma de desarrollar el apoyo inclusivo: los grupos de apoyo mutuo. *Revista de investigación en educación*, 16(2), 106-120. <https://revistas.uvigo.es/index.php/reined/article/view/2131/2154>
- Gálvez, M. (2014). *La construcción del poder político en Ahuatepec, Cuernavaca, Morelos*. [Tesis de licenciatura]. Universidad Autónoma del Estado de Morelos.
- García-López, L. E., Quevedo-Navarro, M., La Rosa-Pons, Y. y Leyva-Hernández, A. (2020). Calidad de vida percibida por adultos mayores. *Revista de ciencias médicas de la Habana*, 27(1), 16-25. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revciemedhab/cmh-2020/cmh201c.pdf>
- García-Morales, A., Tique-Niño, M. y Pulido-Moreno, N. (2022). Desempleo y efectos en la salud de personas que acuden a una agencia de empleo. *Integración académica en psicología*, 10(2), 53-62. https://integracion-academica.org/index.php?option=com_content&view=article&id=343&catid=41
- García-Torres, M., García-Méndez, M., y Rivera-Aragón, S. (2017). Apoyo social en adultos mexicanos: validación de una escala. *Acta de investigación psicológica*, 7(1), 2561-2567. <https://doi.org/10.1016/j.aippr.2017.02.004>
- García-Viniegras, C. R. V. (2005). El bienestar psicológico: Dimensión subjetiva de la calidad de vida. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 8(2), 1-20. <file:///C:/Users/lestr/Downloads/w175n572,+19260-30201-1-CE.pdf>
- Gobierno del Estado de Morelos (9 de octubre de 2022). *Cuenta SSM con más de 300 profesionales para atender gratuitamente la salud mental*. Gobierno del Estado de Morelos. <https://morelos.gob.mx/?q=prensa/nota/cuenta-ssm-con-mas-de-300-profesionales-para-atender-gratuitamente-la-salud-mental>
- González, D. A., Reséndiz-Rodríguez, A. & Reyes-Lagunes, I. (2015). Adaptation of the BDI-II in Mexico. *Salud mental*, 38(4), 237-244. <https://doi.org/10.17711/sm.0185-3325.2015.033>
- González-González, M. (2023). *El valor del trabajo: consecuencias del desempleo y efecto del apoyo social*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/62997>

- González-Muñoz, S., Sánchez-Padilla, M. L., y Hernández-Benítez, R. (2023). Árbol de problemas como base en la investigación. *Educación y salud boletín científico instituto de ciencias de la salud Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*, 12(23), 125-129. <https://doi.org/10.29057/icsa.v12i23.11153>
- Gracia, E. y Herrero, J. (2006). La comunidad como fuente de apoyo social: Evaluación e implicaciones en los ámbitos individual y comunitario. *Revista latinoamericana de psicología*, 38, 327-342. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342006000200007&lng=en&tlng=es.
- Guarino, L. y Sojo, V. (2011). Apoyo social como moderador del estrés en la salud de los desempleados. *Universitas psychologica*, 10(3), 867-879. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1657-92672011000300018&script=sci_arttext
- Gutiérrez-Rojas, L.; Porras-Segovia, A.; Dunne, H.; Andrade-González, N. & Cervilla, J. A. (2020). Prevalence and correlates of major depressive disorder: a systematic review. *Brazilian journal of psychiatry*, 42(6), 657-672. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0650>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Baptista-Lucio, M. P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGrawHill Education.
- Herrero-Olaizola, J. (2004). La perspectiva ecológica. En Musitu-Ochoa, G.; Herrera-Olaizola, J., Cantera-Espinosa, L. M. y Montenegro-Martínez, M. (Eds), *Introducción a la psicología comunitaria* (pp. 99-134). Universidad Oberta de Catalunya.
- Hombrados-Mendieta, M. I. (2011). Sentido de comunidad. En Fernández, I., Morales, J. C. y Molero, F. (Eds), *Psicología de la intervención comunitaria* (pp. 97-128). Desclee De Brouwer.
- Instituto Nacional de Geografía y Estadística. (2020). *Censo de población y vivienda 2020*. INEGI: <https://www.inegi.org.mx/app/scitel/Default?ev=9>
- Instituto Nacional de Geografía y Estadística. (2021). *Encuesta nacional de bienestar autorreportado (ENBIARE)*. INEGI: <https://www.inegi.org.mx/programas/enbiare/2021/>

Instituto Nacional de Geografía y Estadística. (30 de agosto de 2023). *Tasa de casos nuevos de enfermedades sobre trastornos mentales y del comportamiento seleccionados y entidad federativa según sexo, serie anual de 2014 a 2021*. INEGI: https://www.inegi.org.mx/app/tabulados/interactivos/?pxq=Salud_Mental_05_101eeb31-ab5d-4238-899b-47a8d85786cc

Instituto Nacional de Geografía y Estadística. (2024). *Encuesta nacional de ocupación y empleo. Nueva edición (ENOEN) para el Estado de Morelos cifras durante el segundo trimestre de 2024*. INEGI: https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enoe/15ymas/doc/resultados_ciudades_e_noe_2024_trim2.pdf

Instituto Nacional de Salud Pública. (05 de julio de 2021). *Normativa: interna, nacional e internacional*. INSP. <https://www.insp.mx/insp-cei/normativa-interna-nacional-e-internacional.html>

Instituto Nacional de Salud Pública. (13 de enero de 2023). *Síntomas depresivos y atención a la depresión*. INSP. <https://www.insp.mx/avisos/sintomas-depresivos-y-atencion-a-la-depresion>

Irurzun, J. y Yaccarini, C. (2018). Resiliencia, espiritualidad y propósito de vida. Una revisión del estado del arte. *PSOCIAL Revista de investigación de psicología social*, 4(2), 58-66. https://www.researchgate.net/profile/Juan-Ignacio-Irurzun/publication/330076139_Resiliencia_Espiritualidad_y_Proposito_de_Vida_Una_revision_del_estado_del_arte/links/5c2bd33492851c22a3542ec8/Resiliencia-Espiritualidad-y-Proposito-de-Vida-Una-revision-del-estado-del-arte.pdf

Islas-Hernández, C. S. (2014). *Aprovechamiento de los recursos vegetales por parteras de las localidades nahuas de Ocotepic y Ahuatepec del municipio de Cuernavaca, Morelos, México*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio institucional CRIM-UNAM.

Juárez-García, A., Flores-Jiménez, C. A. y Pelcastre-Villafuerte, B. E. (2020). Factores psicosociales del trabajo y efectos psicológicos en comerciantes informales en Morelos,

- México: una exploración mixta preliminar. *Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud*, 52(4), 402- 413. <https://doi.org/10.18273/revsal.v52n4-2020007>.
- Kalin, N. H. (2020). The critical relationship between anxiety and depression. *The american journal of psychiatry*, 177(5), 365-367. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2020.20030305>
- Keyes, C. (2005). Mental Health and/or Mental Illness? Investigating Axioms of the Complete State Model of Health. *Journal of consulting and clinical psychology*, 73(3), 539-548. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.3.539>
- Kohrt, B. A.; Asher, L.; Bhardwaj, A.; Fazel, M.; Jordans, M. J. D.; Mutamba, B. B.; Nadkarni, A.; Pedersen, G. A.; Singla, D. R. & Patel, V. (2018). The role of communities in mental health care in low-and middle-income countries: a meta-review of components and competencies. *International journal of environmental research and public health*, 15(6), 1279. <https://doi.org/10.3390/ijerph15061279>
- Lamas, H. y Murrugarra, A. (31 agosto, 2020). *¿Qué es la Vulnerabilidad Psicosocial?* Instituto Salamanca. <https://institutosalamanca.com/blog/que-es-vulnerabilidad-psicosocial>
- Lascano-Angulo, J. F. (2023). *Consentimiento informado y capacidad para decidir: énfasis en América Latina*. [Tesis de Maestría, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio Nacional. <https://repositorio.puce.edu.ec/handle/123456789/43173>
- Lascurain-Fernández, M., Villafuerte-Valdés, L. F. y Carrera-Mora, O. Y. (2021). Globalización económica y cohesión social en América Latina. *Intersticios sociales*, (22), 297-327. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-49642021000200297&lng=es&tlng=es.
- Lee, J. O., Kapteyn, A., Clomax, A. & Jin, H. (2021). Estimating influences of unemployment and underemployment on mental health during the COVID-19 pandemic: who suffers the most? *Public Health*, 201, 48-54. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2021.09.038>
- LeMoult, J. & Gotlib, I. (2019). Depression: a cognitive perspective. *Clinical psychology review*, 69, 51-66. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2018.06.008>
- León-Silva, J. P. y Rincón-Ibarra, M. J. (2022). *El desempleo y sus consecuencias en la salud mental*. [Monografía compilatoria, Corporación Universitaria Minuto de Dios].

https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/14440/2/UVD.T.P_LeonJuan-RinconMilton_2022.pdf

- Leonardi-Reyes, S. (2016). *Asociación entre depresión y desempleo: un estudio transversal en Colombia*. [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Javeriana]. Repositorio Institucional Javeriano. <http://hdl.handle.net/10554/42735>
- Llosa, J. A., Agulló-Tomás, E., Menéndez-Espina, S., Rodríguez-Suárez, J. y Boada-Grau, J. (2020). Incertidumbre laboral, salud mental y apoyo social en trabajadores pobres. *Athenea Digital. Revista de pensamiento e investigación social*, 20(1), 1-24. <https://doi.org/10.5565/rev/athenea.2178>
- Loeza-Torres, L. M. (2024). Sentido de pertenencia y salud. *Pregones de la ciencia*, 1(3), 28-39. <https://doi.org/10.25009/pc.v1i3.141>
- López-Bolaños, L., Campos Rivera, M. y Villanueva Borbolla, M. A. (2018). Compromiso y participación comunitaria en salud: aprendizajes desde la sistematización de experiencias sociales. *Salud pública de México*, 60(2), 192-201. <https://doi.org/10.21149/8460>
- Marcos del Cano, A. M. y Topa-Cantisano, G. (2012). *Salud mental comunitaria*. Aranzadi.
- Martínez, R. y Fernández, A. (2023). *Metodologías e instrumentos para la formulación, evaluación y monitoreo de programas sociales: árbol de problema y áreas de intervención*. CEPAL.
- Maya-Jariego, I. (2023). Múltiples niveles ecológicos en el estudio del sentido psicológico de comunidad con el barrio de residencia. *Apuntes de psicología*, 41(3), 131-135. <https://doi.org/10.55414/ap.v41i3.1564>
- Medel-Ramírez, C. y Medel-López, H. (2020). *El bienestar social: una aproximación al concepto desde una perspectiva multidimensional*. [Municipal personal RePEc Archive]. https://mpira.ub.uni-muenchen.de/102668/1/MPRA_paper_102667.pdf
- Medina-Mora, M. E., Orozco, R., Rafful, C., Cordero, M., Bishai, J., Ferrari, A., Santomauro, D., Benjet, C., Borges, G. y Mantilla-Herrera, A. M. (2023). Los trastornos mentales en México 1990-2021. Resultados del estudio Global burden of disease 2021. *Gaceta médica de México*, 159(6), 567-538. <https://doi.org/10.24875/gmm.23000376>

- Méndez-Méndez, J. S. (8 de octubre de 2024). *Salud Mental: presupuesto y política nacional*. [https://ciep.mx/salud-mental-presupuesto-y-politica-nacional/#:~:text=3.1%20Unidades%20responsables,CONASAMA\)%20creada%20en%20el%202023](https://ciep.mx/salud-mental-presupuesto-y-politica-nacional/#:~:text=3.1%20Unidades%20responsables,CONASAMA)%20creada%20en%20el%202023).
- Menéndez-Roldán, S., Torralbo-Obrero, M. D. y Luque-Lozano, S. (2021). *Guía práctica para la planificación y evaluación participativa de las políticas públicas. La participación transversal*. Instituto Andaluz de Administración Pública. <https://doi.org/10.46735/iaap-pub.8>
- Merino-Salazar, P., Assunção, A.A., Amable, M., Benavides, F.G. y de Porras, D.G.R. (2023). El empleo informal como determinante fundamental de la salud mental en América Latina y el Caribe. *The Lancet*, 402 (10410), 1309-1311. [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(23\)02051-2/abstract](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(23)02051-2/abstract)
- Moctezuma, D. y Tapia, M. (1993). *Morelos, el estado*. Letras Consultantes en comunicación visual. UNAM.
- Montero, M. (1994) Vidas paralelas. Psicología comunitaria en Latinoamérica y en Estados Unidos. En *Psicología social comunitaria* de Montero, M.(coord.). México: Colección Fin de Milenio. Universidad de Guadalajara.
- Montero, M. (2003). *Teoría y práctica de la psicología comunitaria. La tensión entre la comunidad y sociedad*. Paidós.
- Montero, M. (2004a). El fortalecimiento en la comunidad, sus dificultades y alcances. *Psychosocial intervention*, 13(1), 5-19. <https://www.redalyc.org/pdf/1798/179817825001.pdf>
- Montero, M. (2004b). *Introducción a la psicología comunitaria. Desarrollo, conceptos y procesos*. Paidós.
- Montero, M. (2006). *Hacer para transformar. El método en la psicología comunitaria*. Paidós.
- Montero, M. (2009). *Del enfoque psicosocial comunitario al enfoque clínico comunitario: Situar la praxis en América Latina*. Conferencia presentada en el XXXII Congreso Interamericano de psicología Ciudad de Guatemala, Guatemala.

- Muñoz-Arroyave, C. O., Cardona-Arango, D., Restrepo-Ochoa, D. A., y Calvo, A. C. (2022). Salud mental positiva: entre el bienestar y el desarrollo de capacidades. *CES Psicología*, 15(2), 151-168. <https://doi.org/10.21615/cesp.5275>
- Muñoz-Rocha, C. I. (2015). *Metodología de la investigación*. Oxford University Press México.
- Musitu-Ochoa, G., Buelga, S., Vera-Jiménez, A., Ávila-Guerrero M. E. y Arango, C. (2009). *Psicología social comunitaria*. Trillas.
- Musitu-Ochoa, G., Herrero, J., Cantero, L. y Montenegro, M. (2004). *Introducción a la psicología comunitaria*. UCO.
- Nicolini, H. (2021). Depresión y ansiedad en los tiempos de la pandemia de COVID-19. *Cirugía y cirujanos*, 88 (5), 542-547. <https://doi.org/10.24875/ciru.m20000067>
- Olguín-Molina, H. J. (2022) Factores psicosociales, estrés percibido y estados afectivos a personas desempleadas durante la pandemia de COVID-19. *Revista de psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, 2(28), 10-29. <https://revistapsicologia.uaemex.mx/article/view/20388>
- Organización Internacional del Trabajo (2019). *Perspectivas sociales y del empleo en el mundo: Tendencias 2019*. Centro Internacional de Formación de la OIT.
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *Salud mental: Fortalecer nuestra respuesta*. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Clasificación internacional de enfermedades para estadísticas de mortalidad y morbilidad*. OMS.
- Organización Mundial de la salud. (27 de septiembre de 2023). *Trastornos de ansiedad*. OMS. [https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders#:~:text=Los%20trastornos%20de%20ansiedad%20interfieren,trastorno%20de%20ansiedad%20\(1\).](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders#:~:text=Los%20trastornos%20de%20ansiedad%20interfieren,trastorno%20de%20ansiedad%20(1).)

- Ortega-Osma, A. C. y Vásquez-Parra, L. M. (2021). *Impacto psicosocial del desempleo: Estado del arte*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Bucaramanga]. <http://hdl.handle.net/20.500.12749/13727>
- Ortiz-Lazcano, D. A. y Rodríguez-Esparza, L. J. (2023). Índice de vulnerabilidad al desempleo en México: efectos de la pandemia por covid-19. *Economía, sociedad y territorio*, 23 (71), 309-338. <https://doi.org/10.22136/est20231862>
- Padilla, E., Robles, I. y Vélez, L. (2019). *El desempleo: Factores sociales que nos indican las causas del desempleo y el impacto que se tiene*. Instituto de Estudios Legislativos del Estado de México. <http://www.inesle.gob.mx/Investigaciones/2019/01-19%20Desempleo.pdf>
- Pallares, M., Parody, Y., López, E., Ariza, M. y Sánchez, M. (2015) *Efectos del desempleo en el desarrollo humano de las comunidades en el sur de La Guajira*. [Proyecto de investigación, Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD]. Repositorio Institucional UNAD. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/3687>
- Parisi, E. R. y Manzi, A. (2022). Reflexiones sobre el riesgo de la desideologización en la intervención comunitaria. *Revista electrónica de psicología política*, 20(49), 20-37. <http://www.psicopol.unsl.edu.ar/pdf/REPP-A20-N49-Art02.pdf>
- Patlán-Pérez, J. (2020). ¿Qué es la calidad de vida en el trabajo? Una aproximación desde la teoría fundamentada. *Psicología desde el caribe*, 37(2), 31-67. <https://doi.org/10.14482/psdc.37.2.158.7>
- Pérez-Padilla, A. S. (2020). *Niveles de estrés y ansiedad en un grupo de jóvenes técnicos y profesionales desempleados en el municipio de Chigorodó, Antioquia*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Antioquia]. <https://hdl.handle.net/10495/15367>
- Piza-Burgos, N. D., Amaiquema-Márquez, F. A. y Beltrán-Baquerizo, G. (2019). Métodos y técnicas en la investigación cualitativa. Algunas precisiones necesarias. *Revista conrado*, 15(70), 455-459. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/1162/1167>
- Ponce-Hernández, D. J. (2019). *Aproximación de un modelo ecosistémico de atención a la salud mental comunitaria en estudiantes de bachillerato*. [Tesis de doctorado, Universidad

- Autónoma del Estado de Morelos]. Repositorio Institucional de Acceso Abierto UAEM. <http://riaa.uaem.mx/handle/20.500.12055/691>
- Prieto-Galindo, F. H. (2018). El pensamiento crítico y autoconocimiento. *Revista de filosofía*, 74, 173-191. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-43602018000100173>
- Quintana-Abello, I., Mendoza-Llanos, R., Bravo-Ferretti, C., y Mora-Donoso, M. (2018). Enfoque psicosocial. Concepto y aplicabilidad en la formación profesional de estudiantes de Psicología. *Revista reflexión e investigación educativa*, 1(2), 89–98. <https://doi.org/10.22320/reined.v1i2.3623>
- Ramírez-Vázquez, M. y Reyes-Laiseca, D. (2015) *Desempleo a nivel universitario: Estrategias para la búsqueda de trabajo y obtener el empleo idóneo*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Negocios ISEC-UNAM]. <https://repositorio.unam.mx/contenidos/133679>
- Ramos-Vidal, I. y Maya-Jariego, I. (2014). Sentido de comunidad, empoderamiento psicológico y participación ciudadana en trabajadores de organizaciones culturales. *Psychosocial intervention*, 23(3), 169-176. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=179832689002>
- Riquelme-Lobos, P. A., y Raipán-Gómez, P. M. A. (2021). Resiliencia y factores sociodemográficos involucrados en la presencia de sintomatología depresiva, ansiosa y de estrés en población adulta chilena durante la pandemia de COVID-19. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 26(3), 191–201. <https://doi.org/10.5944/rppc.27910>
- Robles-Acosta, C., Alviter-Rojas, L. E. y Martínez-Rodríguez, E. (2020). Sentido de pertenencia, relaciones intraorganizacionales y participación activa en el desarrollo comunitario: un análisis de empresas medianas de manufactura en México. *AD-minister*, (36), 31-44. <https://doi.org/10.17230/ad-minister.36.2>
- Rodríguez-Estrada, M. y Ramírez-Buendía, P. (2003). *Psicología del mexicano en el trabajo*. McGrawHill Interamericana.
- Rodríguez-Zafra, M. y García-Galeán, L. (2020). La cohesión grupal: factor terapéutico y requisito para la creación de un grupo de terapia. *Revista de psicoterapia*, 33(121), 71-84. <https://doi.org/10.33898/rdp.v33i121.1122>

- Rojas-Valero, E. A. y Blanco-Jiménez, M. (2023). El salario emocional. Una revisión sistemática a la literatura. *Innovaciones de negocios*, 20(39), 102-121. <http://eprints.uanl.mx/id/eprint/26220>
- Roldán-Conesa, J. M. (2022). Trabajadores maduros: la era digital y la edad como motivos de discriminación social y laboral. *Trabajo, persona, derecho, mercado*, (5), 297–313. <https://doi.org/10.12795/TPDM.2022.i5.14>
- Romero-Caraballo, M. P. (2017). Significado del trabajo desde la psicología del trabajo. Una revisión histórica, psicológica y social. *Psicología desde el Caribe*, 34(2), 120-138. <https://doi.org/10.14482/psdc.33.2.72783>
- Rosa-Dávila, E., y Mercado-Sierra, M. A. (2020). Salud mental comunitaria: Una explicación del modelo. *Voces desde el trabajo social*, 8(1), 272-290. <https://doi.org/10.31919/voces.v8i1.227>
- Rosas-Santiago, F. J., Rodríguez-Pérez, V., Hernández-Aguilera, R. D. y Lagunes-Córdoba, R. (2020). Estructura factorial de la versión mexicana del Inventario de Depresión de Beck II en población general del sureste mexicano. *Salud Uninorte*, 36(2), 436-449. <https://doi.org/10.14482/sun.36.2.616.85>
- Ruiz-Bueno, A. (2015). *El contenido y su análisis; enfoque y proceso*. Diposit Digital de la Universitat de Barcelona. <https://hdl.handle.net/2445/179232>
- Sánchez-Jiménez, H. M. (2023). La felicidad y el sentido de vida, una mirada humanista. *Avances en Psicología*, 31(2), 1-17. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2023.v31n2.2925>
- Sánchez-Vidal, A. (2007). *Manual de psicología comunitaria: un enfoque integrado*. Pirámide.
- Sanz, J., García-Vera, M. P. y Fortún, M. (2012). El “Inventario de Ansiedad de Beck” (BAI): Propiedades psicométricas de la versión española en pacientes con trastornos psicológicos. *Behavioral psychology/Psicología conductual*, 20(3), 563-583. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/05.Sanz_20-3oa.pdf

- Sanz, J., Gutiérrez, S., Gesteira, C. y García-Vera, M. P. (2014). Criterios y baremos para interpretar el “Inventario de Depresión de Beck-II” (BDI-II). *Behavioral psychology/Psicología conductual*, 22(1), 37-59. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/03.Sanz_22-1oa.pdf
- Seeman, M. (2015). Alienation: Psychosociological tradition. En Wright, J. (Ed), *International encyclopedia of the social and behavioral sciences* (pp. 385-388). <https://doi.org/10.1016/B0-08-043076-7/01825-8>
- Sociedad Mexicana de Psicología. (2010). *Código Ético del Psicólogo*. Trillas.
- Suárez-Barros, A. S., Alarcón-Vásquez, Y., y Reyes-Ruiz, L. (2018). Proyecto de vida: ¿proceso, fin o medio en la terapia psicológica y en la intervención psicosocial? *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 37(5), 505-511. http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/16152
- Tamayo-Ricaurte, C. A. (2021). Alteraciones del estado de ánimo causado por el desempleo. *Revista ecuatoriana de psicología*, 4(10), 203-211. <https://doi.org/10.33996/repsi.v4i10.63>
- Tejeda-Parra, G. y Burgos-Flores, B. (2021). Influencia del empleo en el bienestar subjetivo de las personas en México. *Relaciones. Estudios de historia y sociedad*, 41(163), 58-81. <https://doi.org/10.24901/rehs.v41i163.689>
- Torres-García, A. J., Ochoa-Adame, G. L. y Pedroza-Villegas, D. O. (2022). Determinantes de la participación económica de la mujer en México: un enfoque de calificación laboral. *Revista de economía*, 39(98), 69-93. <https://doi.org/10.33937/reveco.2022.250>
- Turizo-Palencia, Y., Cardozo-Rusinque, A. A., Martínez-González, M. B., Arenas-Rivera, C. P., Ibáñez-Navarro, L. M., Durán-Lizarazo, C., y Escobar-Arévalo, A. (2021). Intervención psicosocial, bienestar y capital social en comunidades con desventaja socioeconómica. *Revista Cubana de salud pública*, 47(2), 1-27. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662021000200012&lng=es&tlng=es

- Van Zon, S. K. R., Reijneveld, S. A., Mendes de Leon, C. F., & Bültmann, U. (2017). The impact of low education and poor health on unemployment varies by work life stage. *International journal of public health*, 62(9), 997–1006. <https://doi.org/10.1007/s00038-017-0972-7>
- Viera, A. O., López, S. S., y Barrenechea, A. V. (2024). El bienestar psicológico, un indicador positivo de la salud mental. *Revista cubana de salud y trabajo*, 7(1/2), 34-39. <https://revsaludtrabajo.sld.cu/index.php/revsyt/article/view/794>
- Villalobos, H. P. (2019). Autoestima, teoría y su relación con el éxito personal. *Alternativas en psicología*, 41(3), 22-31. <https://alternativas.me/autoestima-teorias-y-su-relacion-con-el-exito-personal/>
- Zambrano-Calozuma, P. y Estrada-Cherre, J. (2020). Salud Mental en el adulto mayor. *Polo del conocimiento*, 5(2), 3-21. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/1246>

Anexos

Anexo 1: Solicitud de uso de espacios públicos



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL
ESTADO DE MORELOS**

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MORELOS

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA

SOLICITUD DE USO DE ESPACIOS PÚBLICOS



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

C. Paulino Salas Flores.

Ayudante municipal del Poblado de Ahuatepec, Cuernavaca, Morelos.

PRESENTE:

Por medio de este conducto me permito enviarle un cordial saludo, así mismo solicitar el uso de espacios públicos de las instalaciones de la Ayudantía de Ahuatepec, durante los días lunes y martes de los meses de septiembre a octubre de 2024, en un horario de 5:00 pm a 7:00 pm, esto con el fin de llevar a cabo un proyecto de investigación de tesis, de la Maestría en Psicología, de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos.

El propósito del presente estudio es trabajar con la comunidad de habitantes del Poblado de Ahuatepec, para reducir la sintomatología depresiva y ansiosa de las personas en situación de desempleo en la participación de un taller comunitario donde se realizará una red de apoyo social entre los participantes.

La colaboración en la investigación consistirá en responder cuestionarios y participar activamente en las sesiones, que se llevaran a cabo una vez a la semana. Las respuestas plasmadas, documentos presentados, así como la información proporcionada durante las sesiones será manejada bajo estricta confidencialidad y las respuestas serán utilizadas con fines estadísticos.

Cabe destacar que no se ofrecerá ninguna clase de pago o especie a las personas, o algún beneficio de parte de los coordinadores del estudio, de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos y de la Ayudantía Municipal.

Los participantes podrán retirarse del estudio sin consecuencias de ningún tipo. Así mismo el investigar podrá solicitar el retiro de las personas ante conductas inadecuadas. En caso de encontrar personas con puntuaciones de depresión alta acompañada de conductas de riesgo potencial, se le brindará el servicio de canalización para recibir atención psicológica en las instancias de salud pública o privada pertinentes.

Quedo a la orden de su respuesta.

ATENTAMENTE:

Psic. Luis Alfredo Estrada García
Correo: luis.estradag@uaem.edu.mx

Anexo 2: Consentimiento informado



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MORELOS
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA
CONSENTIMIENTO INFORMADO



El propósito del presente estudio es reducir la sintomatología depresiva y ansiosa de los participantes en situación de desempleo, habitantes del poblado de Ahuatepec, Municipio de Cuernavaca, Estado de Morelos; a través de la participación en un taller comunitario.

La colaboración en la investigación consiste en responder con sinceridad los cuestionarios proporcionados y participar activamente en las sesiones, las cuales tendrán una duración aproximada de 1 hora y media, que serán de forma grupal y presencial en las instalaciones de la Ayudantía Municipal del Poblado de Ahuatepec, siendo dos sesiones semanales, los lunes y martes en un horario de 5:00 pm a 6:30 pm, del lunes 23 de septiembre al martes 15 de octubre de 2024.

Las respuestas plasmadas en los cuestionarios, documentos presentados, así como toda la información proporcionada durante las sesiones será manejada bajo estricta confidencialidad, y las respuestas se utilizarán con fines estadísticos y científicos.

Cabe señalar que no se ofrecerá ninguna clase de pago a los participantes, o algún beneficio tanto de parte de los coordinadores del estudio, como de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos y de la Ayudantía Municipal.

Usted podrá retirarse del estudio sin consecuencias de ningún tipo. Así mismo el investigador, podrá solicitar su retiro ante cualquier circunstancia que no se apegue a los objetivos de la investigación. Así mismo al percibirse puntuaciones de depresión alta acompañada de conductas de riesgo potencial, se le brindará el servicio de canalización para recibir atención psicológica en las instancias pertinentes.

En caso de tener dudas o preguntas acerca de la presente investigación, podrá comunicarse con el **Psic. Luis Alfredo Estrada García**, a través del número de celular 777-387-05-44 o al correo: luis.estradag@uaem.edu.mx (en un horario de 7:00 am – 9:00pm).

He leído y estoy de acuerdo con el procedimiento de la investigación, manifiesto mi participación voluntaria:

Nombre y firma del participante

Nombre y firma del testigo

Nombre y firma del investigador:

Fecha:

Anexo 3: Cartel de publicidad

Figura 2

Cartel de publicidad físico y virtual.



**GRUPO GRATUITO DE APOYO PSICOLÓGICO
PARA ADULTOS CON DESEMPLEO**

Dos sesiones semanales donde se abordaran:
los temas:
Depresión y ansiedad
Apoyo social
Salud mental comunitaria
Solución de problemas como comunidad



**Registro de participación del 9 al 22 de
septiembre**

**Inicio lunes 23 de septiembre
5:00pm**

**en las instalaciones de la Ayudantía
de Ahuatepec**

Contacto para mayores informes:
Cel: 777-387-05-44 (Psic. Luis Estrada)
Correo: luis.estrada@uaem.edu.mx

Anexo 4: Evidencias

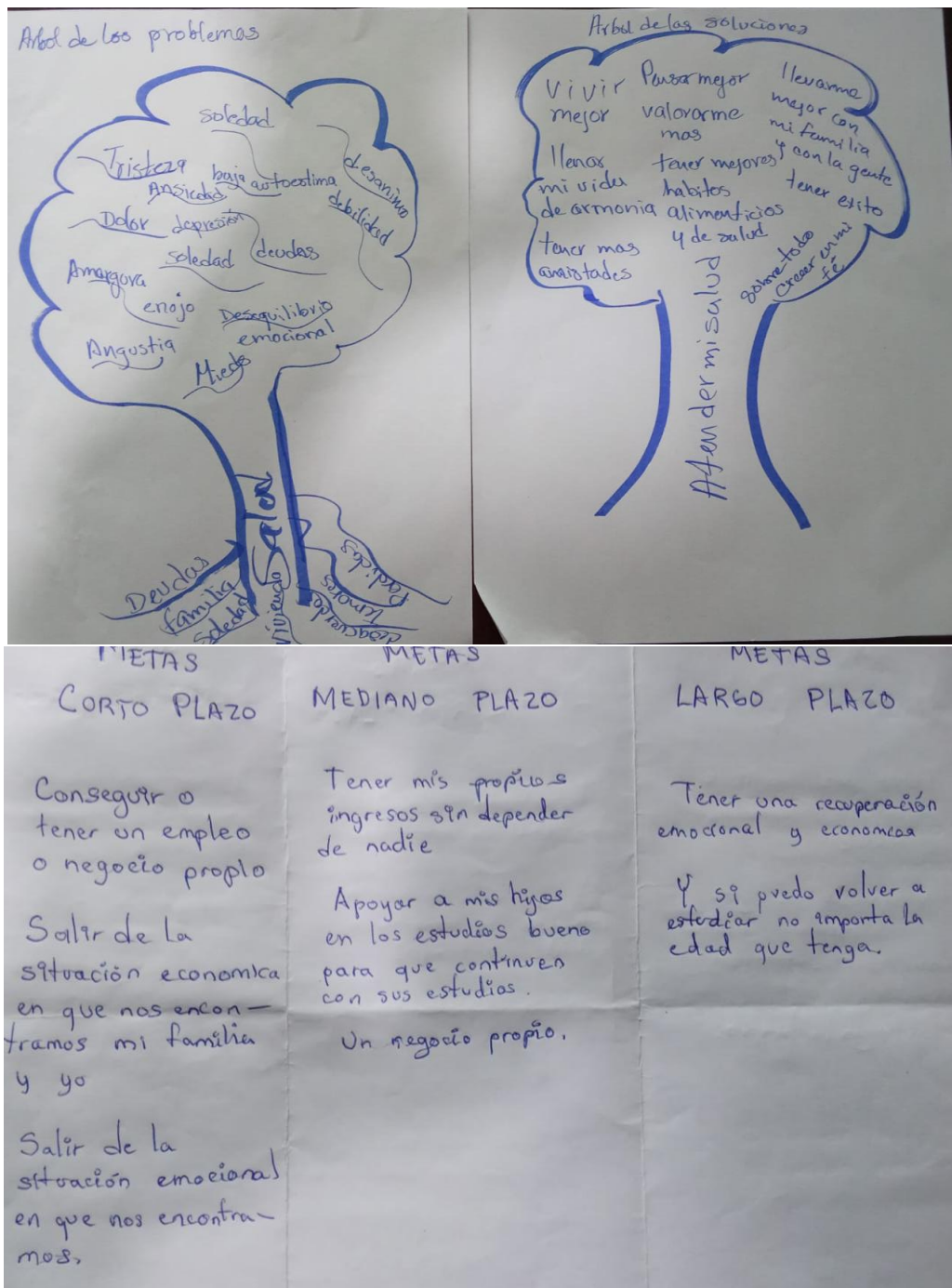
Figura 3

Evidencias fotográficas de participantes



Figura 4

Evidencias fotográficas de ejercicios en sesiones.



Anexo 5: Cronograma de actividades

Tabla 9

Cronograma de Actividades Semestre I (2023).

SEMESTRE I 2023																				
ACTIVIDAD	AGO.				SEP.				OCT.				NOV.				DIC.			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Revisión de anteproyecto																				
Creación de objetivos y justificación																				
Elaboración de índice																				
Planteamiento del problema																				
Avances del marco conceptual																				
Avances del marco teórico																				
Investigación del estado del arte																				
Entrega de avances I (Protocolo de investigación)																				
Evaluación de avance de proyecto																				
Correcciones																				

Tabla 10

Cronograma De Actividades Semestre II (2024)

SEMESTRE II 2024																								
ACTIVIDAD	ENE.				FEB.				MAR.				ABR				MAY.				JUN.			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Avances del Marco Teórico																								
Elaboración del programa de intervención																								
Presentación de avances y correcciones																								
Elaboración de solicitud de espacios y consentimiento informado																								
Terminación del marco teórico																								
Entrega de avances II (Marco teórico y diseño de investigación)																								

Tabla 11

Cronograma de actividades Semestre III (2024)

SEMESTRE III 2024																								
ACTIVIDAD	JUL.				AGO.				SEP.				OCT.				NOV.				DIC.			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Correcciones																								
Solicitud de espacios públicos																								
Difusión e integración de participantes																								
Sesión 1																								
Sesión 2																								
Sesión 3																								
Sesión 4																								
Sesión 5																								
Sesión 6																								
Sesión 7																								
Sesión 8																								
Retroalimentación																								
Seguimiento																								
Entrega de avances III (Datos empíricos y aplicación de instrumentos)																								

Tabla 12

Cronograma de Actividades Semestre IV (2025)

SEMESTRE IV 2025																																
ACTIVIDAD	ENE.				FEB.				MAR.				ABR				MAY.				JUN.				JUL.				AGO.			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Seguimiento de red de apoyo																																
Elaboración del análisis																																
Elaboración de resultados																																
Elaboración de conclusiones y discusión																																
Elaboración del reporte																																
Correcciones																																
Presentación de avances IV (Análisis, resultados y conclusiones)																																
Entrega de tesis																																

Anexo 6: Cartas descriptivas

Cartas descriptivas por sesiones de intervención

SESIÓN	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	RECURSOS MATERIALES
1. Bienvenida e introducción	• Promover la integración de los participantes, para propiciar un clima de sintonía y armonía grupal. • Realizar un perfil situacional grupal de las personas que serán atendidas. • Introducir a la población acerca de los signos de la depresión y ansiedad.	➤ Bienvenida a los participantes. 10 minutos. ➤ Explicación de los objetivos y propósitos de la intervención psicosocial. 10 minutos. ➤ Presentación de los participantes. 20 minutos. ➤ Realizar acuerdos de convivencia grupal entre todos los participantes. 10 minutos. ➤ Dinámica de integración. 10 minutos. ➤ Análisis grupal de la situación del desempleo y los signos de la depresión y ansiedad. 20 minutos. ➤ Retroalimentación grupal. 10 minutos. Total: 90 minutos	• Bolígrafos. • Plumones. • Hojas blancas.

2. Análisis de los problemas y soluciones	• Revisar el uso personal del pensamiento absolutista ante las situaciones problemáticas diarias. • Analizar las soluciones previamente intentadas para resolver su situación económica y psicosocial. • Elaborar un plan de trabajo individual y grupal de solución de problemas ante situaciones estresantes.	➤ Bienvenida y retroalimentación de la sesión anterior. 10 minutos. ➤ Revisión de los pensamientos absolutistas, las barreras que impiden progresar para concretar el empleo y analizar los signos depresivos-ansiosos. 20 minutos. ➤ Aplicación del “Árbol de los problemas”, para hacer un análisis de los problemas que actualmente viven los integrantes del grupo, comprender las causas y consecuencias de estos. 25 minutos. ➤ Aplicación del “Árbol de las soluciones”, para hacer un análisis de las soluciones realizadas hasta el momento, cuáles han sido las razones por las cuales ha habido fracasos en concreción de un empleo formal o informal. 25 minutos.	• Formato del árbol de problemas y de las soluciones. • Bolígrafos. • Hojas blancas. • Plumones.
---	---	--	---

		➤ Retroalimentación grupal. 10 minutos. Total: 90 minutos.	
3. Autoconocimiento y autoestima	• Relacionar la capacidad de autoconocimiento con las dificultades presentadas durante los análisis con la conciencia de a mayor conocimiento pueden salir de su situación problemática. • Aplicar ejercicios de promoción de la autoestima y compartir experiencias al grupo de apoyo.	➤ Bienvenida y retroalimentación de la sesión anterior. 10 minutos. ➤ Ejercicio de autoconocimiento, análisis FODA. 30 minutos. ➤ Analizar la etiqueta “desempleado”. 10 minutos. ➤ Ejercicio de promoción de la autoestima individual. 30 minutos. ➤ Retroalimentación grupal. 10 minutos. Total: 90 minutos.	• Formato del análisis FODA. • Hojas blancas. • Bolígrafos. • Plumones.
4. El sentido de la vida y los proyectos	• Analizar el concepto de “sentido de vida” de manera individual y grupal, así como centrarse en la situación personal. • Crear un proyecto de vida con base en metas	➤ Bienvenida y retroalimentación de la sesión anterior. 10 minutos. ➤ Análisis del sentido de la vida individual. 30 minutos. ➤ Realizar metas vitales a corto, mediano y largo plazo. 40 minutos.	• Hojas blancas. • Bolígrafos. • Plumones

	de vida a corto, mediano y largo plazo.	➤ Retroalimentación grupal. 10 minutos. Total: 90 minutos.	
5. Apoyo social	• Describir conceptos clave del apoyo social para ser discutidos en la sesión. • Reconocer la existencia de una red de apoyo personal y grupal. • Practicar la comunicación efectiva y afectiva entre los compañeros de intervención, para ser aplicada en las relaciones sociales.	➤ Bienvenida y retroalimentación de la sesión anterior. 15 minutos. ➤ Análisis grupal sobre ¿Qué es el apoyo social? Y la importancia de las relaciones sociales. 30 minutos. ➤ Análisis de la comunicación efectiva y afectiva para su aplicación en las relaciones sociales. 10 minutos. ➤ Role play de ejercicios de comunicación efectiva y afectiva. 20 minutos. ➤ Retroalimentación grupal. 15 minutos. Total: 90 minutos.	• Hojas blancas. • Bolígrafos. • Plumones.
6. Red de apoyo social	• Organizar una propuesta de red de apoyo social entre los participantes. • Analizar las necesidades sociales del ambiente para la	➤ Bienvenida y retroalimentación de la sesión anterior. 10 minutos. ➤ Delimitar la red de apoyo social de los participantes. 20 minutos.	• Hojas blancas. • Bolígrafos. • Plumones.

	comprensión del entorno sociopolítico de la comunidad, conocer lo que hace falta en el poblado para mejorar la situación vivida.	➤ Compartir necesidades sociales desde el contexto en el que viven. 25 minutos. ➤ Elaboración de propuestas de apoyo social de las autoridades locales. 25 minutos. ➤ Retroalimentación grupal. 10 minutos. Total: 90 minutos.	
7. La autogestión de la red de apoyo social	• Analizar las virtudes individuales de cada participante y cómo estas colaboran entre sí para potenciarlas en grupo. • Construir una red de apoyo social autogestionada por los participantes de la intervención.	➤ Bienvenida y retroalimentación de la sesión anterior. 10 minutos. ➤ Ejercicio de <i>Empowerment</i>, describir las virtudes personales y cómo encajan de manera grupal, ejercicio de retroalimentación entre los integrantes. 40 minutos. ➤ Realizar protocolos de trabajo para sustentar la red de apoyo social en el futuro. 30 minutos. ➤ Retroalimentación grupal. 10 minutos. Total: 90 minutos.	• Hojas blancas. • Bolígrafos. • Plumones.

8. Cierre y retroalimentación	• Dialogar entre los participantes acerca de impresiones acerca de la intervención, así como sus expectativas a futuro. • Concretar bases del seguimiento de una red de apoyo social.	➤ Bienvenida y retroalimentación de la sesión anterior. 10 minutos. ➤ Aplicación de instrumentos de medición psicológica. 20 minutos. ➤ Análisis de la experiencia individual y grupal. 40 minutos. ➤ Pautas de seguimiento de la red de apoyo social. 10 minutos. ➤ Cierre de la intervención. 10 minutos. ➤ Convivio. Tiempo libre. Total: 90 minutos.	Formatos: • Inventario de depresión de Beck-II (BDI-II). • Inventario de ansiedad de Beck (BAI)
---	--	---	---

Nota: Elaboración propia.



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL
ESTADO DE MORELOS



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Maestría en Psicología

Cuernavaca Morelos a 20 noviembre 2025

ASUNTO: Votos Aprobatorios

DRA. MARICARMEN ABARCA ORTIZ
COORDINADORA ACADÉMICA
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T E

Por este medio, nos permitimos informar a Usted el dictamen de votos aprobatorios de la tesis titulada: **INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL GRUPAL EN PERSONAS ADULTAS DESEMPLEADAS CON SIGNOS DE DEPRESIÓN Y ANSIEDAD EN AHUATEPEC, MORELOS.** Trabajo que presenta el C. Luis Alfredo Estrada García quien cursó la Maestría en Psicología perteneciente a la Facultad de Psicología de la UAEM en las instalaciones de la Facultad de Psicología.

VOTOS APROBATORIOS			
COMISIÓN REVISORA	APROBADO	CONDICIONADO A QUE SE MODIFIQUEN ASPECTOS*	SE RECHAZA*
DR. MIGUEL ANGEL GALLARDO ESTRADA	X		
DRA. YURICA RIOS QUINTERO	X		
DRA. MONICA MELINA MORALES MURILLO	X		
DRA. SANDRA MARQUEZ OLVERA	X		
DRA. ITZEL MONICA GOMEZ MANJARREZ	X		

**En estos casos deberá notificar al alumno el plazo dentro del cual deberá presentar las modificaciones o la nueva investigación (no mayor a 30 días).*

Sirva lo anterior para que dicho dictamen permita realizar los trámites administrativos correspondientes para la presentación de su examen de grado. Sin más por el momento agradecemos la atención prestada y quedamos de Usted, reiterando nuestras más amplias consideraciones.

ATENTAMENTE
Comisión Revisora
(Se anexa e-firma)



UAEM
RECTORÍA
2023-2029



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL
ESTADO DE MORELOS

Se expide el presente documento con firma electrónica UAEM, soportada por el certificado vigente a la fecha de su elaboración y con efectos plenos de conformidad con los LINEAMIENTOS EN MATERIA DE FIRMA ELECTRÓNICA PARA LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MORELOS PUBLICADOS en el ÓRGANO INFORMATIVO UNIVERSITARIO "ADOLFO MENÉNDEZ SAMARÁ" número 117 de fecha 20 de abril de 2021.

Sello electrónico

YURICA RIOS QUINTERO | Fecha:2025-11-20 16:06:48 | FIRMANTE

MWO3cBHisIErZz5sHgxy8Y0T755ID0kC52tv7Q+xE1Tl4h/fj3oaul7M6BARM7eAZplA1t7F8vMgXlVoiUhUbUKUTJum6DC0M11DIB+cmIghUvLFrjcJvIA4H1oi0vUIC/1yHU94H9ct
q1+UckLDaQg0bkreY1BpzQv6R+2jx2KS8xO9ZDcnfbKSFtuZsDUxkQfslp2KRwIY6VKYgJbq5fzFvUp7cSTX4ndno5Ag/Y0aFCUtYn/mXZ4xWogisKg9VAEpqArDzuigQyIsyRwC+
de9rltn7OOhZVmuYk78y9aTWPWEW+0/qFr5Mqb+QCCzgcYuCiQpEdaN4nMZnoJw==

MONICA MELINA MORALES MURILLO | Fecha:2025-11-21 06:38:20 | FIRMANTE

kk1pk/21aw+i6insUwU8syf8ZduQZEFa9tEkNqRTG9YfMhJ0aFMP7zc+xUjqUB5MxXRb5NqMmedSFJdm2qW7rGKCC964yqU/9D+NDVXUyRhSqnQGToS1MvxlccReTyiv5nm4p
D94M85P4DxuXXXRzGNVVDjyFBPHUF7uQtOHS7qWbWerO1qak4oiydZ3gv6RUUVs9ojMMYhu+D20ZdgGjdjbdA/smcBrhdasLPkHH4KCMUftugC4Q86fP0NcfUeMyAwlr8arVK
NiTirsj5pqN/lnJdtHr3sFLy7G/2f1am4byfS+e3tsuLmPLVKBx0C6PNwiTewVwj/63lyHFWklw==

MIGUEL ANGEL GALLARDO ESTRADA | Fecha:2025-11-21 09:17:40 | FIRMANTE

v2ZtJdWCb832Q8P7/SU1p3DX8LzqWbObVgjhXkdTuKAMBP58sz6Suul3y26gAYgaWScHn0p2mQIMnpy9BuAR+VylJYopV4UmzFO68963tkXJky0wuYZRWsjAQRIHsNS/6BebF
TXu6WqGTH1O5mbeyqhFg37B0frxa03OGYiOHAs+SxHjpBrrY6M1f37BfTB8cOn+9ciY0a7QvdFMC/8Z04/5QzcTmDAOTI8PdaqwkDY5vXO082NfwLRxJp6hdtPtQIAPHcxfoQLk
UH0/vJBSz3eK7ikXqqdkj+gby7xVHarc0Kc3y8Z7EIC19PJYM0g57Hd70p1kXVf3nqamJBVw==

SANDRA MARQUEZ OLVERA | Fecha:2025-11-27 19:45:20 | FIRMANTE

LK0/ugSy78Rf0fmpaEcp1w3HkABwEFl/1g29ul4lbUA8EQpvET7BqY+MthHJq+Wk/yt9fDg8L8P6b+QOoQlwg1LOBWw7sPpeAkN+q+xu35BgK7zfOONiwgUQrAp/37kmVrlZ3VK
MyFvkZ8vg9WBEiopji0HaX9NJTr6uoL3FVw8wlGwjlXmdjGhTxCflQOs8/yu79x1snY3v3HTUjAGjHTE6Ka5xxou7iPpmSZbHXEwbZCgE1i4a02bVTaQt4k4sl+G0IT+VzyMc37Sh
X8zR9sAsEmwIAcd1gZCtdRhQXooppkocYt1V4MXq+0RTBZdSpZkkSRy6qEYJcGv7sg==

ITZEL MONICA GOMEZ MANJARREZ | Fecha:2025-12-02 22:38:22 | FIRMANTE

LwLR9ZVyWCAduZbiVokhGybvwmWQMqQhxcgOhLkM8Z3NKZmHOI+r5AW3CvcTdSIOxFmuTiGKtLE0BlaTEOV1nqqxPtkDq0PQ0T44Ef+puWV8apypJDWv5/Lh9CslXa86ylkV
bXce3P2tALoUWUu0eY66Yym7NZpXvrd1HEDqWSH4itBime5BUz6thybBWfNo2Tk8V4KxK0Tf9DxOWr8cm1RnaDu32JVcu97HB8tFww4IDOCfss1rq3EQvQPph9c9UNTsw8/MZ
djNkhn8+P2DH7PmS1iqrt5jioPk+AVz9fIGTF+0kt3KOpvxqED0hs7kAjb9gag3y4WKPSy+fFR+AA==

Puede verificar la autenticidad del documento en la siguiente dirección electrónica o
escaneando el código QR ingresando la siguiente clave:



8yC4z6D72

<https://efirma.uaem.mx/noRepudio/VLzyHkCpCAExUbTppq4fpLxLvCWTU98d>



UAEM
RECTORÍA
2023-2029