

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA.



INFORME FINAL DEL CURSO DE ESPECIALIZACIÓN

CURSO DE PRE- ESPECIALIZACIÓN EN EVALUACIÓN PSICOLÓGICA.

TITULO DEL INFORME FINAL:

SALUD MENTAL: UN ANÁLIS DE LA ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL
SÉPTIMO GRADO DEL CENTRO ESCOLAR CANTÓN MEJICAPA.

PARA OPTAR AL GRADO ACADÉMICO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

PRESENTADO POR:

ROSALIA DE JESÚS FLORES JOYA FJ20003

KARINA ESMERALDA CARRANZA MONJARAS CM20102

DOCENTE ASESOR:

LIC. LUIS ROBERTO GRANADOS GÓMEZ.

NOVIEMBRE 2025

SAN MIGUEL, EL SALVADOR, CENTROAMÉRICA

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

AUTORIDADES



MSC. JUAN ROSA QUINTANILLA

RECTOR

DR. EVELYN BEATRIZ FARFÁN

VICERRECTORA ACADÉMICA

MSC. ROGER ARMANDO ARIAS ALVARADO

VICERRECTOR ADMINISTRATIVO

LIC. PEDRO ROSALÍO ESCOBAR CASTANEDA

SECRETARIO GENERAL

LIC. CARLOS AMILCAR SERRANO RIVERA

FISCAL GENERAL

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL

AUTORIDADES



MSC. CARLOS IVÁN HERNÁNDEZ FRANCO

DECANO

DRA. NORMA AZUCENA FLORES RETANA

VICEDECANA

LIC. CARLOS DE JESÚS SÁNCHEZ

SECRETARIO

MAESTRA. ANA CECILIA CAÑAS ZELAYA

JEFA DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

PHD. RENÉ CAMPOS QUINTANILLA

**COORDINADOR GENERAL DE PROCESOS DE GRADUACION DE LA SECCIÓN DE
PSICOLOGÍA**

AGRADECIMIENTOS

A LAS AUTORIDADES, PERSONAL DOCENTE Y ADMINISTRATIVO DE LA UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR: Por facilitarnos los recursos para nuestra formación y brindarnos un ambiente académico- profesional al cual pertenecer.

DOCENTES DE LA SECCIÓN DE PSICOLOGÍA: Catedráticos que, a lo largo de nuestra formación supieron transmitirnos sus conocimientos para hacer de nosotros buenos profesionales.

PERSONAL DEL CENTRO ESCOLAR CANTÓN MEJICAPA: Por abrírnos las puertas de su institución, compartir sus experiencias, brindarnos su amistad y apoyo en el proceso.

ROSALIA DE JESÚS FLORES JOYA

KARINA ESMERALDA CARRANZA MONJARAS

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, agradezco profundamente a Dios, por darme la fortaleza, la sabiduría y la perseverancia necesarias para llegar hasta este momento. Sin Su guía, nada de esto habría sido posible.

A mi mamá, por su amor incondicional, su apoyo constante y por ser mi ejemplo de lucha y dedicación. Gracias por poner su fe y confianza y creer en mí incluso cuando yo dudaba.

A mi papá, que ya no está físicamente conmigo, pero cuya memoria y enseñanzas me acompañan cada día. Sé que, desde donde esté, se siente orgulloso de este logro.

A mis hermanos, por su cariño, comprensión y apoyo en cada paso de este camino. Gracias por ser parte fundamental de mi vida.

A mi querida abuela, que también partió, pero dejó en mí el valor del esfuerzo, la fe y la humildad. Su amor y sus palabras siguen siendo una guía en mi corazón.

Y a mi amiga, por estar presente en los momentos difíciles, por su compañía, sus palabras de ánimo y su amistad sincera que tanto valoro.

A todos ustedes, gracias por ser parte de este logro. Este trabajo es también suyo.

ROSALÍA DE JESÚS FLORES JOYA.

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por ser mi guía constante, mi fortaleza en los momentos difíciles y la luz que ha iluminado cada paso de este camino. Gracias por darme la sabiduría, la paciencia y la fe necesarias para culminar esta etapa tan importante de mi vida.

A mí tío Tony Carranza, por su valioso apoyo en mis estudios y en mis gastos, por su generosidad, comprensión y confianza en mí. Su ayuda desinteresada y sus palabras de aliento fueron fundamentales para alcanzar esta meta.

A mis padres, ejemplo de amor, esfuerzo y perseverancia. Gracias por su sacrificio, su apoyo incondicional y por enseñarme, con su vida, que todo sueño puede hacerse realidad con dedicación y fe. Este logro es tanto mío como de ustedes.

A mi hermano, por su cariño sincero y su apoyo constante. Gracias por acompañarme con palabras de ánimo y por compartir conmigo cada triunfo y cada desafío.

A Rosalia, gracias por acompañarme en este camino con tanto cariño y constancia. Tus palabras de aliento, tu apoyo incondicional y tu confianza en mí fueron una gran fuente de motivación en todo momento. Agradezco cada gesto, cada consejo y cada sonrisa que me diste cuando más los necesitaba. Este logro también te pertenece, porque tu amistad fue una parte esencial de mi fuerza para llegar hasta aquí.

A Yenifer, Gracias por ser parte de este proceso y por tu apoyo sincero. Tu presencia, tus ánimos y tu disposición para escucharme y acompañarme hicieron que este camino fuera más llevadero.

KARINA ESMERALDA CARRANZA MONJARAS

Contenido

RESUMEN	9
Palabras claves:	9
ABSTRACT	10
Keywords:	10
INTRODUCCION	11
OBJETIVO GENERAL	11
JUSTIFICAION	11
SALUD MENTAL: UN ANÁLISIS DE LA ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO GRADO DEL CENTRO ESCOLAR CANTÓN MEJICAPA.	12
INTRODUCCION	12
BASE CONCEPTUAL	13
SALUD MENTAL	13
ANSIEDAD:	13
DEPRESIÓN:	13
OBJETIVOS	14
OBJETIVO GENERAL:	14
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	14
JUSTIFICACION	14
METODOLOGIA	14
INTRUMENTOS	15
Inventario de ansiedad de Beck (BAI):	15
Inventario de depresión de Beck (DBI-II)	16
RESULTADOS	16
Tabla 1: Distribución por sexo y nivel de Depresión	16
Tabla 2-Distribución por sexo y nivel de ansiedad	17
Grafica 1- nivele de depresión	18
Grafica 2- niveles de ansiedad.	19
DISCUSIÓN	19
CONCLUSIONES	20
BIBLIOGRAFIA	21
ANEXO 1: FASE DIAGNÓSTICA	22
RESUMEN DIAGNÓSTICO	22

ETAPAS DEL DIAGNOSTICO	22
Identificación del Problema:	22
Recolección de datos:	22
Análisis de datos:	22
Síntesis del diagnóstico:	22
DESARROLLO DEL DIAGNÓSTICO	23
Condición emocional y percepción escolar:	23
Factores de riesgo:.....	23
Factores protectores:	23
Distribución de síntomas por nivel y sexo:	23
Perspectivas de intervención	23
SÍNTESIS GENERAL DEL DIAGNÓSTICO	23
CARACTERISTICAS DE LOS ESTUDIANTES EVALUADOS	24
TABLA 1- grafica de niveles de ansiedad.....	24
TABLA 2- grafica de niveles de depresión.....	25
INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK (BAI).....	26
INVENTARIO DE DEPRESIÓN DE BECK (BDI-II)	27
CARTA DE PERMISO	31
ANEXO 2	32
JUSTIFICACION.....	33
GENERALIDADES.....	33
Objetivo general	35
Objetivos específicos	35
CONTENIDO DEL PROGRAMA.....	37
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	39
RECURSOS NECESARIOS	40
CRITERIOS DE INCLUSIÓN	40
CONSTANCIA DE PROGRAMA	40
HOJA DE ASISTENCIA	41
INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK (BAI)	42
INVENTARIO DE DEPRESION DE BECK (BDI-II)	43
BIBLIORAFIA	47

RESUMEN

La salud mental es un componente esencial del bienestar emocional, psicológico y social, y determina la manera en que las personas piensan, sienten y actúan ante las exigencias diarias; en el contexto escolar, trastornos como la ansiedad y la depresión afectan significativamente el rendimiento académico, la autoestima y las relaciones interpersonales, por lo que su identificación temprana es fundamental. En el Centro Escolar Cantón Mejicapa se realizó un estudio cuantitativo, descriptivo y transversal con nueve estudiantes de séptimo grado, evaluados mediante el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y el Inventario de Depresión de Beck (BDI-II); los resultados mostraron que el 100% presentó síntomas depresivos, distribuidos entre niveles leves y moderados, mientras que la ansiedad se manifestó principalmente en niveles bajos, aunque con casos moderados y uno severo. Estos hallazgos evidenciaron la influencia de factores como presión académica, conflictos familiares, falta de apoyo profesional y limitados espacios de expresión emocional, aunque el respaldo familiar y la resiliencia funcionaron como factores protectores. A partir de ello se diseñó un programa de intervención psicoeducativa de ocho semanas orientado a reducir los niveles de ansiedad y depresión mediante talleres grupales, técnicas de relajación, actividades artísticas, dinámicas participativas y apoyo individual, con el fin de fortalecer la expresión emocional, la autoestima, el manejo del estrés y la toma de decisiones. Se concluye que la atención a la salud mental estudiantil es indispensable para el desarrollo integral, por lo que se requiere la coordinación entre escuela, familia y comunidad para promover entornos educativos seguros, empáticos y emocionalmente saludables.

Palabras claves:

Bienestar Emocional, Evaluación Psicológica, Educación Rural, Intervención Psicoeducativa.

ABSTRACT

Mental health is an essential component of emotional, psychological, and social well-being, determining how individuals think, feel, and act when facing daily demands; in the school context, disorders such as anxiety and depression significantly affect academic performance, self-esteem, and interpersonal relationships, making early identification crucial. At the Centro Escolar Cantón Mejicapa, a quantitative, descriptive, and cross-sectional study was conducted with nine seventh-grade students, assessed using the Beck Anxiety Inventory (BAI) and the Beck Depression Inventory (BDI-II); the results showed that 100% of the students presented depressive symptoms, ranging from mild to moderate levels, while anxiety appeared mainly at low levels, although some moderate cases and one severe case were identified. These findings revealed the influence of factors such as academic pressure, family conflicts, lack of professional support, and limited spaces for emotional expression, although family support and resilience served as protective factors. Based on these results, an eight-week psychoeducational intervention program was designed to reduce anxiety and depression levels through group workshops, relaxation techniques, artistic activities, participatory dynamics, and individual support, aiming to strengthen emotional expression, self-esteem, stress management, and decision-making skills. The study concludes that addressing students' mental health is essential for their holistic development, requiring coordinated efforts among the school, family, and community to promote safe, empathetic, and emotionally healthy educational environments.

Keywords:

Emotional Well-Being, Psychological Assessment, Rural Education, Psychoeducational Intervention.

INTRODUCCIÓN

La salud mental constituye un pilar fundamental para el desarrollo integral de los adolescentes, especialmente en el ámbito educativo, donde las exigencias académicas, sociales y personales pueden generar altos niveles de estrés y afectación emocional. En los últimos años, la preocupación por el bienestar psicológico de los estudiantes ha cobrado mayor relevancia, ya que diversos estudios señalan un incremento de los síntomas de ansiedad y depresión en la población escolar, particularmente en contextos vulnerables. En este sentido, resulta imprescindible reconocer que el aprendizaje no solo depende del rendimiento académico, sino también del equilibrio emocional y del entorno socioafectivo en el que se desenvuelven los alumnos.

OBJETIVO GENERAL

Conocer los niveles de ansiedad y depresión en los alumnos del séptimo grado del Centro Escolar Cantón Mejicapá, con el fin de identificar su estado de salud mental y analizar su impacto en el bienestar emocional y el rendimiento académico.

JUSTIFICACIÓN

La justificación radica en la necesidad urgente de comprender y atender la salud mental estudiantil en comunidades rurales. Con frecuencia, el sistema educativo prioriza los resultados académicos, relegando el aspecto emocional a un segundo plano. Sin embargo, el bienestar psicológico es esencial para garantizar un aprendizaje significativo, una convivencia sana y una adecuada formación integral. Los hallazgos obtenidos revelan que todos los participantes del estudio presentan algún nivel de depresión, y que una proporción significativa manifiesta síntomas de ansiedad, lo cual representa una alerta importante para la institución educativa y la comunidad en general. De esta forma, el estudio no solo aporta información valiosa sobre el estado emocional de los alumnos, sino que también orienta la creación de programas de prevención, intervención y apoyo psicológico acordes a las necesidades del contexto rural salvadoreño.

SALUD MENTAL: UN ANÁLISIS DE LA ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES DEL SÉPTIMO GRADO DEL CENTRO ESCOLAR CANTÓN MEJICAPA.

Karina Esmeralda Carranza Monjaras:

correo: cm20102@ues.edu.sv Afiliación: Universidad de El Salvador

Rosalía de Jesús Flores Joya:

Correo: fj20003@ues.edu.sv Afiliación: Universidad de El Salvador

INTRODUCCIÓN

En el entorno educativo, tradicionalmente se ha dado prioridad al rendimiento académico, dejando de lado el aspecto fundamental: La salud mental principalmente la ansiedad y depresión es un componente fundamental del bienestar general en los adolescentes, etapa en la que ocurren múltiples cambios emocionales, sociales y académicos. En los últimos años, diversas investigaciones han señalado un aumento en los trastornos emocionales y del comportamiento en jóvenes del nivel secundario, en especial en contextos vulnerables. En este marco, el presente estudio busca evaluar el estado de ansiedad y depresión de los estudiantes del Séptimo grado del Centro Escolar Cantón Mejicapa.

Sin embargo, en los últimos años, ha cobrado fuerza la conciencia sobre el bienestar emocional en los estudiantes como un factor clave para su desarrollo integral. Estudiar no solamente es memorizar o aprobar exámenes; también es lidiar con emociones, presiones sociales y cambios constantes. Por eso, cuidar la salud mental en la comunidad estudiantil se ha convertido en una necesidad urgente.

En el contexto educativo actual, el bienestar emocional de los estudiantes ha cobrado una importancia cada vez mayor. En el Centro Escolar Cantón Mejicapa, al igual que en muchas instituciones del país, se puede observar que factores tales como el estrés académico, los cambios familiares, la presión social y el uso excesivo de la tecnología afectan directamente la salud mental de los estudiantes. La salud mental no solo influye en el rendimiento escolar, sino también en la convivencia, la motivación y el desarrollo integral del estudiante. Por ello, es fundamental reconocer, atender y fortalecer este aspecto dentro del ambiente educativo, creando espacios seguros donde los alumnos puedan expresar sus emociones, recibir apoyo y aprender herramientas para enfrentar los desafíos de la vida diaria

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS,2022) la salud mental se define como un estado de bienestar en el cual el individuo puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y contribuir a su comunidad. Cuando este equilibrio se ve alterado, los estudiantes pueden presentar señales como ansiedad, depresión, desmotivación, bajo rendimiento académico o dificultades en la convivencia. Por esta razón, resulta prioritario promover estrategias preventivas y de acompañamiento emocional dentro del ambiente escolar.

BASE CONCEPTUAL

SALUD MENTAL

Es un estado de bienestar emocional psicológico y social que influye en como pensamos, sentimos y actuamos en la vida cotidiana, tener una buena Salud Mental significa que una persona puede reconocer y manejar sus emociones, enfrentar las dificultades y el estrés de la vida diaria, trabajar de formas productiva y mantener relaciones sanas con los demás.

ANSIEDAD:

Es una respuesta emocional natural ante situaciones percibidas como amenazantes o estresantes. En el contexto escolar, factores tales entre ellos la presión académica, los exámenes, el acoso escolar o la inseguridad personal pueden ser detonantes importantes de la ansiedad.

DEPRESIÓN:

Es un trastorno emocional caracterizado por un estado persistente de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa, baja autoestima, alteraciones del sueño o del apetito y dificultades para concentrarse.

La ansiedad y la depresión son trastornos emocionales estrechamente relacionados, la presencia de síntomas de ansiedad o depresión en el ámbito escolar no solo afecta el rendimiento académico, sino también la autoestima, las relaciones interpersonales y la proyección de vida del estudiante. Por ellos, la escuela constituye un espacio clave para la identificación temprana de señales de malestar emocional y la implementación de programas preventivos.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

Conocer los niveles de ansiedad y depresión en los alumnos del séptimo grado del Centro Escolar Cantón Mejicapa, con el fin de identificar el estado de salud mental y su posible impacto en el bienestar emocional y rendimiento académico

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Evaluar ansiedad y depresión de los estudiantes del séptimo grado mediante el inventario de ansiedad de Beck (BAI) y el inventario de depresión de Beck (BDI-I).

Analizar los resultados obtenidos a fin de detectar factores escolares que puedan estar influyendo en los síntomas emocionales.

JUSTIFICACIÓN

El presente artículo es pertinente y necesario porque aborda una problemática creciente y poca visibilidad en contextos escolares rurales: el impacto de la ansiedad y la depresión en estudiantes de séptimo grado. Aunque la intención educativa se centra con frecuencia en el rendimiento académico, la salud emocional constituye una base imprescindible para el aprendizaje, la convivencia y el desarrollo integral del adolescente. Detectar y describir los niveles de afectación emocional en el alumnado del Centro Escolar Cantón Mejicapa permite evidenciar demandas reales de intervención y prevención que, de otro modo, quedarían invisibilizadas.

Desde una perspectiva práctica, el estudio aporta información localizada y específica que puede servir de insumo inmediato para la elaboración de programas de apoyo psicoeducativo, protocolos de atención temprana. Al identificar la prevalencia y la distribución por sexo de los síntomas, la investigación facilita la priorización de recursos y la educación de intervenciones a las características del grupo estudiado.

METODOLOGÍA

Este estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y transversal, con el objetivo de identificar los niveles de depresión y ansiedad en los estudiantes de Séptimo grado del Centro Escolar cantón Mejicapa. Se aplicaron dos instrumentos estandarizados para la evaluación de síntomas depresivos y ansiosos y se analizaron los resultados según sexo y nivel de afectación emocional.

Diseño:

Cuantitativo, descriptivo y transversal. Población y muestra:

La población objeto del estudio estuvo conformada por estudiantes de tercer ciclo del Centro Escolar cantón Mejicapa. La muestra fue compuesta por 9 estudiantes que accedieron voluntariamente a participar en la evaluación.

Total, de participantes:

9 estudiantes. sexo:

3 femeninos, 6 masculinos Procedimiento

Se explicó detalladamente el propósito del estudio, asegurando en todo momento la confidencialidad de las respuestas proporcionadas por los participantes.

Se administraron dos cuestionarios estandarizados, adaptados al contexto escolar salvadoreño, con el objetivo de evaluar la presencia de síntomas depresivos.

La aplicación de los instrumentos se llevó a cabo dentro del aula, en un entorno tranquilo y controlado, contando con la presencia del investigador responsable.

Los datos recolectados fueron organizados y clasificados de acuerdo con las categorías establecidas en las escalas de depresión y ansiedad: leve, moderada y severa.

Análisis de datos:

Los datos fueron procesados y categorizados según los niveles de depresión y ansiedad establecidos por la escala aplicada se realizó una clasificación por sexo y nivel de depresión y ansiedad, los resultados fueron analizados en términos porcentuales, dada la pequeña muestra.

INTRUMENTOS

Inventario de ansiedad de Beck (BAI):

El BAI es un instrumento desarrollado por Beck et al. (1988) que evalúa la severidad de los síntomas de ansiedad en adolescentes y adultos. Consta de 21 ítems que describen síntomas comunes de ansiedad, los cuales se califican en una escala de 0 a 3 según la intensidad experimentada en la última semana. Es ampliamente utilizado en contextos clínicos y de investigación.

Inventario de depresión de Beck (DBI-II)

El BDI-II, elaborado por Beck et al. (1996), es una herramienta diseñada para medir la intensidad de los síntomas depresivos. Está compuesto por 21 ítems que evalúan aspectos cognitivos, afectivos y somáticos de la depresión, en una escala de 0 a 3. Es uno de los instrumentos más utilizados para la evaluación de la depresión tanto en el ámbito clínico como investigativo.

RESULTADOS

Tabla 1: Distribución por sexo y nivel de Depresión

Sexo	Depresión leve	Depresión moderada	Total
<i>Femenino</i>	1	2	3
<i>Masculino</i>	3	3	6
<i>Total</i>	4	5	9

La tabla muestra la distribución de los niveles de depresión según el sexo de los estudiantes evaluados. En total participaron nueve alumnos: tres del sexo femenino y seis del sexo masculino.

En el grupo femenino, se identificó que una estudiante presentó un nivel de depresión leve, mientras que dos mostraron depresión moderada. En el grupo masculino, tres estudiantes manifestaron depresión leve y tres presentaron depresión moderada.

Estos resultados indican que la depresión moderada fue el nivel más frecuente en la muestra, con cinco casos en total, lo que representa más de la mitad de los participantes.

Aunque los hombres son mayoría en el grupo, la proporción de estudiantes con síntomas depresivos es similar entre ambos sexos, lo que sugiere que la afectación emocional no está determinada exclusivamente por el género, sino por otros factores del entorno escolar o personal.

En general, los datos reflejan la presencia de síntomas depresivos en la mayoría de los estudiantes evaluados, lo que evidencia la necesidad de implementar estrategias de apoyo emocional y programas de prevención dentro del centro educativo.

Tabla 2-Distribución por sexo y nivel de ansiedad

sexo	Ansiedad baja	Ansiedad moderada	Ansiedad severa	total
<i>Femenino</i>	2	1	0	3
<i>Masculino</i>	4	1	1	6
<i>total</i>	6	2	1	9

La tabla presenta la distribución de los niveles de ansiedad en los estudiantes, diferenciados por sexo. En total participaron nueve alumnos: tres del sexo femenino y seis del sexo masculino.

En el grupo femenino, dos estudiantes mostraron un nivel de ansiedad baja y una estudiante presentó ansiedad moderada; no se registraron casos de ansiedad severa. En el grupo masculino, cuatro estudiantes evidenciaron ansiedad baja, uno presentó ansiedad moderada y uno ansiedad severa.

Los resultados indican que la ansiedad baja fue el nivel predominante en la muestra, con seis casos en total, lo que representa la mayoría de los participantes. La ansiedad moderada se presentó en dos casos, mientras que la ansiedad severa se observó únicamente en un estudiante del sexo masculino.

En términos generales, tanto en hombres como en mujeres, los niveles de ansiedad tienden a ser bajos, lo que sugiere que la mayoría de los alumnos mantiene un estado emocional relativamente estable. Sin embargo, la presencia de casos moderados y severos evidencia que algunos estudiantes podrían requerir atención y acompañamiento psicológico para prevenir un posible incremento en los niveles de ansiedad.

Ansiedad baja: fue la categoría predominante, con 6 de los 9 estudiantes, lo cual indica que la mayoría de los participantes no presentan síntomas en el momento de la evaluación.

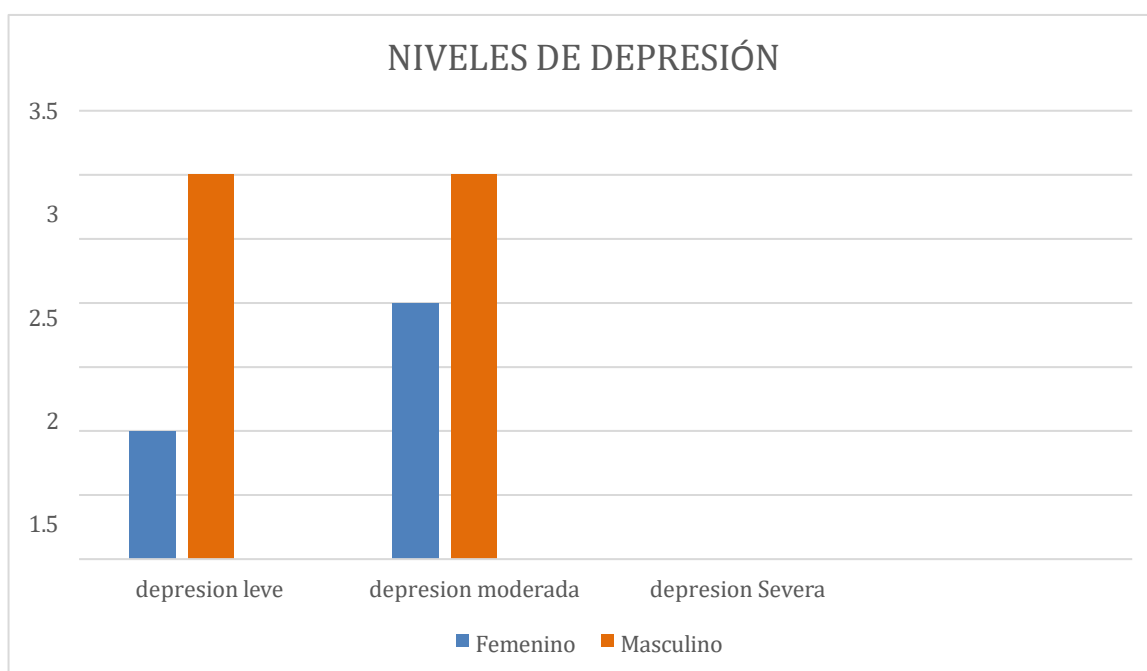
Dos estudiantes manifestaron ansiedad moderada, lo cual sugiere una presencia más notoria de síntomas, como tensión constante, preocupaciones frecuentes o dificultades para concentrarse. Aunque no se trata de niveles severos, estas condiciones podrían interferir progresivamente en el desempeño escolar y en la vida social de los afectados si no se atienden a tiempo.

Un estudiante fue clasificado con ansiedad severa, lo cual implica una afectación importante en su bienestar emocional y funcionalidad diaria. Este nivel podría manifestarse en síntomas como ataques de pánico, insomnio constante, pensamientos instructivos o evitación de actividades escolares, y requiere atención psicológica especializada.

Desde una perspectiva de género, se identificó que el caso de ansiedad severa corresponde a un estudiante masculino, lo cual demuestra que la ansiedad puede afectar de forma significativa a ambos géneros, aunque con diferentes expresiones y prevalencias.

Además, una de las 3 estudiantes femeninas presento ansiedad moderada.

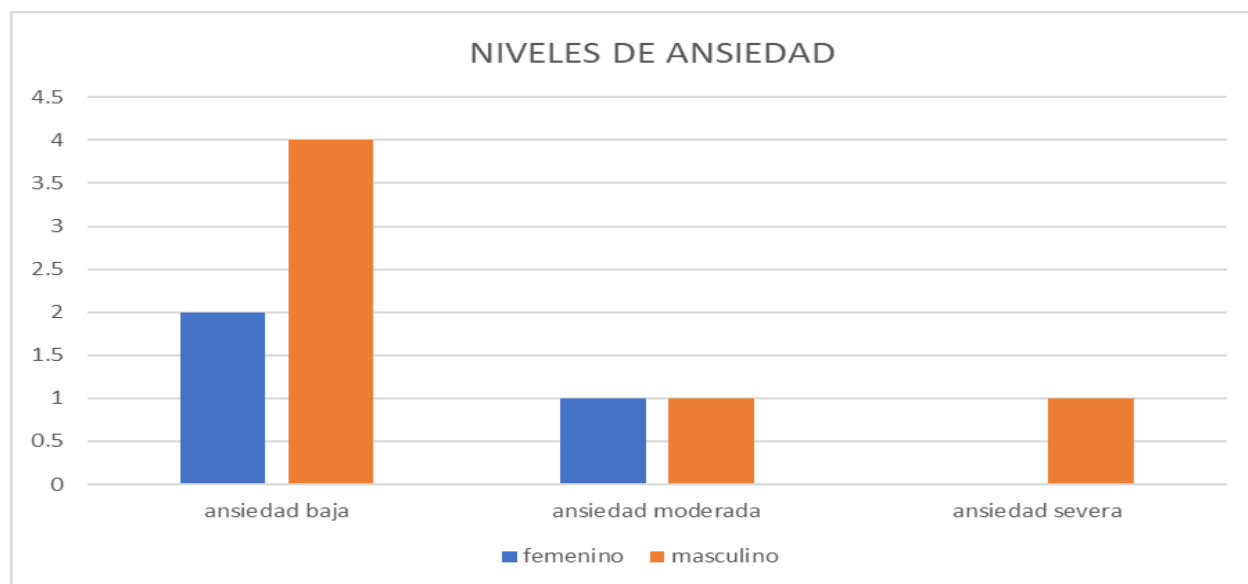
Grafica 1- nivele de depresión



En la Gráfica de Niveles de Depresión se observa que los participantes presentan principalmente síntomas de depresión leve y moderada, mientras que no se registran casos de depresión severa. En el nivel de depresión leve, el grupo masculino muestra una frecuencia considerablemente mayor en comparación con las del grupo femenino, lo que indica que este grupo presenta una mayor proporción de individuos con síntomas leves. En cuanto al nivel de depresión moderada, ambos grupos mantienen valores similares, con una ligera predominancia del grupo femenino. Estos resultados sugieren que, en general, la mayoría de los participantes manifiestan niveles leves a moderados de depresión, sin llegar a grados severos, lo cual podría

estar asociado a factores personales, sociales o contextuales que influyen en el bienestar emocional de los individuos evaluados.

Grafica 2- niveles de ansiedad.



En la primera gráfica del nivel de ansiedad se muestra que la mayoría de las personas se encuentran dentro del nivel de ansiedad baja, lo que indica una adecuada capacidad para manejar el estrés y mantener el equilibrio emocional. Sin embargo, una proporción considerable presenta ansiedad moderada, lo que refleja la presencia de preocupaciones o tensiones que, aunque controlables, podrían incrementarse si no se aplican estrategias de afrontamiento adecuadas. Por último, el grupo con ansiedad severa, aunque menor en número, representa un sector que requiere atención psicológica o acompañamiento profesional para prevenir el deterioro del bienestar emocional. En conjunto, los resultados evidencian la necesidad de promover acciones preventivas, fortalecer la educación emocional y fomentar hábitos saludables que reduzcan los niveles de ansiedad en la población evaluada.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en este estudio reflejan una situación que merece atención urgente dentro del entorno escolar. En cuanto a la depresión, el 100 % de los estudiantes evaluados presentó algún nivel de afectación emocional: un 4 % con depresión leve y un 5 % con depresión moderada. Aunque no se detectaron casos de depresión severa, el hecho de que todos los participantes mostraran síntomas representa una clara señal de alerta.

En cuanto a los niveles de ansiedad, el 6% de los estudiantes presentó ansiedad baja, lo que indica cierto grado de estabilidad emocional en la mayoría. Sin embargo, un 2 % presentó ansiedad moderada y un 1 % ansiedad severa, cifras que, aunque numéricamente pequeñas, representan un impacto emocional considerable si se considera el tamaño reducido de la muestra.

Estos datos evidencian que, en el contexto rural del Cantón Mejicapa, los adolescentes enfrentan situaciones que comprometen su bienestar emocional. Factores como la presión académica, los problemas familiares, el uso excesivo de dispositivos móviles, la falta de espacios de expresión emocional y la escasa atención profesional en salud mental podrían estar contribuyendo a estas afectaciones.

También se evidenció que la ansiedad y depresión no discrimina por género. Aunque hubo una leve diferencia en la distribución de síntomas entre hombres y mujeres, tanto estudiantes masculinos como femeninos presentaron indicadores de ansiedad y depresión.

Este análisis respalda estudios previos que señalan cómo la salud mental estudiantil es un pilar fundamental para el desarrollo integral y el rendimiento académico. No abordar estos síntomas a tiempo puede desencadenar consecuencias más graves, como el abandono escolar, la violencia, la automedicación o incluso ideas suicidas

CONCLUSIONES

El presente estudio permitió identificar que un alto porcentaje de estudiantes del Centro Escolar Cantón Mejicapa presenta síntomas de ansiedad y depresión en distintos niveles. En particular, todos los estudiantes mostraron algún nivel de depresión y un tercio de ellos evidencia niveles preocupantes de ansiedad, lo que indica que la salud mental en esta comunidad educativa está siendo afectada de manera significativa.

El bienestar emocional no debe ser una tarea secundaria dentro de la educación. Solo garantizando un entorno escolar seguro, empático y humano, será posible formar jóvenes sanos.

BIBLIOGRAFÍA

World Health Organization. (2025, 8 de octubre). Salud mental: Fortalecimiento de nuestra respuesta [Hoja informativa]. <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) [Cuestionario]. (s. f.). SOSVICS / EINTEGRA.

[https://sosvics.eintegra.es/Documentacion/02-Psicosocial/02-03-Documentos_trabajo_prof/02-](https://sosvics.eintegra.es/Documentacion/02-Psicosocial/02-03-Documentos_trabajo_prof/02-03-01-ES.pdf)

[03-01- ES.pdf](https://sosvics.eintegra.es/Documentacion/02-Psicosocial/02-03-Documentos_trabajo_prof/02-03-01-ES.pdf)

Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (s. f.). *Inventario de Depresión de Beck* [Cuestionario]. Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/obligatorias/070-psicoterapias1/material/inventario_beck.pdf

ANEXO 1: FASE DIAGNÓSTICA

RESUMEN DIAGNÓSTICO

La fase diagnóstica permitió identificar de manera integral las condiciones psicosociales y educativas que influyen en la salud mental de los estudiantes del séptimo grado del Centro Escolar Cantón Mejicapa. A través de la aplicación de los inventarios de Beck para ansiedad (BAI) y depresión (BDI-II) a una muestra de nueve estudiantes, se evidenció que todos presentaron síntomas depresivos, distribuidos entre leves (cuatro casos) y moderados (cinco casos). En cuanto a la ansiedad, seis estudiantes mostraron niveles bajos, dos moderados y uno severo.

Los hallazgos reflejan que la salud emocional de los estudiantes no solo depende de factores individuales, sino también de la interacción con el entorno familiar, escolar y comunitario. La falta de espacios de expresión emocional, la presión académica y la limitación de apoyo profesional en salud mental constituyen factores de riesgo, mientras que el respaldo familiar y la resiliencia personal actúan como factores protectores.

ETAPAS DEL DIAGNÓSTICO

Identificación del Problema:

Se definió como problemática central la presencia de síntomas de ansiedad y depresión en estudiantes del séptimo grado, considerando su impacto en el bienestar emocional, la convivencia escolar y el rendimiento académico

Recolección de datos:

Se aplicaron los inventarios estandarizados BDI-II y BAI a los nueve estudiantes participantes. Las evaluaciones se realizaron en el aula, garantizando confidencialidad y condiciones de tranquilidad.

Análisis de datos:

Los datos se transcribieron y clasificaron según niveles de depresión (leve, moderada y severa) y ansiedad (baja, moderada y severa), considerando además el sexo de los participantes. Esto permitió identificar patrones de afectación emocional y posibles factores asociados, como presión académica y dinámicas familiares.

Síntesis del diagnóstico:

Se integraron los hallazgos para elaborar un panorama general sobre la salud mental de los estudiantes, evidenciando que la reinserción y adaptación en el contexto escolar dependen

de la articulación entre familia, escuela y comunidad, así como de intervenciones preventivas y de acompañamiento psicológico.

DESARROLLO DEL DIAGNÓSTICO

Condición emocional y percepción escolar:

Los estudiantes reportaron síntomas de tristeza, pérdida de interés, ansiedad ante exámenes y preocupación por su desempeño académico. Esto evidencia la necesidad de apoyo psicológico y estrategias para fortalecer la resiliencia y el manejo emocional.

Factores de riesgo:

Se identificaron situaciones como presión académica, conflictos familiares, uso excesivo de tecnología y falta de espacios de expresión emocional que contribuyen al desarrollo de ansiedad y depresión.

Factores protectores:

El apoyo familiar se destacó como un recurso clave, ofreciendo contención emocional y soporte para la gestión de emociones. Asimismo, la motivación por superación personal contribuye a mantener niveles de ansiedad relativamente bajos en la mayoría de los estudiantes.

Distribución de síntomas por nivel y sexo:

Depresión: 4 estudiantes con nivel leve (1 femenino, 3 masculinos), 5 con nivel moderado (2 femeninos, 3 masculinos).

Ansiedad: 6 estudiantes con nivel bajo, 2 moderados y 1 severo, este último masculino.

Esto muestra que, aunque la mayoría presenta síntomas leves o moderados, la presencia de casos severos indica la necesidad de intervención temprana.

Perspectivas de intervención

Los hallazgos subrayan la importancia de programas de acompañamiento psicológico, espacios seguros de expresión emocional y estrategias de prevención de la ansiedad y depresión dentro del contexto escolar, involucrando activamente a la familia y la comunidad.

SÍNTESIS GENERAL DEL DIAGNÓSTICO

El análisis evidencia que los estudiantes del Centro Escolar Cantón Mejicapa presentan afectaciones significativas en su salud mental, principalmente síntomas de ansiedad y depresión en distintos niveles. Factores de riesgo incluyen la presión académica, conflictos familiares y limitación de apoyo institucional. Sin embargo, la resiliencia personal y el soporte familiar constituyen factores protectores.

Se concluye que garantizar un bienestar emocional integral requiere de estrategias coordinadas entre escuela, familia y comunidad, promoviendo la educación emocional, la prevención de trastornos psicológicos y el acompañamiento psicológico adecuado. Solo así será posible fomentar el desarrollo integral, la estabilidad emocional y el éxito académico de los estudiantes.

CARACTERISTICAS DE LOS ESTUDIANTES EVALUADOS

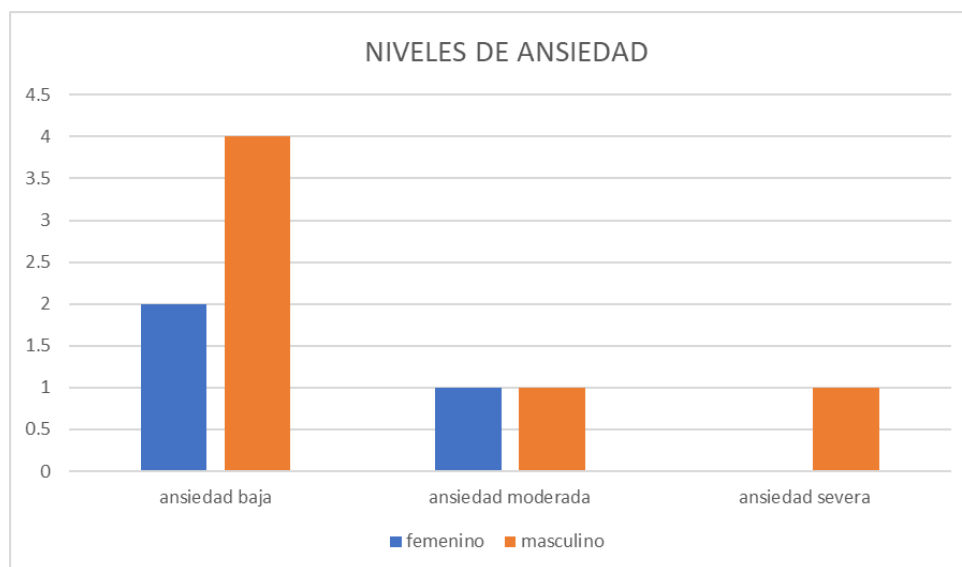
La muestra estuvo conformada por 6 estudiantes y 3 mujeres seleccionados de forma voluntaria con el apoyo del docente encargado del aula

Los criterios de inclusión fueron:

1. Ser estudiante activo del Centro Escolar.
2. Ser estudiante de séptimo grado.

Esto nos permitió obtener una visión amplia sobre los niveles de ansiedad y depresión

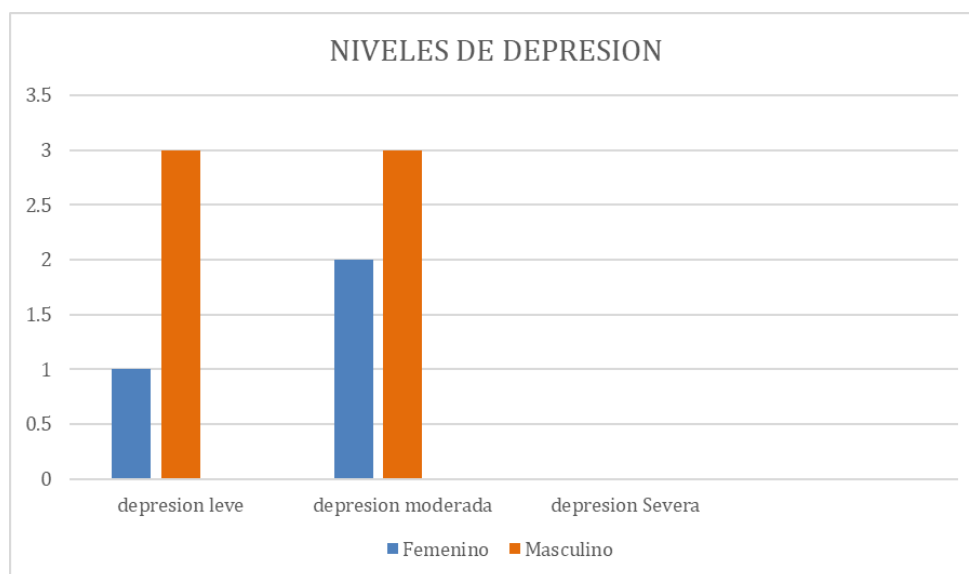
TABLA 1- grafica de niveles de ansiedad



En la primera gráfica del nivel de ansiedad se muestra que la mayoría de las personas se encuentran dentro del nivel de ansiedad baja, lo que indica una adecuada capacidad para manejar el estrés y mantener el equilibrio emocional. Sin embargo, una proporción considerable presenta ansiedad moderada, lo que refleja la presencia de preocupaciones o tensiones que, aunque controlables, podrían incrementarse si no se aplican estrategias de afrontamiento

adecuadas. Por último, el grupo con ansiedad severa, aunque menor en número, representa un sector que requiere atención psicológica o acompañamiento profesional para prevenir el deterioro del bienestar emocional. En conjunto, los resultados evidencian la necesidad de promover acciones preventivas, fortalecer la educación emocional y fomentar hábitos saludables que reduzcan los niveles de ansiedad en la población evaluada

TABLA 2- grafica de niveles de depresión



En la Gráfica de Niveles de Depresión se observa que los participantes presentan principalmente síntomas de depresión leve y moderada, mientras que no se registran casos de depresión severa. En el nivel de depresión leve, el grupo masculino muestra una frecuencia considerablemente mayor en comparación con las del grupo femenino, lo que indica que este grupo presenta una mayor proporción de individuos con síntomas leves. En cuanto al nivel de depresión moderada, ambos grupos mantienen valores similares, con una ligera predominancia del grupo femenino. Estos resultados sugieren que, en general, la mayoría de los participantes manifiestan niveles leves a moderados de depresión, sin llegar a grados severos, lo cual podría estar asociado a factores personales, sociales o contextuales que influyen en el bienestar emocional de los individuos evaluados.

INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK (BAI)

En el cuestionario hay una lista de síntomas comunes de la ansiedad. Lea cada uno de los ítems atentamente, e indique cuanto le ha afectado en la última semana incluyendo hoy:

Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)				
	En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
1 Torpe o entumecido.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 Acalorado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3 Con temblor en las piernas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4 Incapaz de relajarse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5 Con temor a que ocurra lo peor.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6 Mareado, o que se le va la cabeza.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7 Con latidos del corazón fuertes y acelerados.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8 Inestable.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9 Atemorizado o asustado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10 Nervioso.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
11 Con sensación de bloqueo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12 Con temblores en las manos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13 Inquieto, inseguro.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14 Con miedo a perder el control.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15 Con sensación de ahogo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16 Con temor a morir.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17 Con miedo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18 Con problemas digestivos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19 Con desvanecimientos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20 Con rubor facial.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
21 Con sudores, fríos o calientes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

INVENTARIO DE DEPRESIÓN DE BECK (BDI-II)

Inventario de Depresión de Beck (BDI-2)

Nombre:..... Estado Civil..... Edad:..... Sexo.....
 Ocupación Educación:..... Fecha:.....

Instrucciones: Este cuestionario consta de 21 grupos de afirmaciones. Por favor, lea con atención cada uno de ellos cuidadosamente. Luego elija uno de cada grupo, el que mejor describa el modo como se ha sentido **las últimas dos semanas, incluyendo el día de hoy**. Marque con un círculo el número correspondiente al enunciado elegido. Si varios enunciados de un mismo grupo le parecen igualmente apropiados, marque el número más alto. Verifique que no haya elegido más de uno por grupo, incluyendo el ítem 16 (cambios en los hábitos de Sueño) y el ítem 18 (cambios en el apetito)

1. Tristeza

- 0 No me siento triste.
- 1 Me siento triste gran parte del tiempo
- 2 Me siento triste todo el tiempo.
- 3 Me siento tan triste o soy tan infeliz que no puedo soportarlo.

2. Pesimismo

- 0 No estoy desalentado respecto del mi futuro.
- 1 Me siento más desalentado respecto de mi futuro que lo que solía estarlo.
- 2 No espero que las cosas funcionen para mí.
- 3 Siento que no hay esperanza para mi futuro y que sólo puede empeorar.

3. Fracaso

- 0 No me siento como un fracasado.
- 1 He fracasado más de lo que hubiera debido.
- 2 Cuando miro hacia atrás, veo muchos fracasos.
- 3 Siento que como persona soy un fracaso total.

4. Pérdida de Placer

- 0 Obtengo tanto placer como siempre por las cosas de las que disfruto.
- 1 No disfruto tanto de las cosas como solía hacerlo.
- 2 Obtengo muy poco placer de las cosas que solía disfrutar.
- 3 No puedo obtener ningún placer de las cosas de las que solía disfrutar.

5. Sentimientos de Culpa

- 0 No me siento particularmente culpable.
- 1 Me siento culpable respecto de varias cosas que he hecho o que debería haber hecho.

- 2 Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo.
- 3 Me siento culpable todo el tiempo.

6. Sentimientos de Castigo

- 0 No siento que este siendo castigado
- 1 Siento que tal vez pueda ser castigado.
- 2 Espero ser castigado.
- 3 Siento que estoy siendo castigado.

7. Disconformidad con uno mismo.

- 0 Siento acerca de mí lo mismo que siempre.
- 1 He perdido la confianza en mí mismo.
- 2 Estoy decepcionado conmigo mismo.
- 3 No me gusta a mí mismo.

8. Autocrítica

- 0 No me critico ni me culpo más de lo habitual
- 1 Estoy más crítico conmigo mismo de lo que solía estarlo
- 2 Me critico a mí mismo por todos mis errores
- 3 Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede.

9. Pensamientos o Deseos Suicidas

- 0 No tengo ningún pensamiento de matarme.
- 1 He tenido pensamientos de matarme, pero no lo haría
- 2 Querría matarme
- 3 Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo.

10. Llanto

- 0 No lloro más de lo que solía hacerlo.
- 1 Lloro más de lo que solía hacerlo
- 2 Lloro por cualquier pequeñez.
- 3 Siento ganas de llorar pero no puedo.

11 Agitación

- 0 No estoy más inquieto o tenso que lo habitual.
- 1 Me siento más inquieto o tenso que lo habitual.
- 2 Estoy tan inquieto o agitado que me es difícil quedarme quieto
- 3 Estoy tan inquieto o agitado que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo.

12 Pérdida de Interés

- 0 No he perdido el interés en otras actividades o personas.
- 1 Estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas.
- 2 He perdido casi todo el interés en otras personas o cosas.
- 3. Me es difícil interesarme por algo.

13. Indecisión

- 0 Tomo mis propias decisiones tan bien como siempre.
- 1 Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones
- 2 Encuentro mucha más dificultad que antes para tomar decisiones.
- 3 Tengo problemas para tomar cualquier decisión.

14. Desvalorización

- 0 No siento que yo no sea valioso
- 1 No me considero a mi mismo tan valioso y útil como solía considerarme
- 2 Me siento menos valioso cuando me comparo con otros.
- 3 Siento que no valgo nada.

15. Pérdida de Energía

- 0 Tengo tanta energía como siempre.
- 1. Tengo menos energía que la que solía tener.
- 2. No tengo suficiente energía para hacer demasiado
- 3. No tengo energía suficiente para hacer nada.

16. Cambios en los Hábitos de Sueño

- 0 No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño.
- 1^a. Duermo un poco más que lo habitual.
- 1b. Duermo un poco menos que lo habitual.
- 2a Duermo mucho más que lo habitual.
- 2b. Duermo mucho menos que lo habitual
- 3^a. Duermo la mayor parte del día
- 3b. Me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormirme

17. Irritabilidad

- 0 No estoy tan irritable que lo habitual.
- 1 Estoy más irritable que lo habitual.
- 2 Estoy mucho más irritable que lo habitual.
- 3 Estoy irritable todo el tiempo.

18. Cambios en el Apetito

- 0 No he experimentado ningún cambio en mi apetito.
- 1^a. Mi apetito es un poco menor que lo habitual.
- 1b. Mi apetito es un poco mayor que lo habitual.
- 2a. Mi apetito es mucho menor que antes.
- 2b. Mi apetito es mucho mayor que lo habitual
- 3^a. No tengo apetito en absoluto.
- 3b. Quiero comer todo el día.

19. Dificultad de Concentración

- 0 Puedo concentrarme tan bien como siempre.
- 1 No puedo concentrarme tan bien como habitualmente
- 2 Me es difícil mantener la mente en algo por mucho tiempo.
- 3 Encuentro que no puedo concentrarme en nada.

20. Cansancio o Fatiga

0 No estoy más cansado o fatigado que lo habitual.

1 Me fatigo o me canso más fácilmente que lo habitual.

2 Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que solía hacer.

3 Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que solía hacer.

21. Pérdida de Interés en el Sexo

0 No he notado ningún cambio reciente en mi interés por el sexo.

1 Estoy menos interesado en el sexo de lo que solía estarlo.

2 Estoy mucho menos interesado en el sexo.

3 He perdido completamente el interés en el sexo.

Puntaje Total: _____

CARTA DE PERMISO



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
 FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
 DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
 SECCIÓN DE PSICOLOGÍA

Ciudad Universitaria Oriental, 13 de junio de 2025

Lic(da): Cristian Orlando Arévalo López
 Institución: Centro Escolar Cantón Mejicapa

Presente:

Reciba un cordial saludo de parte del Personal Académico de la Sección de Psicología, Facultad Multidisciplinaria Oriental, Universidad de El Salvador.

El motivo de la presente es solicitar formalmente su autorización y permiso para que las estudiantes Rosalía de Jesús Flores Joya con Carnet FJ20003 Y Karina Esmeralda Carranza Monjaras con Carnet CM20102.

pueda desarrollar la aplicación de test Psicológicos, en el área Escolar necesitando cubrir 1 día para poder realizar la actividad.

Dicha actividades de carácter confidencial, por lo que se hace énfasis a los estudiantes el hecho de cumplir las normas y reglamentos de la Institución, así como las normas y reglamentos que se exige a todo profesional de Psicología en el Código de Ética Profesional editado por la Junta de Vigilancia de la Profesión en Psicología en El Salvador

Sin otro particular, y agradeciendo la atención a la solicitud presentada, nos suscribimos

Muy atentamente

Lic. Luis Roberto Granados Gómez
 Responsable de Asignatura



Lic. Cristian Orlando Arévalo López
 Director del centro Escolar Cantón Mejicapa



ANEXO 2

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE PSICOLOGÍA

**CURSO:**

Pre- especialización en Evaluación psicológica

TEMA

Programa de intervención psicológica “Fortaleciendo el Bienestar Emocional en los estudiantes”

ASESOR

Luis Roberto Granados Gómez

ESTUDIANTES

Karina Esmeralda Carranza Monjaras (CM20102)

Rosalía de Jesús Flores Joya (FJ20003)

JUSTIFICACIÓN

Los resultados obtenidos en la evaluación evidencian que el 100% de los estudiantes presenta algún nivel de depresión, y un porcentaje significativo muestra también síntomas de ansiedad. Ante esto, es necesario implementar un programa de intervención temprana que brinde apoyo emocional, promueva la resiliencia y mejore las habilidades de afrontamiento, estos hallazgos, obtenidos mediante la aplicación del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y el Inventario de Depresión de Beck (BDI-II), ponen en manifiesto la necesidad urgente de implementar estrategias de intervención psicológica que permitan abordar de manera oportuna y efectiva estas problemáticas emocionales.

La presencia de síntomas depresivos y ansiosos en la totalidad de los estudiantes evaluados representan un factor de riesgo significativo para su bienestar personal, su desempeño académico y su desarrollo integral. La depresión y la ansiedad cuando no se atienden adecuadamente, pueden derivar en dificultades cognitivas, sociales y emocionales que afectan directamente la motivación, la concentración, la autoestima y la capacidad de establecer relaciones saludables. En este sentido, la institución educativa no solo debe ser un espacio de formación académica, sino también un entorno protector que promueva la salud mental y el equilibrio emocional.

Por ello, se justifica implantación de un programa de intervención temprana que brinde apoyo emocional a los estudiantes, fomente la resiliencia y la fortaleza de habilidades de afrontamiento ante el estrés y las dificultades cotidianas. Este programa debe orientarse a la prevención y al acompañamiento psicológico, integrando talleres, sesiones grupales e individuales, charlas. La detección temprana y el apoyo oportuno no solo contribuirá a reducir los niveles de ansiedad y depresión, sino que también favorecerá un ambiente más saludable, empático y propio para el aprendizaje.

GENERALIDADES

Cantidad: 9 Sujetos Modalidad: Presencial

Tipos: Estudiantes de Séptimo grado. Test:

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

Lugar: Centro Escolar Cantón Mejjicapa, distrito de Santa María, Municipio de Usulután Este.

Fecha: 16 de octubre de 2025

Evaluadores: Karina Esmeralda Carranza Monjaras. Rosalía de Jesús Flores Joya

Problemática: Ansiedad y Depresión.

Test: Elección del test:

Se eligieron dos pruebas de medir los niveles de ansiedad y depresión, ya que esa fue una de las problemáticas más relevantes en los estudiantes.

Descripción del test: Test de ansiedad (BAI): Es un instrumento psicológico diseñado para evaluar la ansiedad de los síntomas de ansiedad en adolescentes y adultos.

Estructura del test:

número de ítems 21 preguntas

Formato: tipo Likert de 4 puntos. Rango de respuesta:

0 = En absoluto

1 = Levemente

2 = Moderadamente

3 = Severamente

Cada ítem describe un síntoma de ansiedad, y la persona debe indicar cuánto le ha afectado durante la última semana.

Puntuación e interpretación

La puntuación total se obtiene sumando los valores de los 21 ítems, con un rango posible de 0 a 63 puntos.

Puntaje total Nivel de ansiedad 0 – 7 Ansiedad mínima o nula 8 – 15 Ansiedad leve

16 – 25 Ansiedad moderada

26 – 63 Ansiedad severa

Test de Depresión de Beck (BDI-II):

es uno de los instrumentos más utilizados a nivel mundial para evaluar la severidad de los síntomas depresivos en adolescentes

y adultos. Estructura del test

Número de ítems: 21 preguntas.

Formato: tipo Likert con 4 alternativas de respuesta por ítem (de 0 a 3). Rango total de puntuación: 0 a 63 puntos.

Cada ítem describe un síntoma o actitud relacionada con la depresión, y el sujeto selecciona la afirmación que mejor representa cómo se ha sentido durante las últimas dos semanas.

Puntuación e interpretación Puntaje total Nivel de depresión 0 – 13 Mínimo o nulo

14 – 19 Leve

20 – 28 Moderado

29 – 63 Severo Datos de los sujetos

Edad: de 13 a 15 años

Sexo: 3 mujeres y 6 hombres Niveles atendidos: Séptimo Grado.

Objetivo general

Reducir los niveles de ansiedad y depresión en estudiantes del tercer ciclo del Centro Escolar Cantón Mejicapa mediante un programa de intervención psicoeducativa y terapéutica de 8 semanas.

Objetivos específicos

- Proporcionar estrategias para la identificación y expresión emocional en los estudiantes.
- Fortalecer habilidades de afrontamiento ante el estrés.
- Mejorar la autoestima y la percepción de autoeficacia.

Población destinaria:

Estudiantes de 7° grado del Centro Escolar Cantón Mejicapa.

Sexo: 3 femeninos, 6 masculinos.

Diagnóstico de ansiedad y depresión leve/ moderada/severa según BAI Y BDI-II.

Duración del programa:

8 semanas (1 sesión por semana, 40 minutos cada una)

Metodología:

Talleres grupales psicoeducativos: espacios de aprendizaje colectivo donde se abordarán temas relacionados con la gestión emocional, el manejo del estrés, la autoestima y la comunicación asertiva, con el objetivo de brindar herramientas psicológicas prácticas para la vida diaria.

Dinámicas participativas: Actividades que fomentan la expresión emocional, la empatía, el trabajo en equipo y la cohesión grupal, permitiendo que los estudiantes se sientan escuchados y comprendidos dentro de un entorno de confianza.

Técnicas de relajación: ejercicios guiados de respiración, meditación que ayudan a reducir los niveles de ansiedad, mejorar la concentración y promover un estado general de bienestar físico y mental.

Actividades artísticas y reflexivas: propuestas creativas como dibujos, mándalas, música, escritura que faciliten la canalización de emociones.

Apoyo individual en casos necesarios: Atención personalizada para los estudiantes que presenten un nivel más elevado de sintomatología o requieran acompañamiento psicológico, garantizando un seguimiento cercano y confidencial.

CONTENIDO DEL PROGRAMA

SEMANAS Y TIEMPO	TEMA	ACTIVIDAD PRINCIPAL	OBJETIVO	RECURSOS
Semana 1 40 minutos de evaluación y calificación de test	Evaluación psicológica y calificación de test	Aplicación y calificación de instrumentos psicológicos	Identificar el nivel inicial de síntomas emocionales y establecer una línea base del programa	Cuestionarios estandarizados Hojas de respuestas Lápices.
Semana 2 5 minutos de saludos 20 minutos de introducción sobre el programa 20 minutos de despedida con dinámica	Introducción y normas del grupo	Dinámica de presentación y contrato grupal	Establecer confianza y normas de convivencia	Guía informativa Video o presentación motivacional
Semana 3 5 minutos de saludo. 20 minutos de actividad dinámica. 20 minutos para la realización reflexiva y despedida	Identificación emocional	Rueda de emociones, juego de tarjetas emocionales.	Reconocer y nombrar emociones propias	Cartulina Tarjetas de emociones. Material artístico.
Semana 4 5 minutos de saludos. 20 minutos de explicación sobre diferentes técnicas. 20 minutos para realizar técnicas establecidas.	Técnicas de relajación	Respiración diafragmática	Disminuir tensión física y mental	Espacio cerrado, limpio y ventilado
Semana 5 5 minutos de saludo.	Autoestima y autoconcepto	Afirmaciones positivas	Reforzar imagen positiva de sí mismo	Carteles Espejos pequeños

20 minutos para ejecutar el tema. 20 minutos para realizar unas dinámicas.				
Semana 6 5 minutos de saludos. 25 minutos para explicación sobre el tema a tratar. 20 minutos para realizar la dinámica.	Resolución de problemas	Role-playing el semáforo de decisiones	Aprender a tomar decisiones saludables	Fichas o tarjetas de situaciones problemáticas. infografía
Semana 7 5 minutos de saludo. 20 minutos de explicación sobre el tema. 20 minutos para realizar las actividades	Apoyo social y redes afectivas	“Mi red de apoyo” carta a un amigo confiable	Identificar figuras de apoyo	Tarjetas de roles o cualidades. Frases motivadoras.
Semana 8 5 minutos de saludo, 30 minutos de evaluación final. 10 minutos revisión de asistencia	Cierre y Evaluación	Evaluación y carta a mi yo futuro	Evaluar avances y reforzar logros	Carta al futuro yo. Círculo de reflexión final.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Actividades	MES 1				MES 2			
	Semana				Semana			
Evaluación psicológica								
Introducción y normas de grupo								
Identificación emocional								
Técnicas de relajación								
Autoestima y autoconcepto								
Resolución de problemas								
Apoyo emocional y redes afectivas								
Cierre y evaluación								

RECURSOS NECESARIOS

Psicólogo/a escolar.

Material didáctico: hojas, marcadores, láminas. Espacio físico adecuado.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

Consentimiento informado del estudiante y su familia. Diagnóstico previo de ansiedad o depresión leve/moderada. Asistencia regular a las sesiones.

CONSTANCIA DE PROGRAMA

CONSTANCIA

San Miguel, jueves 9 de octubre de 2025

Asunto: Constancia de revisión del plan de intervención psicoterapéutico

Licenciado. Luis Roberto Granados Gómez

Por medio de la presente, se hace constar que el plan de intervención psicoterapéutico titulado: **PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA ESCOLAR "FORTALECIENDO EL BIENESTAR EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES"**, presentado por los estudiantes: Karina Esmeralda Carranza Monjaras y Rosalía de Jesús Flores Joya, ha sido aprobado por mi persona Eneida Vanessa Zelaya Rivas, licenciada en Psicología y con maestría en docencia.

El proyecto ha sido evaluado con base a los criterios previamente establecidos y se ha considerado que cumple con los requisitos necesarios para su ejecución. La aprobación fue otorgada el 20 de agosto de 2025, después de una revisión a detalle donde se tomaron en cuenta la cantidad de sesiones a desarrollar, las técnicas y terapia a implementar y el grado de satisfacción que los usuarios tendrían en dicho programa.

A través de esta carta, se certifica que el **PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA ESCOLAR "FORTALECIENDO EL BIENESTAR EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES"**, tiene mi aprobación para desarrollarse conforme a las directrices, dentro del marco de los objetivos y metodologías propuestas.

Firma.



Licda. Eneida Vanessa Zelaya Rivas
Psicóloga

Sello.



INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK (BAI)

En el cuestionario hay una lista de síntomas comunes de la ansiedad. Lea cada uno de los ítems atentamente, e indique cuanto le ha afectado en la última semana incluyendo hoy:

Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)				
	En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
1 Torpe o entumecido.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 Acalorado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3 Con temblor en las piernas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4 Incapaz de relajarse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5 Con temor a que ocurra lo peor.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6 Mareado, o que se le va la cabeza.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7 Con latidos del corazón fuertes y acelerados.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8 Inestable.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9 Atemorizado o asustado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10 Nervioso.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
11 Con sensación de bloqueo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12 Con temblores en las manos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13 Inquieto, inseguro.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14 Con miedo a perder el control.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15 Con sensación de ahogo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16 Con temor a morir.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17 Con miedo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18 Con problemas digestivos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19 Con desvanecimientos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20 Con rubor facial.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	En absoluto	Levemente	Moderadamente	Severamente
21 Con sudores, fríos o calientes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

INVENTARIO DE DEPRESIÓN DE BECK (BDI-II)

Inventario de Depresión de Beck (BDI-2)

Nombre:..... Estado Civil..... Edad:..... Sexo.....
 Ocupación Educación:..... Fecha:.....

Instrucciones: Este cuestionario consta de 21 grupos de afirmaciones. Por favor, lea con atención cada uno de ellos cuidadosamente. Luego elija uno de cada grupo, el que mejor describa el modo como se ha sentido **las últimas dos semanas, incluyendo el día de hoy**. Marque con un círculo el número correspondiente al enunciado elegido. Si varios enunciados de un mismo grupo le parecen igualmente apropiados, marque el número más alto. Verifique que no haya elegido más de uno por grupo, incluyendo el ítem 16 (cambios en los hábitos de Sueño) y el ítem 18 (cambios en el apetito)

1. Tristeza

- 0 No me siento triste.
- 1 Me siento triste gran parte del tiempo
- 2 Me siento triste todo el tiempo.
- 3 Me siento tan triste o soy tan infeliz que no puedo soportarlo.

2. Pesimismo

- 0 No estoy desalentado respecto del mi futuro.
- 1 Me siento más desalentado respecto de mi futuro que lo que solía estarlo.
- 2 No espero que las cosas funcionen para mí.
- 3 Siento que no hay esperanza para mi futuro y que sólo puede empeorar.

3. Fracaso

- 0 No me siento como un fracasado.
- 1 He fracasado más de lo que hubiera debido.
- 2 Cuando miro hacia atrás, veo muchos fracasos.
- 3 Siento que como persona soy un fracaso total.

4. Pérdida de Placer

- 0 Obtengo tanto placer como siempre por las cosas de las que disfruto.
- 1 No disfruto tanto de las cosas como solía hacerlo.
- 2 Obtengo muy poco placer de las cosas que solía disfrutar.
- 3 No puedo obtener ningún placer de las cosas de las que solía disfrutar.

5. Sentimientos de Culpa

- 0 No me siento particularmente culpable.
- 1 Me siento culpable respecto de varias cosas que he hecho o que debería haber hecho.

- 2 Me siento bastante culpable la mayor parte del tiempo.
- 3 Me siento culpable todo el tiempo.

6. Sentimientos de Castigo

- 0 No siento que este siendo castigado
- 1 Siento que tal vez pueda ser castigado.
- 2 Espero ser castigado.
- 3 Siento que estoy siendo castigado.

7. Disconformidad con uno mismo.

- 0 Siento acerca de mí lo mismo que siempre.
- 1 He perdido la confianza en mí mismo.
- 2 Estoy decepcionado conmigo mismo.
- 3 No me gusta a mí mismo.

8. Autocrítica

- 0 No me critico ni me culpo más de lo habitual
- 1 Estoy más crítico conmigo mismo de lo que solía estarlo
- 2 Me critico a mí mismo por todos mis errores
- 3 Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede.

9. Pensamientos o Deseos Suicidas

- 0 No tengo ningún pensamiento de matarme.
- 1 He tenido pensamientos de matarme, pero no lo haría
- 2 Querría matarme
- 3 Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo.

10. Llanto

- 0 No lloro más de lo que solía hacerlo.
- 1 Lloro más de lo que solía hacerlo
- 2 Lloro por cualquier pequeñez.
- 3 Siento ganas de llorar pero no puedo.

11 Agitación

- 0 No estoy más inquieto o tenso que lo habitual.
- 1 Me siento más inquieto o tenso que lo habitual.
- 2 Estoy tan inquieto o agitado que me es difícil quedarme quieto
- 3 Estoy tan inquieto o agitado que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo.

12 Pérdida de Interés

- 0 No he perdido el interés en otras actividades o personas.
- 1 Estoy menos interesado que antes en otras personas o cosas.
- 2 He perdido casi todo el interés en otras personas o cosas.
- 3. Me es difícil interesarme por algo.

13. Indecisión

- 0 Tomo mis propias decisiones tan bien como siempre.
- 1 Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones
- 2 Encuentro mucha más dificultad que antes para tomar decisiones.
- 3 Tengo problemas para tomar cualquier decisión.

14. Desvalorización

- 0 No siento que yo no sea valioso
- 1 No me considero a mí mismo tan valioso y útil como solía considerarme
- 2 Me siento menos valioso cuando me comparo con otros.
- 3 Siento que no valgo nada.

15. Pérdida de Energía

- 0 Tengo tanta energía como siempre.
- 1. Tengo menos energía que la que solía tener.
- 2. No tengo suficiente energía para hacer demasiado
- 3. No tengo energía suficiente para hacer nada.

16. Cambios en los Hábitos de Sueño

- 0 No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño.
- 1ª. Duermo un poco más que lo habitual.
- 1b. Duermo un poco menos que lo habitual.
- 2a Duermo mucho más que lo habitual.
- 2b. Duermo mucho menos que lo habitual
- 3ª. Duermo la mayor parte del día
- 3b. Me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormirme

17. Irritabilidad

- 0 No estoy tan irritable que lo habitual.
- 1 Estoy más irritable que lo habitual.
- 2 Estoy mucho más irritable que lo habitual.
- 3 Estoy irritable todo el tiempo.

18. Cambios en el Apetito

- 0 No he experimentado ningún cambio en mi apetito.
- 1ª. Mi apetito es un poco menor que lo habitual.
- 1b. Mi apetito es un poco mayor que lo habitual.
- 2a. Mi apetito es mucho menor que antes.
- 2b. Mi apetito es mucho mayor que lo habitual
- 3ª . No tengo apetito en absoluto.
- 3b. Quiero comer todo el día.

19. Dificultad de Concentración

- 0 Puedo concentrarme tan bien como siempre.
- 1 No puedo concentrarme tan bien como habitualmente
- 2 Me es difícil mantener la mente en algo por mucho tiempo.
- 3 Encuentro que no puedo concentrarme en nada.

20. Cansancio o Fatiga

0 No estoy más cansado o fatigado que lo habitual.

1 Me fatigo o me canso más fácilmente que lo habitual.

2 Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que solía hacer.

3 Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que solía hacer.

21. Pérdida de Interés en el Sexo

0 No he notado ningún cambio reciente en mi interés por el sexo.

1 Estoy menos interesado en el sexo de lo que solía estarlo.

2 Estoy mucho menos interesado en el sexo.

3 He perdido completamente el interés en el sexo.

Puntaje Total: _____

BIBLIOGRAFÍA

Clínica Galatea. (12 de diciembre). La importancia de identificar y describir las emociones para gobernarlas mejor: un modelo basado en la terapia dialéctico- conductual.

Recuperado de

<https://www.clinica-galatea.com/es/bloc/identificar-describir-emociones/>

Mayo Clinic. (2024, 24 de enero). Técnicas de relajación: Medidas para disminuir el estrés.

<https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/stress-management/in-depth/relaxation-technique/art-20045368>

Torres, A. (16 de noviembre de 2016). Las 5 diferencias entre autoconcepto y

autoestima. Portal Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/psicologia/diferencias-entre-autoconcepto-autoestima>

Polo, C. (2025, 8 de octubre). ¿Qué es la resolución de problemas? Red Educa.

<https://www.rededuca.net/contexto-educativo/r/resolucion-de-problemas>

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. (2020, 13 de febrero). Importancia de las redes de apoyo social para las personas mayores.

<https://www.gob.mx/inapam/articulos/importancia-de-las-redes-de-apoyo-social-para-las-personas-mayores>

CEP Psicología. (2022, 28 de noviembre). Evaluación psicológica: importancia, proceso y métodos. <https://cepsicologia.com/evaluacion-psicologica-metodos-etapas/>

Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. A. (1988). Beck Anxiety Inventory (BAI).

The Psychological Corporation.

Sanz, J., Perdigón, A. L., & Vázquez, C. (2003). Adaptación española del Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II): 1. Propiedades psicométricas en estudiantes universitarios.

Análisis y Modificación de Conducta, 29(124), 239–288