



Evolución de los problemas mentales en el continente Latinoamericano en los últimos cinco años

Evolution of mental health problems in Latin America over the last five years

Evolução dos problemas de saúde mental na América Latina nos últimos cinco anos

Vitaliano Enriquez

Universidad Nacional del Altiplano, Puno – Perú

 <https://orcid.org/0000-0002-9858-2488>

vitaenriquez@gmail.com (correspondencia)

María Paniura

Universidad Nacional del Altiplano, Puno – Perú

 <https://orcid.org/0009-0005-7988-1529>

paniuraquispemaria@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.35622/j.rep.2025.01.001>

Recibido: 10/11/2024 – Aceptado: 13/12/2024 – Publicado: 07/01/2025

PALABRAS CLAVE

aprendizaje, enfermedad mental, salud mental, socioemocional.

RESUMEN. En el contexto actual, los trastornos mentales han cobrado mayor relevancia como enfermedades de alto riesgo en Latinoamérica, tanto por su creciente prevalencia como por el impacto que generan en la salud pública y el bienestar social. El objetivo de la investigación es evaluar los avances en la atención de los problemas mentales y las estrategias implementadas para abordar y analizar la evolución de los trastornos mentales en el continente latinoamericano en los últimos cinco años, identificando las tendencias, factores determinantes y las respuestas de los sistemas de salud pública para evidenciar el avance de las atenciones de estos problemas mentales. El estudio se desarrolló aplicando la metodología de revisión sistemática, siguiendo el protocolo PRISMA. Se seleccionaron y evaluaron artículos publicados en los últimos cinco años, escritos en español y directamente relacionados con la temática. Las fuentes consultadas incluyen Google Académico, Scopus, Redalyc y SciELO. Los resultados evidenciaron un incremento en la prevalencia de trastornos mentales, asociado a factores como la violencia, el estrés laboral y la inestabilidad económica y política, tendencias que se agravaron con la cuarentena impuesta por la pandemia de Covid-19. Asimismo, se identificó una limitada accesibilidad a servicios psicológicos y psiquiátricos, así como una escasa iniciativa gubernamental para mejorar las condiciones laborales y estabilizar la economía. Se concluye que, pese a avances como la telesalud, persisten brechas en la atención mental, por lo que se requiere implementar políticas públicas integrales, preventivas y contextualizadas.



KEYWORDS

learning, mental illness, mental health, socio-emotional.

ABSTRACT. In the current context, mental disorders have gained greater relevance as high-risk diseases in Latin America, both due to their increasing prevalence and the impact they have on public health and social well-being. The objective of this research is to evaluate advances in the care of mental health problems and the strategies implemented to address them. This research analyzes the evolution of mental disorders in Latin America over the last five years, identifying trends, determining factors, and the responses of public health systems to demonstrate progress in the care of these mental health problems. The study was conducted using a systematic review methodology, following the PRISMA protocol. Articles published in the last five years, written in Spanish and directly related to the topic, were selected and evaluated. The sources consulted included Google Scholar, Scopus, Redalyc, and SciELO. The results showed an increase in the prevalence of mental disorders, associated with factors such as violence, work-related stress, and economic and political instability, trends that worsened with the quarantine imposed by the Covid-19 pandemic. Likewise, limited accessibility to psychological and psychiatric services was identified, as well as a lack of government initiatives to improve working conditions and stabilize the economy. It is concluded that, despite advances such as telehealth, gaps in mental health care persist, necessitating the implementation of comprehensive, preventive, and contextualized public policies.

PALAVRAS-CHAVE

aprendizagem, doença mental, saúde mental, socioemocional.

RESUMO. No contexto atual, os transtornos mentais ganham maior relevância como doenças de alto risco na América Latina, tanto pela sua crescente prevalência quanto pelo impacto que causam na saúde pública e no bem-estar social. O objetivo desta pesquisa é avaliar os avanços no tratamento de problemas de saúde mental e as estratégias implementadas para enfrentá-los. Esta pesquisa analisa a evolução dos transtornos mentais na América Latina nos últimos cinco anos, identificando tendências, fatores determinantes e as respostas dos sistemas de saúde pública para demonstrar o progresso no tratamento desses problemas de saúde mental. O estudo foi conduzido utilizando a metodologia de revisão sistemática, seguindo o protocolo PRISMA. Foram selecionados e avaliados artigos publicados nos últimos cinco anos, escritos em espanhol e diretamente relacionados ao tema. As fontes consultadas incluem Google Scholar, Scopus, Redalyc e SciELO. Os resultados mostraram aumento na prevalência de transtornos mentais, associados a fatores como violência, estresse no trabalho e instabilidade econômica e política, tendências que se agravaram com a quarentena imposta pela pandemia de Covid-19. Da mesma forma, foi identificado acesso limitado a serviços psicológicos e psiquiátricos, bem como falta de iniciativas governamentais para melhorar as condições de trabalho e estabilizar a economia. Conclui-se que, apesar de avanços como a telessaúde, ainda persistem lacunas na assistência à saúde mental, sendo necessária a implementação de políticas públicas integrais, preventivas e contextualizadas.

1. INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), la salud mental es esencial para el bienestar individual y social, ya que permite afrontar el estrés, trabajar productivamente y contribuir a la comunidad. Asimismo, se considera un derecho humano fundamental. En ese marco, las enfermedades o trastornos mentales se caracterizan por alteraciones en la comprensión, regulación emocional o conducta del individuo, generando altos niveles de angustia y discapacidad funcional.

En una visión complementaria, el Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia (2014) describe estos trastornos como manifestaciones de tristeza, ansiedad, insomnio y otros síntomas que afectan la vida social y laboral del individuo. Cabanyes y Monge (2017) refuerzan esta perspectiva al señalar que los problemas mentales representan una situación de insatisfacción profunda con la actividad psíquica, acompañada de ansiedad y malestar casi permanentes.

En este contexto, cobra especial relevancia el desarrollo del aprendizaje socioemocional, entendido como el conjunto de habilidades para reconocer y manejar emociones, establecer relaciones positivas y tomar decisiones

responsables (Berger et al., 2014). Este aprendizaje está vinculado con la regulación emocional, definida por Charland (2011) como la interacción de respuestas frente al entorno, y por Lopes et al. (2005) como la capacidad de modular las emociones para alcanzar estados emocionales equilibrados. Esquivel (2014) añade que esta regulación puede ser co-construida, como en la relación madre-hijo, resaltando el carácter social de la gestión emocional.

En los últimos seis años, la preocupación por la salud mental en Latinoamérica ha aumentado considerablemente debido al crecimiento notorio de los trastornos mentales. Sin embargo, aunque la salud mental es relevante en la región, aún no se le da la prioridad necesaria por parte de los gobiernos, evidenciando que hay un largo camino por recorrer en este aspecto (Etienne, 2018). Por otra parte, aspectos como la poca accesibilidad a los servicios de salud mental, la persistencia de estigmas y prejuicios en torno a los trastornos mentales, así como la influencia de la violencia, el estrés laboral, la migración y la inestabilidad política, se destacan como elementos clave de esta situación compleja. En ese sentido, se busca comprender a fondo el panorama de la salud mental en la región, identificando tanto los factores de riesgo, posibles soluciones y datos estadísticos de la problemática del estado de la salud mental.

En términos estadísticos, los trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias están entre los principales contribuidores a la morbilidad, la discapacidad, las lesiones y la mortalidad prematura; con ello, aumentan el riesgo de presentar otros problemas de salud. Para el 2013 entre el 18.7 % y 24.2 % de la población de Latinoamérica presento al menos una enfermedad mental (Etienne, 2018). Al igual que en el Perú, un estudio por el Instituto Especializado de Salud Mental Honorio Delgado - Hideyo Noguchi confirma los hallazgos de otros países: hasta el 37 % de la población tiene la posibilidad de sufrir un trastorno mental alguna vez en su vida. La prevalencia de depresión en Lima Metropolitana es el 18.2% en la sierra peruana es del 16.2 % y en la Selva de 21.4 % (Rondón, 2006).

Por lo tanto, la salud mental es importante para el bienestar general y la capacidad de las personas para desarrollar habilidades, aprender y trabajar adecuadamente, así como para integrarse en su entorno. Además, las enfermedades mentales causan un profundo sufrimiento personal tanto para los que la padecen como para los que le rodean. Por ello, la investigación plantea analizar la evolución de los problemas mentales en el continente latinoamericano en los últimos cinco años, identificando las tendencias, factores influyentes y respuestas de los sistemas de salud pública. Con ello se busca evidenciar el avance de las atenciones de estos problemas mentales.

2. MÉTODO

El estudio se desarrolló aplicando la metodología de revisión sistemática, siguiendo el protocolo PRISMA. Se seleccionaron y evaluaron artículos publicados en los últimos cinco años, escritos en español y directamente relacionados con la temática. Las fuentes consultadas incluyen Google Académico, Scopus, Redalyc y SciELO. cuyo objetivo fue justificar la necesidad de realizar investigaciones en un área determinada. Asimismo, cabe señalar que PRISMA no solo se limita a la meta de análisis, sino que es aplicable a todo tipo de revisión sistemática según menciona (Sánchez-Serrano et al., 2022).

Los criterios de inclusión y exclusión de las fuentes que se emplearon son los siguientes:

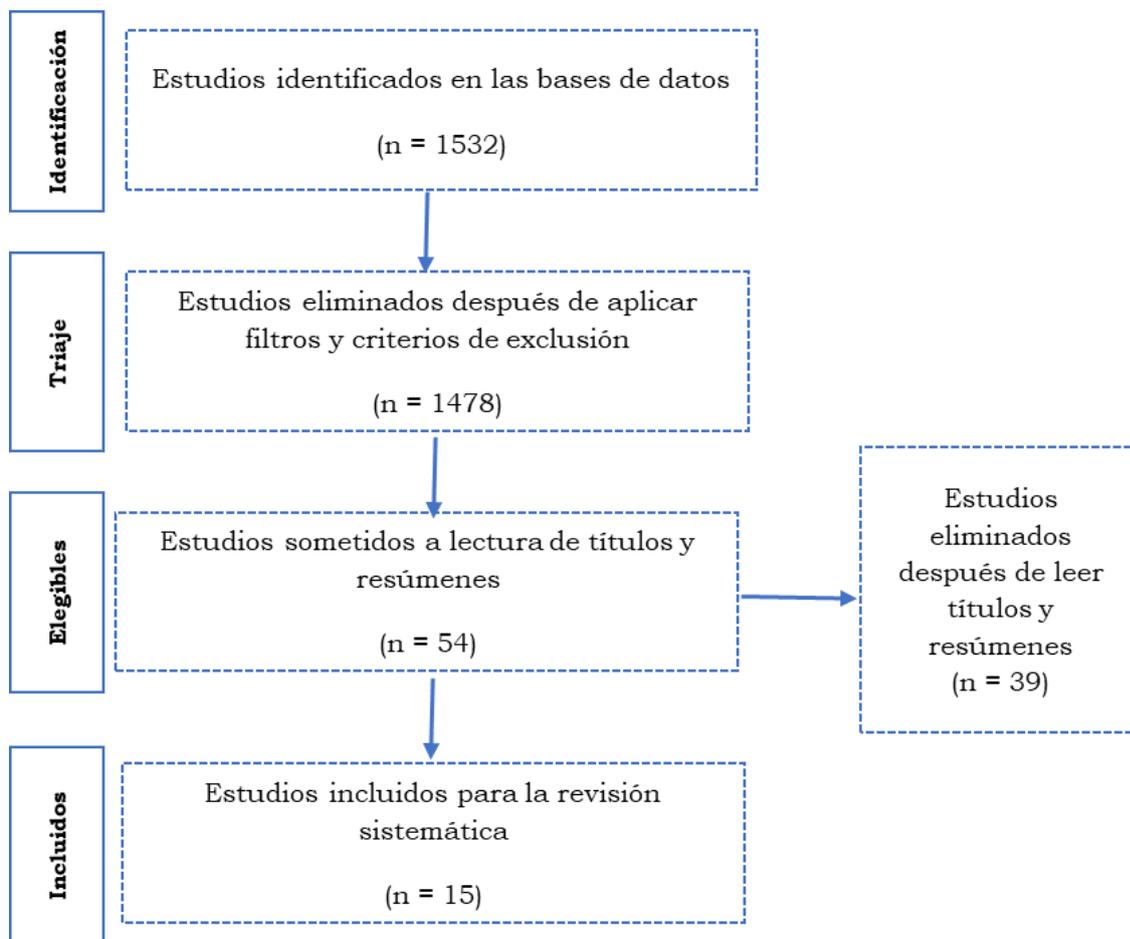
- **Tema:** Se seleccionaron únicamente estudios que aborden de manera directa los "problemas mentales" y sus derivados, tales como el aprendizaje socioemocional.

- **Tiempo:** Se seleccionaron artículos científicos originales del año 2020 al 2024, ya que se busca actualizar y revisar los nuevos avances que se desarrollaron en ese periodo de tiempo.
- **Localización geográfica:** La revisión de estudio se limita única y exclusivamente a Latinoamérica, debido a que el grupo de interés presenta características similares a las de la población objetivo en el contexto latinoamericano, lo que facilita la relevancia y replicabilidad de los resultados en nuestro país.
- **Fuentes de información:** Las fuentes que se excluyeron son las páginas web sin autores y con información de dudosa procedencia. Por otro lado, las fuentes consideradas fueron las de acceso abierto en los portales de Google Académico, Scopus, Redalyc y SciELO, disponibles en el idioma inglés o español.

En la Figura 1, se muestra el proceso de selección de los artículos a partir de la aplicación de los criterios de inclusión y exclusión. En una primera revisión, se identificaron 1,532 artículos, de los cuales se excluyeron 1,478 luego de aplicar los criterios de tema, fuentes y tiempo. De esta manera, se redujo a una muestra de 54 artículos, los cuales se sometieron a una revisión de títulos y resúmenes. La lectura rápida contribuyó a depurar 39 artículos que no cumplían con los objetivos específicos planteados. Esta selección llevó a una muestra de 15 artículos que cumplen con los criterios y objetivos planteados, logrando concluir la investigación de manera sistemática.

Figura 1

Flujograma PRISMA de Revisión Sistemática



3. RESULTADOS

Se revisaron 15 artículos publicados en revistas de alto impacto, los cuales abordaron múltiples objetivos dentro de un mismo estudio. Entre estos, se destacó especialmente el objetivo 1, que busca “examinar las tendencias en la prevalencia de problemas mentales en diferentes países de Latinoamérica”, y el objetivo 2, que tiene como propósito “identificar y analizar los factores socioeconómicos, políticos y culturales que han influido en la evolución de los problemas mentales”. Estos dos temas resultaron ser los más relevantes y frecuentemente tratados en las investigaciones sobre problemas mentales. Por otro lado, el objetivo 3, que se centra en “evaluar la efectividad de las políticas públicas y las intervenciones en salud mental”, hace referencia a las políticas de intervención en salud mental, las cuales, a pesar de su importancia, aún no han sido implementadas de manera responsable en la mayoría de los contextos. En la Tabla 1 se presenta los artículos revisados de acuerdo a los objetivos planteados.

Tabla 1

Categorías de análisis

Autor y año	Título	Ideas relevantes	Objetivo
Cuenca et al. (2020)	Salud mental en adolescentes universitarios Latinoamericanos: Revisión sistemática	Se evidencia una alta prevalencia de trastornos mentales en adolescentes universitarios de Latinoamérica, siendo más comunes la ansiedad, el estrés, la ideación suicida y los síntomas depresivos, con mayor afectación en mujeres. Factores como el acoso escolar por orientación sexual, el consumo de tabaco y alcohol sin supervisión, la baja autoestima, las familias disfuncionales y el déficit de habilidades sociales agravan esta problemática.	1
Magro et al. (2024)	Victimization during the COVID-19 pandemic and symptoms of psychological trauma in early and late adolescents: the mediating role of loneliness	Una de las consecuencias adversas más evidentes de la actual pandemia ha sido el aumento de la soledad en la población y el riesgo asociado de desarrollar trastornos psicológicos. Este efecto ha impactado a todos los grupos etarios, pero resulta especialmente crítico en los adolescentes, para quienes pasar tiempo en soledad suele ser una experiencia aversiva, como se ha mencionado previamente.	1
Martínez et al (2021)	Salud mental en estudiantes de educación superior en Chile: una revisión de alcance con meta-análisis	Se encontró una asociación entre el género femenino y una mayor incidencia de síntomas de ansiedad, depresión y descontento psicológico, además de una intensificación superior de los síntomas de estrés postraumático y una prevalencia elevada de trastornos de comportamiento alimentario.	1
Muñoz-Albarracín et al. (2023).	Salud mental, autoestima y satisfacción vital en universitarios del sur de Chile	La población universitaria tiene trastornos mentales como falta de sueño, pensamientos suicidas, trastorno de ansiedad generalizada, autolesiones, autoestima, personalidad, conflictos familiares, abuso sexual, acoso escolar, problemas de comportamiento alimentario, falta de atención, duelo, adaptación y violencia doméstica.	1

Souza y Figueroa (2023)	Factores psicológicos de los estudiantes universitarios y calidad de vida: Una revisión sistemática prepandemia	Identificaron prevalencia del estrés, la depresión, baja autoestima, baja en el optimismo, y con frecuencia mínima se evidencia conducta suicida.	1
Ramírez et al. (2020)	Consecuencias de la pandemia COVID 19 en la salud mentales asociadas al aislamiento social	Varios factores pueden estar vinculados con expresiones de depresión y ansiedad en pacientes que están en cuarentena debido a una pandemia, ambas pueden ser consideradas una respuesta habitual frente al estrés producido.	1
Rodríguez et al. (2009)	Epidemiología de los trastornos mentales en América Latina y el Caribe	Los trastornos mentales están entre las categorías de enfermedades crónicas más comunes en la población general, con tasas de vida que frecuentemente se acercan al 50% de la población y con tasas anuales que suelen variar entre el 15% y el 25%.	1
Zumba y Moreta (2022)	Afectividad, dificultades en la regulación emocional, estrés y salud mental en adolescentes del Ecuador en tiempos de pandemia del covid-19	En relación con la salud mental de los adolescentes, en el ámbito de la psicopatología, los trastornos más comunes son el déficit de atención e hiperactividad, la ansiedad y la depresión de mayor envergadura.	1
León y Olivera (2022)	Revisión sistemática sobre la salud mental en el contexto COVID-19	Las acciones de limitación social implementadas impactaron en el ámbito moral y emocional, lo que tuvo consecuencias en el ámbito laboral, la eficiencia, habilidad y lo intelectual, lo que se tradujo en una reducción de la productividad laboral y en la educación.	2
Martínez et al. (2021)	Salud mental en estudiantes de educación superior en Chile: una revisión de alcance con metaanálisis	Elementos vinculados a la manifestación de síntomas de ansiedad y depresión incluyeron una disminución en la autoestima y la satisfacción con la vida, menor nivel de respaldo social percibido, bajo estatus socioeconómico y residir en áreas rurales.	2
Souza y Figueroa (2023)	Factores psicológicos de los estudiantes universitarios y calidad de vida: Una revisión sistemática prepandemia	Se definen tres dimensiones: adolescencia-juventud y entorno universitario; elementos psicológicos y circunstancias externas; y calidad de vida-salud psicológica y estilos de vida.	2
Ramírez et al. (2020)	Consecuencias de la pandemia COVID 19 en la salud mentales asociadas al aislamiento social	Se han identificado como factores de riesgo: género femenino, bajo estatus socioeconómico, disputas interpersonales, uso habitual de redes sociales, escasa resiliencia y respaldo social.	2
Rodríguez et al. (2009)	Epidemiología de los trastornos mentales en América Latina y el Caribe	Las catástrofes y la violencia masiva pueden impactar tanto en el equilibrio social como en la salud mental y física de los individuos.	2
Ruiz et al. (2023)	Esperanza y salud mental en universitarios del Ecuador: Análisis de regresión estructural	El pensamiento esperanzador está vinculado negativamente con los síntomas de somatización y ansiedad/insomnio con una covarianza reducida; de la misma forma, pero con covarianza moderada, con los síntomas de disfunción social, especialmente con los de depresión.	2

Valenzuela et al. (2013)	Prevención de conductas de riesgo en el Adolescente: Rol de familia	Se identifica el proceso de socialización familiar como uno de los elementos cruciales en la generación y conservación de comportamientos de riesgo, ya que constituye la base del desarrollo de características individuales del adolescente, tales como la personalidad, el autoconcepto, los valores y las habilidades de comunicación, entre otros.	2
Zumba y Moreta (2022)	Afectividad, dificultades en la regulación emocional, estrés y salud mental en adolescentes del Ecuador en tiempos de pandemia del covid-19	El vínculo entre la afectividad y la salud mental es predominante en sus aspectos negativos como los síntomas de depresión, ansiógeno, trastornos del sueño y el consumo de sustancias.	2
León y Olivera (2022)	Revisión sistemática sobre la salud mental en el contexto COVID-19	Una táctica clave ha sido la telesalud, que es una alternativa para mantener ese seguimiento con el médico de confianza a través de herramientas digitales, dispositivos informáticos relacionados con el acceso a internet y las videollamadas como medio de acción efectivo en diversas circunstancias de salud.	3
Rodríguez et al. (2009)	Epidemiología de los trastornos mentales en América Latina y el Caribe	Los hallazgos indican la importancia de implementar intervenciones tempranas y continuas que brinden asistencia en salud mental a las víctimas de catástrofes y a los refugiados, a través de métodos que sean culturalmente adecuados y viables en las áreas donde hay escasez de profesionales de la salud mental.	3
OMS (2023)	Enfermedades no transmisibles y salud mental en los pequeños Estados insulares en desarrollo	Un reto para proporcionar servicios de salud mental en la mayoría de los PEID radica en asegurar el número adecuado de personal. Además, existen retos en la evolución de los servicios de salud mental: la incorporación de la salud mental en el cuidado primario de la salud y otros contextos no especializados.	3
Silva (2020)	Salud mental global, hegemonía y desinstitucionalización psiquiátrica en Ecuador	La conformación de una sociedad basada en la desregulación gubernamental y la regulación del mercado, que no fomenta la equidad en las relaciones de trabajo, y las conquistas sociales se perciben como barreras para el crecimiento del mercado.	3

Tendencias en problemas mentales: género, edad y contexto socioeconómico

Cuenca et al. (2020) estudiaron la salud mental en adolescentes universitarios en Latinoamérica. Los autores coincidieron en referir que la prevalencia de los problemas mentales son estrés, ansiedad e ideación suicida. Al detallarlo por sexo, identificaron que las mujeres adolescentes existen mayor prevalencia de estrés que los varones adolescentes. En cuanto a la ansiedad, identificaron que es importante manejarla para mejorar el bienestar emocional y prevenirla en todas las dimensiones de la vida del adolescente. Además, la ideación suicida es un tema muy tratado en este grupo de estudio, ya que el ambiente familiar y el de la escuela son claves para prevenir estas ideas intrusivas.

En la misma línea, Martínez et al. (2021) identificaron que las mujeres son más ansiosas, depresivas y sufren mayores malestares psicológicos que los hombres. Más aún, las mujeres experimentan con mayor intensidad los síntomas de estrés postraumático y mayor prevalencia de trastornos alimentarios.

En cambio, Magro et al. (2024) investigaron los síntomas psicológicos en los jóvenes durante la pandemia de Covid-19. Identificaron que soledad y el riesgo de contagio incrementaron potencialmente durante la pandemia del Covid-19. Su estudio reveló que la soledad y el riesgo de contagio aumentaron significativamente durante la pandemia. Los adolescentes, debido a la cuarentena, se vieron obligados a pasar largos períodos de tiempo solos, lo que resaltó la importancia de la conexión entre padres e hijos para mantener una comunicación efectiva y abordar los conflictos de manera adecuada.

Mientras que, Muñoz et al. (2023) identificaron que casi la mitad del grupo de estudio recibieron consultas psicológicas y/o psiquiátricas. De este grupo, el 10% fueron por depresión, el 6.6% por ansiedad, 2.9% por estrés y entre problemas menores (insomnio, pensamientos suicidas, TOC, autolesiones, etc.). Al analizar los niveles de depresión, ansiedad y estrés, se identificó que los que experimentaron depresión, el 31% presentaba niveles altos; mientras que los que experimentaron depresión, el 26% presentaban niveles altos de ansiedad; y los que presentaban estrés, el 27% poseían niveles altos.

Por otro lado, Ramírez et al. (2020) trataron las consecuencias de la pandemia del covid-19 en la salud mental. Entre los problemas que se experimentaron en la mayoría de los pacientes son la depresión y la ansiedad. Esto se debe a la incertidumbre que la pandemia propiciaba, ya que no había certeza del resultado final y del tiempo en el que se resolvería la crisis. A esto se suma la separación brusca del contexto social y familiar, lo cual llevó a un aislamiento social.

Además, Rodríguez et al. (2009) identificaron que la ansiedad es un trastorno que se manifiesta en etapas tempranas y hasta tardías en la adolescencia. En Argentina, la esquizofrenia es otro problema mental que se identificó con una prevalencia del 2.9%, la psicosis afectiva con 4%, la paranoia con 0.18%. Mientras que, en el Perú, los trastornos depresivos son los que presentan mayor prevalencia con 9.7%, los episodios maníacos con una tasa de 3.4%, la esquizofrenia con una tasa de 0.6%. En cuanto a México, los trastornos psiquiátricos poseen mayor prevalencia con 23.4%, la ansiedad con una tasa de 8.3%, trastorno de abuso de sustancia con 11.8%.

De la misma manera, Souza y Figueroa (2023) identificaron que el estrés es un problema mental que se identifica con mayor frecuencia; mientras que la depresión es el segundo problema mental más padecido. En menor medida, se destacan la autoestima y el optimismo como factores protectores, mientras que la conducta suicida se identificó en porcentajes menores.

Finalmente, Zumba y Moreta (2022) revelaron que entre el 10% y el 20% de los jóvenes padecieron trastornos mentales, lo que impactó en un déficit de atención e hiperactividad, así como en ansiedad y depresión. Esto ocurre debido a la ausencia de interacción con sus compañeros y docentes, dado que la cuarentena estableció un aislamiento por miedo al contagio.

Influencia de factores socioeconómicos, políticos y culturales en los problemas mentales

León y Olivera (2022) identificaron que las restricciones sociales de la cuarentena obligatoria afectaron al campo laboral y educativo básicamente. Entre los factores que influyeron en el incremento de la evolución de los

problemas mentales son el aislamiento, la falta de interacción social, así como la incertidumbre de ser contagiados, y las noticias falsas sobre la letalidad y propagación del virus.

De la misma manera, Ramírez et al. (2020) señalaron que los factores de riesgo asociados incluyen el género, las circunstancias socioeconómicas, las disputas interpersonales, el uso de redes sociales, la capacidad de resiliencia y el apoyo social. En particular, la pandemia subrayó el impacto negativo del aislamiento social, afectando especialmente a las mujeres. Además, la interrupción de las actividades laborales generó una crisis financiera en las poblaciones más vulnerables, sumada a la incertidumbre sobre la duración de la cuarentena y la falta de una solución definitiva al virus.

Por otro lado, Valenzuela et al. (2013) resaltaron que el rol de la familia es parte fundamental del proceso de socialización de los adolescentes. Esto determina la formación en las conductas de riesgo que adopta el adolescente, así como, la formación de su auto concepto, valores y habilidades de comunicación con otras personas. En ese sentido, las familias con bajos niveles de cohesión y afecto emocional dificultan que los adolescentes enfrenten problemas como la baja autoestima y la depresión.

En esa línea, Martínez et al. (2021) identificaron que los factores que están asociados a la presencia de problemas mentales son bajos niveles de apoyo social, bajos recursos económicos, y vivir en zonas rurales. Lo que resalta en este estudio es la religión, ya que identificaron que aquellos estudiantes que practicaban una religión reportaban mayores niveles de satisfacción y sentido de la vida. Asimismo, los hábitos de alimentación es otro factor que resalta, puesto que los estudiantes que consumen alimentos saludables reportan mejor estado mental.

De la misma manera, Rodríguez et al. (2009) mostraron que los factores de los desastres y la violencia generalizada afectan a la salud psíquica de las personas. Por ejemplo, las personas refugiadas tienen que ajustar sus costumbres y su contexto de sus tradiciones culturales. Por ello, los factores que se deberían de tomar en cuenta son el arraigo social y el soporte del apoyo social.

Además, Ruiz et al (2023) determinaron que las ideas optimistas tienen una correlación negativa con la ansiedad, la depresión y las disfunciones sociales. Dado que la ausencia de esperanzas o la pérdida del propósito vital aumentan las emociones de tristeza y pérdida de voluntad, lo que resulta en un descontento psicológico.

Igualmente, Souza y Figueroa (2023) concluyeron que las circunstancias externas, el nivel de vida y los modos de vida son elementos que inciden en la salud mental. En este equipo de estudio, el entorno educativo proporciona un marco para el progreso académico y, además, para su desarrollo social. Estos factores, bien gestionados, pueden actuar como elementos protectores frente a los problemas mentales. Además, la calidad de vida, la situación socioeconómica y las costumbres sociales están estrechamente vinculadas con la regulación emocional.

Finalmente, Zumba y Moreta (2022) establecieron que los modelos cognitivos y las estrategias de conducta tienen un impacto en la regulación de las emociones. En otras palabras, el estrés, el agotamiento y la fatiga mental pueden ser controlados mediante técnicas de respiración.

Políticas públicas e intervenciones de salud mental: efectividad e impacto en la población

León y Olivera (2022) detectaron que una táctica de intervención podría ser la telesalud; dado que este medio, aunque se estableció para preservar la distancia ante el contagio, es un recurso que incrementa la disponibilidad

de estos servicios debido a su disponibilidad las 24 horas del día. Igualmente, es recomendable llevar a cabo actividades físicas diarias sujetas a un horario de actividades, además de establecer objetivos factibles.

Respecto a la OMS (2023), identificó a los países latinoamericanos como carentes de servicios de salud mental en el marco de la atención primaria que brindan los centros sanitarios. Con la pandemia, esta circunstancia se agravó: los servicios sanitarios fueron modificados debido a la crisis del Covid-19. A ello se suma la precariedad de la infraestructura en los centros ubicados en zonas vulnerables o afectados por condiciones climáticas adversas.

De la misma manera, Rodríguez et al (2009) resaltan la necesidad de establecer intervenciones que prevean problemas de salud mental que respeten las costumbres y particularidades culturales de las comunidades intervenidas. Así mismo, enfatizaron que los profesionales de la salud deben trabajar en conjunto con los líderes de la comunidad.

Finalmente, Silva (2020) advirtió que la globalización y la presencia de entidades multinacionales y transnacionales han debilitado la normativa estatal, promoviendo una mayor autogestión del mercado, lo que ha alterado las dinámicas de interacción social. Ante este escenario, recomienda establecer directrices claras para el diseño de políticas públicas en salud mental. Entre ellas, se incluyen: implementar un sistema de gobernanza específico para salud mental, asignar recursos económicos y humanos adecuados, garantizar la sostenibilidad de los servicios y promover tanto la prevención como la promoción de la salud mental.

4. DISCUSIÓN

En la prevalencia de problemas mentales, el estrés y la ansiedad son los trastornos que se identificaron en todos los estudios revisados. Pues como señala Cuenca et al. (2020), la ansiedad y el estrés son los que más malestar ocasionan a la salud emocional. Asimismo, Martínez et al. (2021) resaltan que las mujeres experimentan mayores niveles de ansiedad que los varones.

Desde un enfoque comparado, Rodríguez et al. (2009) reportan diferencias en los tipos de trastornos más prevalentes según el país: en Argentina predominan la esquizofrenia y la paranoia; en Perú, los episodios maníacos; y en México, se observa una alta prevalencia de trastornos psiquiátricos en general, destacando la ansiedad y el abuso de sustancias. Estos hallazgos evidencian la necesidad de enfoques diferenciados por contexto geográfico y cultural.

Respecto a los elementos que inciden en la progresión de los trastornos mentales, las limitaciones sociales establecidas por la cuarentena fomentaron el aumento de los trastornos mentales. Como lo señala León y Olivera (2022), la falta de interacción social afectó negativamente. Otro factor es la familia, como resalta Valenzuela et al. (2024), ya que la familia determina la formación social del adolescente y la primera red de apoyo para el individuo. En esta línea, Rodríguez et al. (2020) refuerza la idea al remarcar la importancia del arraigo social y la red de apoyo para enfrentar problemas sociales. Sin embargo, entre los factores que resaltan son las creencias religiosas y los hábitos alimenticios que señala Martínez et al. (2021).

Finalmente, las intervenciones y políticas públicas para propiciar la salud mental que plantearon los autores revisados son muy pocas. Sin embargo, atacan el problema: León y Olivera (2022) plantean una atención que esté disponible las 24 horas y sea accesible para el público a través de la telesalud. Sin embargo, esta herramienta no sería factible si los servicios de atención primaria no lo tienen dentro de su paquete, pues como

identificó la OMS, muchos de los centros de atención en los países en desarrollo no consideran la salud mental como una atención primaria. Del mismo modo, Rodríguez et al. (2020) señalan que estas atenciones deben ajustarse a las costumbres de las zonas de intervención, así mismo, los especialistas de la salud mental deben trabajar en conjunto con los líderes comunitarios.

Los artículos revisados evidencian una heterogeneidad en la prevalencia de los trastornos mentales en Latinoamérica, sin que exista una patología dominante común en toda la región. Esta variabilidad sugiere que los factores contextuales, culturales y socioeconómicos juegan un papel determinante en la manifestación de estas enfermedades. Entre los factores identificados con mayor frecuencia, la interacción social emerge como un elemento central, ya sea como un factor protector o como una condición de riesgo en contextos de aislamiento.

Sin embargo, esta revisión también revela importantes limitaciones en la literatura existente. Se identificó una escasa producción de estudios centrados específicamente en intervenciones y políticas públicas orientadas a la promoción de la salud mental en contextos juveniles. Además, muchos de los estudios carecen de diseños longitudinales o enfoques comparativos entre países, lo que limita la posibilidad de establecer relaciones causales robustas.

Estas limitaciones abren una agenda pendiente para futuras investigaciones que profundicen en enfoques integrales, con perspectiva intercultural, de género y orientados a la prevención. También es necesario que los gobiernos y sistemas de salud desarrollen e implementen políticas públicas sólidas, adaptadas a las realidades locales, para garantizar una atención efectiva, accesible y sostenida en salud mental.

5. CONCLUSIONES

América Latina ha experimentado un incremento significativo en la prevalencia de trastornos mentales, lo cual ha despertado la preocupación de los gobiernos debido a su impacto directo no solo en el bienestar individual, sino también en la productividad laboral y, en consecuencia, en el desarrollo económico de los países. Esto fue evidenciado durante la cuarentena por el Covid-19, periodo en el cual el confinamiento aumentó la incertidumbre y el estrés postraumático. Sin embargo, este aislamiento no solo afectó a las víctimas, sino también a los especialistas que tratan la salud mental.

A estos factores se suman la desigualdad socioeconómica, cultural y política, que dificultaron el acceso a los servicios de salud mental. Además, persisten estigmas sociales que consideran que solo las personas con trastornos graves deben acudir a servicios psicológicos o psiquiátricos, lo cual desincentiva la búsqueda de ayuda oportuna. La violencia estructural, el estrés laboral, los fenómenos migratorios y la inestabilidad política también se presentan como factores agravantes del deterioro del bienestar psicológico en la región.

Por ello, la revisión bibliográfica evidencia la necesidad urgente de que los gobiernos latinoamericanos formulen estrategias integrales como una política de estado, para poder mitigar la problemática social. Estas estrategias deben incluir enfoques preventivos y comunitarios, considerando la diversidad sociocultural de la región y promoviendo el bienestar emocional desde espacios clave como los centros educativos y los entornos laborales.

Conflicto de intereses / Competing interests:

Los autores declaran que el presente proyecto no representó conflicto de intereses de ninguna parte.

Rol de los autores / Authors Roles:

Vitaliano Enriquez: Conceptualización, validación, curación de datos, investigación, recursos, escritura – borrador original, escritura – revisión y edición, visualización, administración del proyecto.

María Paniura: Metodología, análisis formal, investigación, recursos, escritura – revisión y edición, supervisión.

Aspectos éticos/legales:

Los autores declaran no haber incurrido en aspectos antiéticos, ni haber omitido aspectos legales en la realización de la investigación.

Fuentes de financiamiento / Funding:

Las fuentes de financiación que dieron lugar a la investigación son de carácter personal y motivación profesional.

REFERENCIAS

- Berger, C., Milicic, N., Alcalay, L. & Torretti, A. (2014). Programa para el Bienestar y Aprendizaje Socioemocional en estudiantes de tercero y cuarto grado: descripción y evaluación de impacto. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 46(3), 169-177. [https://doi.org/10.1016/S0120-0534\(14\)70020-2](https://doi.org/10.1016/S0120-0534(14)70020-2)
- Cabanyes, J. & Monge, M. Á. (2017). *La salud mental y sus cuidados* (4a. ed.). Eunsa.
- Charland, L. C. (2011). Moral undertow and the passions: Two challenges for contemporary emotion regulation. *Emotion Review*, 3(1), 83-91. <https://doi.org/10.1177/1754073910380967>
- Cuenca, N., Robladillo, L., Meneses, M. & Suyo, J. (2020). Salud mental en adolescentes universitarios Latinoamericanos: Revisión sistemática. *Sociedad Venezolana de Farmacología Clínica y Terapéutica*, 689-695. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4403731>
- Esquivel, F. (2014). *Regulación emocional, correulación materna y temperamento en la primera infancia* [Tesis de doctorado no publicada, Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México]. <https://ru.dgb.unam.mx/bitstream/20.500.14330/TES01000709334/3/0709334.pdf>
- Etienne, C. F. (2018) Salud mental como componente de la salud universal. *Rev Panam Salud Pública*, (42), 1-2. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2018.140>
- León, C. y Olivera, E. (2022) Revisión sistemática sobre la salud mental en el contexto COVID-19. *Revista De Investigaciones De La Universidad Le Cordon Bleu*, 9(1), 61-78. <https://doi.org/10.36955/RIULCB.2022v9n1.006>
- Lopes, P., Salovey, P., Cote, S. & Beers, M. (2005). Emotion regulation abilities and the quality of social interaction. *Emotion*, 5, 113-118. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.5.1.113>
- Magro Lazo, G., Miranda Ayala, R. & Oriol Granado, X. (2024). Victimización durante la pandemia de COVID-19 y síntomas de trauma psicológico en adolescentes tempranos y tardíos: el papel mediador de la soledad. *Revista de Psicología*, 42(1), 209-239. <https://doi.org/10.18800/psico.202401.008>



- Martínez, P., Jiménez-Molina, Á., Mac Ginty, S., Martínez, V. & Rojas, G. (2021). Salud mental en estudiantes de educación superior en Chile. *Scoping Review*, 39(3), 405-426. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082021000300405>
- Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia (2014) *ABECÉ sobre la salud mental, sus trastornos y estigma*. Biblioteca Digital. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/abc-salud-mental.pdf>
- Moreta Herrera, R., Zambrano-Estrella, J., Sánchez Vélez, H. & Naranjo Vaca, S. (2020). Salud mental en universitarios del Ecuador: síntomas relevantes, diferencias por género y prevalencia de casos. *Pensamiento Psicológico*, 19, 1-12. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPS19.smue>
- Muñoz Albarracín, M., Mayorga Muñoz, C. & Jiménez-Figueroa, A. (2023). Salud mental, autoestima y satisfacción vital en universitarios del sur de Chile. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 21(2), 1-27. <https://doi.org/10.11600/rlcsnj.21.2.5428>
- Organización Mundial de la Salud (2022) *Trastornos mentales*. [Página web] Notas descriptivas. Consulta el 29 de noviembre de 2024. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- Organización Mundial de la Salud (2022) *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. Consulta el 14 de enero de 2024. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Souza, M. & Figueroa M. (2023). Factores psicológicos de los estudiantes universitarios. *Interdisciplinaria Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 40(1), 25-41. <https://doi.org/10.16888/interd.2023.40.1.2>
- Ramírez Ortiz, J., Castro Quintero, D., Lerma Córdoba, C., Yela Ceballos, F. & Escobar Córdoba, F. (2021). Consecuencias de la pandemia covid 19 en la salud mental asociadas al aislamiento social. *Ciencias de la Salud*, 48(4), 1-21. <https://doi.org/10.5554/22562087.e930>
- Rivera-Rivera, L., Fonseca-Pedrero, E., Séris-Martínez, M., Vázquez-Salas, A. & Reynales-Shigematsu, L. (2020). Prevalencia y factores psicológicos asociados con conducta suicida en adolescentes. *Ensanut 2018-19. Salud pública Méx*, 62(6) 672-781. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=97129>
- Rodríguez, J., Kohon, R., & Aguilar Gaxiola, S. (2020). Epidemiología de los trastornos mentales en América Latina y el Caribe. *Rev. Fac. Nac. Salud Pública*, 1-343. <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/740/9789275316320.pdf>
- Rondon, M. (2006) Salud Mental: un problema de Salud Pública en el Perú. *Rev Peru Med Exp Salud Publica* 23(4), 237-238. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rins/v23n4/a01v23n4.pdf>
- Ruiz Olarte, A., Mena Freire, M. & Moreta Herrera, R. (2023). Esperanza y salud mental en universitarios del Ecuador: Análisis de regresión estructural. *Psicoperspectivas*, 22(3), 1-14. <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol22-Issue3-fulltext-2906>
- Sánchez-Serrano, S., Pedraza-Navarro, I. & Donoso-González, M. (2022) ¿Cómo hacer una revisión sistemática siguiendo el protocolo prisma? Usos y estrategias fundamentales para su aplicación en el ámbito

- educativo a través de un caso práctico. *Bordón, Revista de Pedagogía*, 74(3), 51-66. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2022.95090>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). *Enfermedades no transmisibles y salud mental en los pequeños Estados insulares en desarrollo*. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240072213>
- Silva Villavicencio, E. (2020). Salud mental global, hegemonía y desinstitucionalización psiquiátrica en Ecuador. *Acta Hispanica*, 25, 249–262. <https://doi.org/10.14232/actahisp.2020.0.249-262>
- Valenzuela, M. I., Ibarra, A. & Zubarew, C. L. (2024). Prevención de conductas de riesgo en el adolescente: Rol de familia. *Index de Enfermería*, 13(1), [páginas]. <https://dx.doi.org/10.4321/S1132-12962013000100011>
- Zumba-Tello, D. & Moreta-Herrera, R. (2022). Afectividad, dificultades en la regulación emocional, estrés y salud mental en adolescentes del Ecuador en tiempos de pandemia del COVID-19. *Revista de Psicología de la Salud*, 4(1), 117–129. <https://doi.org/10.21134/pssa.v10i1.801>

