



Tesis Trifón Miguel Jiménez

18/09/2025

ANÁLISIS DE LA INFLUENCIA DE LAS REDES DE APOYO SOBRE LA SALUD MENTAL Y EMOCIONAL EN ADOLESCENTES Y JÓVENES

Vivimos inmersos en una sociedad donde el tratamiento de la salud mental y emocional de los adolescentes y jóvenes, es una necesidad. Los datos así lo reflejan: 1 de cada 7 infantes y jóvenes de edades comprendidas entre los 10 y 19 años sufren un problema de salud mental u emocional, que, de no ser abordado, se extenderá a la edad adulta generando graves afecciones (Cunningham et al., 2024).



En su día a día estos jóvenes y adolescentes conviven con diversas circunstancias como la ansiedad, la depresión, las autolesiones, el estrés, el bajo rendimiento académico o el bullying, entre otros, donde la necesidad de desarrollar la resiliencia psicológica y emocional cobra cada vez mayor importancia (Gubaryeva et al., 2024). Zhou et al. (2023) destaca la importancia de identificar los grupos de riesgo con problemáticas mentales o acontecimientos negativos en la infancia para proporcionarles apoyo adicional durante estos momentos.

Las redes de apoyo contribuyen determinadamente a su pleno desarrollo físico y mental (Duby et al., 2022), por lo que todo ello nos lleva a formular una pregunta tan necesaria cómo urgente: ¿Qué está pasando? Gubaryeva et al. (2024) señalan la existencia de ausencia de apoyo social por parte de los estudiantes. A esto hay que sumar la era tecnológica en la que nos encontramos, donde las TIC, son consideradas un actor imprescindible dentro de las redes de apoyo, con una gran repercusión en el comportamiento social del individuo (Prasad et al., 2024). Cuando este entorno es funcional y afectivo, puede actuar como un factor protector frente a las adversidades. Sin embargo, cuando está marcado por el conflicto, la negligencia o la falta de comunicación, puede convertirse en un desencadenante de trastornos mentales u emocionales (Zhou, et al., 2023). La importancia de las redes de apoyo es tal, que los jóvenes y adolescentes que las perciben se sienten más capacitados (Anwar y Saraih, 2024).

Existen estudios como el de Cunningham et al. (2024) que pincelan como la ausencia de redes de apoyo en el transcurso de las transiciones de Educación Primaria a Secundaria en participantes con diversidad étnica, desencadenó en problemas de salud mental como ansiedad, depresión, trastornos de la conducta alimentaria, ataques de pánico y mala imagen corporal. Por otro lado, Crompton et al. (2023) analizó los posibles beneficios del apoyo entre pares con niños autistas, encontrando que permiten amortiguar el impacto de eventos vitales estresantes, mejorar las transiciones escolares, aumentar la autoestima y disminuir la ansiedad y los síntomas depresivos.

Nos encontramos ante un tema que, a pesar de ser conscientes de su gran importancia y transcendencia en la vida diaria, en el marco empírico no se encuentran estudios que den una visibilidad clara sobre cómo influyen las redes de apoyo en la salud mental y emocional de los jóvenes y adolescentes. Por ello el problema de investigación que se aborda, nos lleva a dar visibilidad y claridad a todo aquello que influye en el pleno bienestar de nuestros jóvenes y adolescentes, e n este caso, concretamente las redes de apoyo.

REFERENCIAS

Anwar, S., & Saraih, U. N. (2024). Exploring the abilities of emotional intelligence in psychological empowerment: Digital leadership as mediator. *Journal of Applied Research in Higher Education*, 16(4), 1246-1257. <https://doi.org/10.1108/JARHE-06-2023-0245>

Crompton, C. J., Hallett, S., Axbey, H., McAuliffe, C., & Cebula, K. (2023). Someone like-minded in a big place: Autistic young adults' attitudes towards autistic peer support in mainstream education. *Autism*, 27(1), 76–91.
<https://doi.org/10.1177/13623613221081189>

Cunningham, E., Raman, S., Taylor, A., Svirydzenka, N., Siddiqi, A. M., Abdinasir, K., & Raghavan, R. (2024). Supporting the mental health of young people from ethnically diverse groups during the transition from primary to secondary school. *Health Education Journal*, 83(5), 504–518. <https://doi.org/10.1177/0017896924124983>

Duby, Z., Maruping, K., Jonas, K., McClinton Appollis, T., Vanleeuw, L., & Mathews, C. (2022). We can't share things with our teachers: Narratives of mistrust and disconnect between South African female learners and their teachers. *Frontiers in Education*, 7, Article 882959. <https://doi.org/10.3389/feduc.2022.882959>

Gubaryeva, O., Herasymchuk, T., Voronova, Y., & Yarmak, T. (2024). Methods for developing psychological resilience in engineering students under stressful condition. *Revista Eduweb*, 18(4), 205-218. <https://doi.org/10.46502/issn.1856-7576/2024.18.04.14>

Prasad, K. D. V., Singh, S., & Srinivas, V. (2024). Remote learning and exploring the factors affecting students' adoption of behavioral intentions toward conference applications. *Journal of Applied Research in Higher Education*, 16(5).
<https://doi.org/10.1108/JARHE-04-2024-0189>

Zhou, H. Y., Luo, Y. H., Shi, L. J., & Gong, J. (2023). Exploring psychological and psychosocial correlates of non-suicidal self-injury and suicide in college students using network analysis. *Journal of Affective Disorders*, 336, 120–125.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.05.089>

ADJUNTO	TAMAÑO
---------	--------

