

**UNIVERSIDAD EL BOSQUE  
FACULTAD DE EDUCACIÓN**

**APROXIMACIÓN A ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS PARA LA ATENCIÓN DE  
TENDENCIAS DEPRESIVAS EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA**

**Autores:**

Carrie Lilian Pérez Montes

Paola Andrea Arias Cañón

**Asesor:**

Antonio León Gamma Bermúdez

Artículo final requisito para título de grado en la maestría de educación inclusiva e  
intercultural

2022

## **APROXIMACIÓN A ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS PARA LA ATENCIÓN DE TENDENCIAS DEPRESIVAS EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA**

*Approximation of pedagogical strategies for the care of depressive tendencies in high school students.*

### **Abstract**

This article aims to publish the research conducted in the city of Ibaguè on a private educational campus where depressive tendencies are evident in students, such as anxiety, sadness, low mood, frustration, pessimistic thoughts, and guilt, in the same manner, a low level of academic performance was detected. The research was conducted in 2019, taking a population of 215 students from middle school and high school grades 6 to 11, and putting them through the application of a child depression questionnaire test AGAPap. In the first analysis it was detected that 12.5% of the students had a depressive tendency, this was supported by a semi-structured interview which was for those who needed a followed process. The causes found according to the analysis of the results are related to the family nucleus, which are parents' divorce, low self-esteem, dysfunctional families, and academic performance, causes that increase the effects on their interpersonal relationships, academic life as well as the familiar environment. In addition, the results that were constructed moreover were implemented in a pedagogical strategy that had as the main center the parents, with an approach the strategies elaborated by the teachers, and the creation of a peer support network among classmates. Therefore, in the follow-up carried through at the end of the school year a slight change was shown evidencing self-control of their emotions, but not to the expected measure. Finally, we consider that in daily work as a teacher it is important to understand the impact that it brings the responsibility of being the one who leads the process of the student inside the classroom. Furthermore, the identification of the problem is

imperative to the planning of pedagogical strategies which must be applied and created a better-formed attention to those students with depressive tendencies.

**Key Word:** *Educational, Strategies Pedagogy, depression, Social Behavior, Life Skills*

**Resumen:**

El objetivo de este artículo es dar a conocer una investigación realizada en la ciudad de Ibagué en un plantel educativo privado donde se evidencia en los estudiantes unas tendencias depresivas detectadas como ansiedad, tristeza, baja de ánimo, frustración, pensamientos pesimistas y de culpabilidad en un estudio en el año 2019, tomó una población de 215 estudiantes de los grados sexto (6) a undécimo (11), mediante la aplicación de una prueba (test) Cuestionario de depresión Infantil AGAPap. En un primer análisis se detectó que 27 estudiantes, el 12.5% presentaba alguna tendencia depresiva. Lo que fue acompañado de una entrevista semiestructurada para quienes requerían de un seguimiento. Según el análisis de los resultados, las tendencias depresivas se relacionan con dificultades en el núcleo familiar, divorcio de los padres, baja autoestima, y el rendimiento académico. Esto afecta sus relaciones interpersonales, la academia y desde luego su entorno familiar. Con dichos resultados se formuló y se da una aproximación a estrategias pedagógicas que tiene por ejes el acompañamiento de los padres, los docentes y la creación de una red de apoyo entre compañeros. Con respecto al seguimiento realizado se dice que al finalizar el año escolar se evidencia un cambio en un autocontrol de emociones, pero no al grado esperado. En el ejercicio diario como docente es importante comprender el impacto que se genera y la responsabilidad de actuar desde el acompañamiento en los procesos del estudiante dentro del aula. Además de la identificación de la problemática se plantean las estrategias pedagógicas a aplicar y mejorar así la atención integral a estos estudiantes.

**Palabras clave:** *Estrategias educativas, pedagogía, depresión, comportamiento social, Competencias para la vida.*

## **INTRODUCCIÓN**

Con el paso del tiempo los estudiantes de colegios públicos y privados sin excepción han demostrado desde el punto de vista psicológico, que vienen desarrollando tendencias depresivas que afectan su comportamiento tanto en el colegio como en su vida personal y su entorno familiar.

Según la OMS, “la depresión es un trastorno mental frecuente que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración”. (Saxena,2017) Cuando una persona está triste, no necesariamente se encuentra deprimida; “la depresión es distinta de las variaciones habituales del estado de ánimo y de las respuestas emocionales breves a los problemas de la vida cotidiana”. (Psychol Med, 2018 & Global Health, 2021) Es una enfermedad que se vuelve crónica y disminuye la capacidad de las personas de trabajar, estudiar, socializar o ejecutar algunas de sus actividades cotidianas; dependiendo del número y de la intensidad de los síntomas, los episodios depresivos se clasifican como leves, moderados o graves. Las personas que sufren de depresión grave necesitan tratamiento; ellas piensan, intentan o logran suicidarse. Si la depresión es leve, se trata sin necesidad de medicamentos. Cabe resaltar que el termino salud mental es un asunto cada vez mas alejado de la patología para hacerse más próximo a una condición de bienestar e integralidad del sujeto, siendo así un estado de bienestar. Según la OMS se define el bienestar emocional como el estado de ánimo donde se percibe todas las aptitudes y se tiene

la capacidad para afrontar las presiones cotidianas. Cuando se tiene bienestar emocional se trabaja con todo el ímpetu posible se contribuye a la comunidad (Bienestando, 2020).

Se concluye que cuando hay bienestar emocional se tiene la capacidad de afrontar mejor diferentes sucesos en la vida. En general, si se tiene bienestar emocional se encuentra a gusto con tu mente y cuerpo. Se Mantiene además una bonita relación contigo mismo, la familia y el entorno escolar. (Hernán, 2021).

Este documento contiene en sus apartes un proceso investigativo que llevó a reconocer las variables que influyen en algunos estudiantes de colegios privados, asociadas a las tendencias depresivas que se manifiestan en el individuo y producen pensamientos de carácter suicida. Dentro de las tendencias depresivas halladas se tiene en cuenta la situación actual del estudiante, donde se siente triste, culpable, enfrenta sentimientos de poco ánimo, ansiedad, pesimismo y desesperanza, al igual muestra actitudes de irritabilidad, frustración y momentos de intranquilidad, impotencia y se percibe culpable e inútil. Siempre con pensamientos negativos hacia sí mismo. Este estudio se realiza debido a la presencia de las anteriores tendencias depresivas en estudiantes de bachillerato y a los pensamientos suicidas de una joven del grado undécimo relacionado con esta problemática y en algunos casos la deserción escolar.

Es indispensable contar con el entorno familiar. Las fases del ciclo de la vida donde supone nuevos y diferentes roles, que, de no asumirse, generan conflictos y con el tiempo, complicarse con trastornos emocionales o conductuales; un tema que ha generado gran interés es el proceso de separación, divorcio o ruptura conyugal. Este es vivido por la familia como uno de los eventos vitales que repercuten en los sentimientos de todos los miembros, y especialmente en el bienestar de los hijos. Los efectos emocionales, sentimientos de

abandono y rechazo, culpabilidad por la separación de los padres, miedo inseguridad, baja autoestima, depresión. Como consecuencia afecta su sentir.

Cuando se relaciona el padecimiento de depresión y el ámbito escolar se establece una relación, por un lado al presentar las conductas depresivas se genera un desánimo por la actividad escolar y por la interacción con los compañeros lo cual conlleva un bajo desempeño académico y en ocasiones todo el proceso de aprendizaje se verá afectado y truncado, y por otro lado la presión que repercute la academia, la interacción social con profesores y pares provoca en los adolescentes una carga emocional y de estrés que desencadene en un cuadro depresivo, al establecer esa relación; es uno de los objetivos que se quieren cumplir con este trabajo, también es fundamental escuchar a los y las estudiantes y si presentan este padecimiento o alguno similar garantizar la ayuda necesaria y el diagnóstico oportuno.

En la actualidad los casos de depresión en niños y adolescentes cuando se identifican y diagnostican son tratados con fármacos especiales, y sesiones de psicoterapia cognitiva, aunque este tipo de problemas tiende a persistir a lo largo de la vida y es difícil de superar cualquier esfuerzo que se haga para ayudar a estos adolescentes es muy valioso y genera la transformación de sus vidas. Se identifican las estrategias necesarias para contribuir a que estos adolescentes reciban las técnicas, métodos y acompañamientos necesarios. (Acosta *et al.*, 2011).

La depresión afecta la concentración, la toma de decisiones, la atención, pérdida de interés, frustración, sentimiento de minusvalía, sentimiento de culpa, falta de motivación, baja tolerancia a la frustración, etc. Además, la presencia de estos síntomas causa problemas en el desempeño académico, pues la persona no estará dando todo su potencial. (Mejía *et al.*, 2011).

Finalmente, el rol del docente como ente que acompaña los procesos académicos debe tener en cuenta la parte emocional y social de sus estudiantes por ello en este artículo se proponen ciertas estrategias pedagógicas que sirven para aplicarlas en cualquier contexto contemplando que todas las acciones realizadas con un buen fin por el docente deben garantizar y facilitar el aprendizaje de los estudiantes; generando diversas formas de evaluar para no ocasionar estrés, tensión o ansiedad. Mejorando la relación entre maestros y estudiantes.

## **Método**

Al conocer el estado emocional de los y las estudiantes niños y adolescentes de los grados sexto (6) a undécimo (11) se conoce qué factores afectan su bienestar, y cómo estos se relacionan con tendencias depresivas y con problemas a nivel académico, social; hasta en algunos casos llevar a la práctica de comportamientos suicidas. El primer paso para ayudar y evitar problemáticas más severas es el conocer, documentar y aplicar las estrategias adecuadas.

Las tendencias depresivas en los y las estudiantes de sexto (6) a undécimo (11) grado, ubicando las mismas dentro de los contextos generales especificados por los expertos en el tema, para aplicarlos al desarrollo de estrategias de atención pedagógica, además ayudar en la identificación de estudiantes que padecen de depresión y que no hayan tenido una evaluación correcta de sus síntomas, para que brinden la atención oportuna y capacitada en el caso que se requiera, reconocer las teorías modernas que se han presentado por parte de los expertos en función de las tendencias depresivas en estudiantes y llevarlas al contexto del colegio privado. Y por último generar conciencia sobre la existencia de la problemática y

formas de control previo de mitigación del problema y la importancia de una atención oportuna y adecuada.

Para la investigación se tiene un enfoque mixto, ya que se desarrolló un cuestionario de depresión infantil AGAap donde se identificaron las tendencias, además de una entrevista semiestructurada para los y las estudiantes que lo requirieron encontrando participantes que estarán o están ya con depresión, dicho cuestionario fue aplicado a todos los y las estudiantes de los grados sexto (6) a undécimo (11), y de acuerdo a las respuestas se realizó un análisis estadístico para determinar la incidencia de las tendencias depresivas en los y las estudiantes del colegio de los grados antes mencionados, además se analizó a los y las estudiantes que presenten tendencias depresivas y cuantos han presentado conductas suicidas, a partir de esto se generaron gráficas de incidencia, en este sentido se tiene un enfoque cuantitativo, sin embargo en este estudio se interpretó y reflexionó sobre el comportamiento de los y las estudiantes, que tanto son afectados sus entornos educativos y se identificaron las estrategias pedagógicas adecuadas y de allí el enfoque cualitativo.

Se eligió el enfoque mixto con el fin de cumplir el objetivo de influir realmente en la calidad de vida de los y las estudiantes y ayudar en la solución de la problemática tan seria que es la depresión y mucho más si se relaciona con tendencias suicidas que llegan a la muerte o incapacidad de los y las estudiantes, este proyecto mostró que este enfoque es exitoso y logró resultados positivos, por lo que esta perspectiva es bastante completa y que la mezcla de las ciencias sociales y la estadística, es muy útil y se complementa de buena manera.

La población se entiende como el conjunto de personas u objetos de los que se desea conocer algo. "El universo o población está constituido por personas. Y la muestra es un subconjunto o parte del universo o población en que se llevará a cabo la investigación". (López, 2004).



Por lo tanto, la población corresponde a los estudiantes de grado sexto (6) a grado undécimo (11) en edades que oscilan de 11 a 16 años de un colegio privado en la ciudad de Ibagué. Esta población corresponde a 215 estudiantes, a los cuales se les realizó una prueba inicial que brindó resultados acerca de las tendencias, algunos miembros de la muestra continuaron con la fase de entrevista.

Se trata, entonces, de una muestra con criterios de clasificación no probabilísticos ya que se toma de manera intencional por sus características de pertenecer a la comunidad educativa del colegio y además estar dentro de los cursos a trabajar, de esta manera se confirmaron las tendencias depresivas. Se trabajó con esta población ya que se observó que las tendencias depresivas inician en los y las estudiantes cada vez en edades más tempranas y se mantienen durante su adolescencia y juventud afectando su desempeño académico y social. Es importante entonces identificar las tendencias depresivas presentes en los y las estudiantes para evaluar estrategias y generar ayudas que logren evitar situaciones graves como conductas suicidas y el bajo desempeño a nivel escolar. El diseño de la muestra es importante porque permite que el estudio se realice en menor tiempo, se incurre en menos gastos, posibilita profundizar en el análisis de las variables y tener mayor control.

Las técnicas que se utilizaron para el trabajo son: Cuestionario de depresión Infantil AGAap de lápiz y papel y entrevistas semiestructuradas. La primera técnica es el cuestionario que ayudó y dio un margen de datos, este cuestionario está compuesto por dos páginas que contienen veintisiete preguntas, y cada una de estas tiene tres opciones de respuesta, el estudiante elige la respuesta que más se acerque a su realidad.

**Figura 1:**

*Primera página del Cuestionario de depresión Infantil AGAap*

**Nombre** \_\_\_\_\_ **Fecha** \_\_\_\_\_  
**Unidad/Centro** \_\_\_\_\_ **Nº Historia** \_\_\_\_\_  
**Edad:** \_\_\_\_ años \_\_\_\_ meses. **Sexo** \_\_\_\_\_ **Curso escolar** \_\_\_\_\_

**7.6 CUESTIONARIO - CDI-**

Población infantil de 7-17 años. Se trata de un cuestionario autoadministrado.

1.  Estoy triste de vez en cuando.  
 Estoy triste muchas veces.  
 Estoy triste siempre.
2.  Nunca me saldrá nada bien  
 No estoy seguro de si las cosas me saldrán bien.  
 Las cosas me saldrán bien
3.  Hago bien la mayoría de las cosas.  
 Hago mal muchas cosas  
 Todo lo hago mal
4.  Me divierten muchas cosas  
 Me divierten algunas cosas  
 Nada me divierte
5.  Soy malo siempre  
 Soy malo muchas veces  
 Soy malo algunas veces
6.  A veces pienso que me pueden ocurrir cosas malas.  
 Me preocupa que me ocurran cosas malas.  
 Estoy seguro de que me van a ocurrir cosas terribles
7.  Me odio  
 No me gusta como soy  
 Me gusta como soy
8.  Todas las cosas malas son culpa mía.  
 Muchas cosas malas son culpa mía.  
 Generalmente no tengo la culpa de que ocurran cosas malas.
9.  No pienso en matarme  
 pienso en matarme pero no lo haría  
 Quiero matarme.
10.  Tengo ganas de llorar todos los días  
 Tengo ganas de llorar muchos días
- Tengo ganas de llorar de cuando en cuando.
11.  Las cosas me preocupan siempre  
 Las cosas me preocupan muchas veces.  
 Las cosas me preocupan de cuando en cuando.
12.  Me gusta estar con la gente  
 Muy a menudo no me gusta estar con la gente  
 No quiero en absoluto estar con la gente.
13.  No puedo decidirme  
 Me cuesta decidirme  
 me decido fácilmente
14.  Tengo buen aspecto  
 Hay algunas cosas de mi aspecto que no me gustan.  
 Soy feo
15.  Siempre me cuesta ponerme a hacer los deberes  
 Muchas veces me cuesta ponerme a hacer los deberes  
 No me cuesta ponerme a hacer los deberes
16.  Todas las noches me cuesta dormirme  
 Muchas noches me cuesta dormirme.  
 Duermo muy bien
17.  Estoy cansado de cuando en cuando  
 Estoy cansado muchos días  
 Estoy cansado siempre
18.  La mayoría de los días no tengo ganas de comer  
 Muchos días no tengo ganas de comer  
 Como muy bien
19.  No me preocupa el dolor ni la enfermedad.  
 Muchas veces me preocupa el dolor y la enfermedad  
 Siempre me preocupa el dolor y la enfermedad

**Figura 2:**

*Segunda página del Cuestionario de depresión Infantil AGAap*

20.  Nunca me siento solo.  
 Me siento solo muchas veces  
 Me siento solo siempre
21.  Nunca me divierto en el colegio  
 Me divierto en el colegio sólo de vez en cuando.  
 Me divierto en el colegio muchas veces.
22.  Tengo muchos amigos  
 Tengo muchos amigos pero me gustaría tener más  
 No tengo amigos
23.  Mi trabajo en el colegio es bueno.  
 Mi trabajo en el colegio no es tan bueno como antes.  
 Llevo muy mal las asignaturas que antes llevaba bien.
24.  Nunca podré ser tan bueno como otros niños.  
 Si quiero puedo ser tan bueno como otros niños.  
 Soy tan bueno como otros niños.
25.  Nadie me quiere  
 No estoy seguro de que alguien me quiera  
 Estoy seguro de que alguien me quiere.
26.  Generalmente hago lo que me dicen.  
 Muchas veces no hago lo que me dicen.  
 Nunca hago lo que me dicen
27.  Me llevo bien con la gente  
 Me peleo muchas veces.  
 Me peleo siempre.

"Este es un cuestionario que tiene oraciones que están en grupos de tres. Escoge en cada grupo una oración, la que mejor diga cómo te has portado, cómo te has sentido en las ÚLTIMAS DOS SEMANAS, luego coloca una marca como una 'X' en los espacios que correspondan. No hay respuesta correcta ni falsa, solo trata de contestar con la mayor sinceridad, lo que es cierto para ti"

Para la interpretación de los resultados se tiene en cuenta los parámetros brindados por AGAap (Asociación Galega de pediatría de atención primaria). "Las puntuaciones directas se obtienen sumando las respuestas marcadas por el sujeto de acuerdo con estas puntuaciones: La ausencia del síntoma (respuesta A) se puntúa 0, la presencia en una forma leve (respuesta B) se puntúa 1 y la presencia en una forma grave (respuesta C) se puntúa 2, por lo que la puntuación total puede oscilar entre 0 y 54 puntos. El punto de corte es de 19, por lo que a partir de esa puntuación se presenta depresión. La confiabilidad del CDI (Inventario de Depresión Infantil) oscila entre 0.71 y 0.94, lo que nos indica que entre un 71% y un 94% de las puntuaciones son verdaderas". (Asociación Galega de pediatría de atención primaria, 2022)

La segunda técnica es la entrevista, es una situación de interacción o diálogo entre personas el entrevistador y el entrevistado que permite conocer cara a cara lo que piensa el individuo sobre la situación y en este caso los sentimientos que está experimentando. Se usa esta técnica ya que al ser de carácter cualitativo y tener un carácter individual permite indagar por un problema, comprenderlo según el contexto de los y las estudiantes sin imponer categorías preconcebidas. Según Patton (1980) existen tres tipos de entrevistas, la informal conversacional, entrevista estructurada con guía y la entrevista estructurada. para este trabajo se habla de una entrevista semiestructurada ya que, si bien se usa una guía, dependiendo el desarrollo del proceso y al ser individual se desvía de la guía y no se cumple al pie de la letra.

Dentro de la investigación se han realizado varias lecturas y comparado el estudio con otros proyectos similares; con el fin de analizar ciertos aspectos que son útiles para el trabajo que se está ejecutando.

## **Resultados**

Para el estudio se desarrolló un proceso de recolección de información a través de dos instrumentos primarios que están definidos dentro de la normatividad legal como son en forma lógica y ordenada la ejecución de un cuestionario (test) para desarrollar este primer instrumento era importante tener en cuenta que se aplica a menores de edad y que para dar cumplimiento de la normatividad legal Colombiana se contó con la aprobación de los padres, madres y cuidadores con su firma en un consentimiento informado, con la recolección de los datos primarios se desarrollaron entrevistas semiestructuradas con la participación tanto de la psico-orientadora, como de los padres de familia y los estudiantes como sujetos de investigación.

Se cuenta con un total de 215 estudiantes que diligenciaron el cuestionario. En lo relacionado con las variables demográficas, el rango de edad estuvo entre 11 y 16 años; la media para edad fue 13,41. Por edad, 128 estudiantes (57,7%) se categorizan como 13 años o menos y 87 estudiantes (42,3%), como mayores de 13 años. En relación con el sexo, 34 participantes (22,6%) son hombres y 181 (77,74%) mujeres los y las estudiantes se distribuyen por cursos de la siguiente manera: 57 de sexto, 46 de séptimo, 37 de octavo, 24 de noveno, 21 de décimo y 30 de undécimo. En lo concerniente al segundo semestre se realizaron las entrevistas semiestructuradas donde participaron 27 estudiantes distribuidos por grado de la siguiente manera: 5 de sexto, 6 de séptimo, 4 de octavo, 5 de noveno, 2 de décimo y 5 de undécimo. En lo referente a las variables tendencias depresivas **Familia** que integra pautas de crianza que se entiende como las indicaciones que se dan a los hijos de parte de los padres en el proceso de su desarrollo vital además, es el acompañamiento y fortalecimiento de habilidades para la vida, familias disfuncionales es decir donde se presentan varios conflictos, mala conducta y en ocasiones el abuso por parte de los miembros individuales, según la situación la familia puede separarse; querer a un hermano o prestar más atención a otro miembro de la familia: 7 estudiantes; **Relaciones Interpersonal**, interacción con pares en otras palabras la forma de relacionarse e intercambiar ideas, información y emociones con compañeros de edades similares : 6 estudiantes; **Rendimiento Académico**, presión escolar definida como estrés académico es decir una alteración emocional, fisiológica, cognitiva y conductual ocasionada por las actividades académicas : 10 estudiantes; **Aspectos Intrapersonal**, autoestima se entiende como el conjunto de pensamientos y sentimientos hacia nuestra manera de ser que nos genera el carácter: 4 estudiantes.

Tabla 1

*Descripción cuantitativa del perfil sociodemográfica de los participantes*

Descripción	No. Participantes	%
< 13 años	128	57.7%
>13 años	87	42.3%
Hombres	34	22.6%
Mujeres	181	77.74%
Grado sexto	57	21.51%
Grado séptimo	46	17.35%
Grado octavo	37	13.96%
Grado noveno	24	9.06%
Grado décimo	21	7.93%
Grado undécimo	30	11.32%

**Nota:** De los 215 participantes se identifica que las edades predominantes fueron las menores de 13 años con un 57.7%, en cuanto al sexo femenino tuvo una participación del 77.74%, finalmente, en lo que corresponde al aspecto académico fue el grado sexto con un 21.51%

Tabla 2

*Número De participantes por cursos que tienden a una tendencia depresivo*

Descripción	No. Participantes	%
Grado sexto A	3	11.1%
Grado sexto B	2	7.4%
Grado séptimo A	2	7.4%
Grado séptimo B	4	14.8%
Grado octavo	4	14.8%
Grado noveno	5	18.5%
Grado décimo	2	7.4%
Grado undécimo	5	18.5%

**Nota:** Se observa que en todos los cursos de básica secundaria y media vocacional existen niños, niñas y adolescentes con tendencia depresiva, obteniendo un total de 27 estudiantes.

Tabla 3

*Variables influyentes a tendencia depresiva*

Variable	No. Participantes	%
Rendimiento académico	10	37.1%
Familia	7	25.9%
Relaciones Interpersonal	6	22.2%
Aspectos Intrapersonales	4	14.8%

**Nota:** Se percibe que el rendimiento académico con un 37.1% y el área familiar con el 25.9%, son las principales variables causales a una tendencia depresiva en los 27 niñas, niños y adolescentes anteriormente identificados.

Los 27 estudiantes que según los resultados del cuestionario mostraron alguna tendencia depresiva presentaron la entrevista con la psico-orientadora y familiares en la cual por temas de confidencialidad no se publica en su totalidad, sin embargo, se evidencia en estas respuestas similares que muestran como causas de dichas tendencias a la presión académica, problemas familiares y aspectos personales como gustos y finalmente, relaciones interpersonales entre compañeros o amigos.

### **Discusión**

Las tendencias depresivas son un problema de salud pública que prevalece en todas partes del mundo y nuestro país no es la excepción, esta situación se presenta cuando se ve afectada la salud mental, lo cual consiste en no manejar correctamente las emociones y vencer los obstáculos o dificultades que se presentan y salir adelante de ellos. Se observa que las tendencias relacionadas con la depresión y problemas en el manejo de emociones se evidencian cada vez a edades más tempranas, es un tema reciente ya que hace algunos años se creía que este tipo de problemas eran exclusivos de los adultos y que los niños, niñas y adolescentes simplemente estaban llamando la atención de sus padres, estas creencias son las responsables de que según la OMS (Organización Mundial de la Salud) y la organización

panamericana de la salud los niños, niñas y adolescentes que requieren una ayuda profesional a nivel de salud mental no la reciban. (Ospina *et al.*, 2011)

*Los síntomas depresivos existen desde que existe la humanidad, desde relatos tan tradicionales como el antiguo testamento y epopeyas griegas se ha hablado de emociones contrarias a la alegría, autores como Hipócrates en el siglo IV A.C. sienta las bases de la medicina al describir la manía y la melancolía, Celso continua con el estudio de la melancolía, siendo retomado más tarde por Falret en 1854 al describir el suicidio como resultado de un trastorno mental, Kahlbaum en 1882 realiza consideraciones sobre la ciclotimia, Kraepelin en 1899 hace sus descripciones sobre la psicosis maniaco-depresiva y define la melancolía involutiva, Freud en 1915 señala la pérdida del objeto amado como causa psicógena de lo depresivo en Duelo y melancolía, Beck en 1970 identificó la triada cognitiva de la depresión (Hernández , 2007).*

Las tendencias depresivas al estar relacionadas con la depresión clínica que se caracteriza por largos periodos de tristeza que afectan la conducta y los pensamientos de quien la presenta, causa también un aislamiento social y en casos más severos se genera conductas de autodestrucción e intentos de suicidio, se habla actualmente que la tasa de incidencia de estos casos es mayor en niños, niñas y adolescentes que en adultos, ya que como causas principales encontramos problemas familiares como abandono, maltrato, falta de autoridad y acompañamiento, altos niveles de estrés, discriminación, rechazo social. Para realizar un buen acompañamiento y estudio siempre será de vital importancia contar con un diagnóstico correcto, el cual toma como guía el Manual diagnóstico y Estadístico de enfermedades mentales (DSM-IV-TR). Sin embargo, para el caso de los niños, niñas y adolescentes en



algunos casos el diagnóstico no es sencillo ni exacto ya que ellos no logran identificar de manera exacta los diferentes síntomas. (Ossa *et al.*, 2015).

En este estudio se establece una relación entre tendencias depresivas y rendimiento académico en donde están íntimamente relacionados, pues las emociones del individuo afectan o influyen en los entornos en el que se desenvuelve, esta relación es cíclica ya que si un estudiante presenta tendencias depresivas al generar una tristeza y un desánimo por la actividad escolar se verá afectado su rendimiento académico, o por otro lado si el estudiante tiene bajo rendimiento académico esto puede generar un sentimiento de culpa e impotencia que puede profundizarse y desarrollar una tendencia depresiva. Además, es uno de los detonantes que aparece en los resultados del cuestionario (test); al inicio fue difícil comprender estas dos variables y si tenían relación, pues bien, se analizó que, en algún momento de la vida, el ánimo disminuye y se presenta apatía social. Las tendencias depresivas hacen que las personas pierdan el interés por muchas de las actividades cotidianas que antes realizaban motivadas. En los estudiantes se evidencia una apatía por asistir a clases, poco interés por realizar trabajos o participar activamente en las clases y la falta de seguimiento de instrucciones, esto afecta el desempeño escolar.

Por otro lado, la valoración de este rendimiento no solo depende de la persona que realiza el desempeño. Una de las variables que tiene que ver intrínsecamente con la persona es la inteligencia. Ahora bien, cuando hablamos de inteligencia no es únicamente la parte intelectual. Psicólogos, como Howard Gardner, defienden la existencia de diferentes inteligencias. Por ejemplo: la naturalista, la intelectual, la interpersonal, la emocional, entre otras. El rendimiento académico expresa el desempeño de una persona en un área muy

concreta, la académica. En algunos casos se evalúa de acuerdo con el resultado del examen final, otras lo evalúan cada cierto tiempo, otras incluyen el comportamiento dentro de la evaluación, etc. Cada institución establece los criterios para determinar el rendimiento, usando una evaluación integral que abarca los diferentes tipos de inteligencias.

En este estudio se observa que uno de los mayores detonantes para que se evidencie una tendencia depresiva, es el paso de primaria a secundaria ya que los resultados muestran una incidencia en el grado sexto, donde algunos factores son fundamentales para estos niños, niñas y adolescentes el que los padres, madres y/o cuidadores ya no estén tan pendientes como lo hacían cuando estaban en primaria, el iniciar una independencia, esto se ve reflejado cuando el estudiante debe asumir responsabilidades académicas que anteriormente compartía con los padres para obtener un buen rendimiento académico y una adaptación a estilos, métodos y estrategias diferentes en cada uno de los y las docentes.

Además, según la edad de los estudiantes se encuentra el inicio de la adolescencia, la cual está marcada por un cambio físico, y psicológico que conlleva sentimientos y emociones que no se perciben antes y esto confunde, y sin un buen acompañamiento genera problemas en el comportamiento. (Pardo *et al.*, 2004)

Cabe aclarar que en los grados noveno (9), décimo (10) y undécimo (11) en ese momento eran solo niñas debido a que el colegio en el año 2013 fue aceptado para la modalidad mixto con la decisión de que solo en primaria recibían niños, de esa manera identificamos un número mayor de mujeres lo que hizo que los resultados muestren una mayor participación de mujeres, sin embargo con este estudio no se puede establecer una tendencia relacionada con el género, aunque otros estudios señalan que ha incrementado los trastornos depresivos en mayor frecuencia en las adolescentes, cuando la persona presenta una baja capacidad

enfrentamiento o rigidez cognoscitiva vive situaciones estresantes que le producen sentimientos de depresión, desesperanza y conductas suicidas. Del mismo modo, Garland y Zingler (1993) identifican como factores de riesgo: desequilibrio en los neurotransmisores y predictores genéticos, trastornos psiquiátricos, baja capacidad para resolver problemas, abuso sexual y físico, acceso a armas de fuego, desempleo y problemas laborales.

Con el segundo detonante que corresponde a la familia se establece una relación entre comunicación inadecuada, manifestaciones de afecto insuficientes e incomprensión, desatención, despreocupación y separación de padres por lo que el niño, niña y adolescente un tiempo vive con su papá y otro momento vive con su mamá; así como un manejo de conflictos deficiente, agresividad y una dinámica parental sintomática. En algunos casos un familiar presenta situaciones de depresión. Este detonante es muy importante ya que la familia es la base de la interacción social y la primera escuela, donde cualquier acción de alguno de los miembros afecta o beneficia a todos los integrantes, se crean lazos de confianza y se aprende a enfrentar las diferentes situaciones de la vida. (Florero & Salamanca, 2017).

Partiendo del hecho de la existencia de tendencias depresivas en estudiantes de secundaria y viendo que hay una relación de estas con el desempeño académico de los participantes se sugieren como estrategias pedagógicas para mejorar esta situación, la atención más detallada de las emociones de los y las estudiantes en general observar cambios en el comportamiento y cambios de ánimo que indiquen algún tipo de problema personal, es importante que los y las estudiantes confíen en los profesores y que sientan un interés de su parte para que compartan de manera fácil sus problemas y así recibir la ayuda necesaria y ser remitidos a la dependencia correspondiente, por otro lado es bueno fomentar la participación en clase para que los y las estudiantes expresen sus ideas e interactúen con sus compañeros y así afianzar

su autoestima y mejorar sus relaciones interpersonales. Es importante establecer que el estar bien sobre las calificaciones numéricas no debe ser más relevante que el estado anímico y emocional de las personas.

Cuando el docente mantiene con los estudiantes una relación de respeto y confianza se cambia su vida y se convierte en un guía en su proceso de formación ya que se logra que los y las estudiantes vean a sus docentes como personas cercanas con más experiencia en la vida que se interesan por sus asuntos, dar un consejo y apoyo, a nivel emocional, los docentes tienen entonces una gran responsabilidad ya que pasan la mayor parte del tiempo con los estudiantes, en muchas ocasiones por las jornadas académicas y las dinámicas de la vida de los padres los y las estudiantes pasan poco tiempo con su familia, mientras que con los profesores se comparte mayor número de horas y experiencias, es importante estar pendiente de sus emociones, no pasar por alto diversas situaciones como la tristeza, apatía o cambios en el comportamiento habitual y trabajar de la mano con orientadores y padres, madres o cuidadores, no solo enfocarse en las calificaciones sino ir al fondo de sus vivencias y comprender si existe algún problema y activar la ruta de atención indicada.

Si los y las estudiantes llegan a desarrollar depresión es conveniente realizar una flexibilización de currículum según la condición del estudiante para ayudar y evitar problemas graves como la deserción escolar o un intento de suicidio y no pensar que la situación es simplemente una excusa de los adolescentes para no cumplir con sus responsabilidades.

En el caso de la evaluación se establece que una evaluación tradicional que evalúa la capacidad de memorizar y el conocimiento estricto y no la capacidad de apropiación del

conocimiento o la resolución de problemas en contexto generan episodios de ansiedad que se enfatizan con las tendencias depresivas y generan miedo y problemas de comportamiento, por lo anterior se recomienda en estos casos realizar una evaluación flexible que no provoque ansiedad ni estrés para evitar consecuencias negativas y bajas en las notas, (Esparza & Rodríguez, 2009)

Se sugiere trabajar el clima escolar, concientizar a todos los estudiantes de la importancia de la inteligencia emocional y fomentar el apoyo de pares para acompañar el proceso, incentivar el compañerismo, las relaciones positivas y erradicar todas las burlas y comentarios mal intencionados que se generen.

## **Conclusiones**

Con este estudio se comprueba la presencia de tendencias depresivas y se establecen como causas principales el rendimiento académico con un desempeño básico a causa de la presión o el estrés manejado en el periodo escolar, la ansiedad y la frustración al no poder solucionar por sí mismo diversas situaciones; problemas familiares entendiendo diferencias entre padres de familia, falta de acompañamiento y supervisión, normas e indicaciones de casa y personales que se entienden como falta de autoestima, inseguridad y falta de relaciones positivas con pares y el inicio de la secundaria o cambios en la rutina. Se resalta la importancia de estos estudios en los colegios ya que la detección temprana de tendencia depresivas ayuda a un buen tratamiento, oportuno que evite consecuencias graves como el suicidio o trastornos más severos, también el papel de la familia es fundamental en la formación de los y las estudiantes y en la prevención de problemas psicológicos ya que al ser el lugar de base de los adolescentes debe garantizar seguridad y buen trato, esto conlleva a que cualquier acción ejecutada por los padres de familia repercute en las emociones y sentimientos de los hijos y por esto el aspecto familiar es una de las causas que generan tendencias depresivas.

Por otro lado, estar pendiente de las relaciones que tienen los y las estudiantes con sus compañeros, ya que estos se convierten muchas veces en su principal apoyo y la relación con estos es determinante para el modo de actuar de los mismos.

Se pretende desarrollar en forma individual en las instituciones educativas regionales y también nacionales, públicas y privadas un proceso de detección temprana de la depresión en los y las estudiantes y aplicación de estrategias pedagógicas oportunas y adecuadas para este fenómeno, fundamentándose en el reconocimiento de sus características primarias que son bajas de ánimo, cambio de humor, frustración, pesimismo, ansiedad, impotencia e irritabilidad y apropiando en forma individual tanto los conceptos, como tendencias y técnicas de prevención un manual de trabajo en mejoramiento, prevención y control de este flagelo por parte de los estamentos internos de cada institución educativa.

Por último, es importante tener en un papel principal a los docentes ya que ellos son los que están más tiempo con los y las estudiantes, los conocen y la relación con estos muchas veces es la única guía adulta que poseen y tener una comunicación asertiva. Es relevante dar prioridad al bienestar y estabilidad emocional de los y las estudiantes aún sobre el rendimiento académico, por esto se deben mantener algunas estrategias pedagógicas que garanticen la atención integral.

## Referencias

Acosta, E., Mancilla T., Correa, J., Saavedra, J., Ramos, F., Cruz, J., Duran, S., (2011) Depresión en la infancia y adolescencia: enfermedad de nuestro tiempo. *Arch Neurocienc. 16* (3). <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=32548>

Amézquita, M., González, H., Zuluaga D. (2008). Prevalencia de Depresión e Ideación Suicida en Estudiantes de 8º, 9º, 10º Y 11º Grado, en ocho Colegios Oficiales de Manizales. *Hacia La Promoción de La Salud*, 13(1), 143–153. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S012175772008000100010&script=sci\\_abstract&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S012175772008000100010&script=sci_abstract&tlng=es)

Asociación Galega de pediatría de atención primaria. (2022). *Interpretación CDI*. <http://www.agapap.org/druagapap/content/cuestionario-depresi%C3%B3n-infantil>

Chong B, & Marcillo, C. (2020). Estrategias pedagógicas innovadoras en entornos virtuales de aprendizaje. *Dominio de las Ciencias*, 6(3), 56-77. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7539680>

Bermúdez, V. (2018). Ansiedad, depresión, estrés y autoestima en la adolescencia. Relación, implicaciones y consecuencias en la educación privada. *Cuestiones pedagógicas*, 26, 37-52. <https://idus.us.es/handle/11441/83493>

Bienestando. (2020). Bienestar emocional: su importancia y cómo cuidar de él. *Securitas Direct España*. <https://bienestando.es/bienestar-emocional/>

Bonilla, E. Rodríguez, P. (1997). Más allá del dilema de los métodos. *Ediciones uniandes*. Editorial Norma. <https://laboratoriociudadut.files.wordpress.com/2018/05/mas-alla-del-dilema-de-los-metodos.pdf>

Cajigas, N., Kahan, E., Mario, L., & Ugo. (2010). Depresión en estudiantes de enseñanza media pública, severidad, género y edad. *Ciencias Psicológicas*, 4(2). <http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v4n2/v4n2a03.pdf>

Caraveo, J. (1997). Epidemiología de los trastornos depresivos. *Psiquiatría*, <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/740/9789275316320.pdf>

Castejón, J. Pérez, A.(1998). Un modelo causal explicativo sobre la influencia de las variables psicosociales en el rendimiento académico. *Revista Bordón*, 50 (2), 171-185. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=54593>

Chaux, E., Bustamante, A., Castellanos, M., Jiménez, M., Nieto, A., Rodríguez, G., Velásquez, A. (2008). Aulas en paz: 2. Estrategias pedagógicas. *Revista Interamericana de Educación para la democracia*, 1(2), 124-145. [https://dhls.hegoa.ehu.eus/uploads/resources/4825/resource\\_files/Aulas\\_en\\_...pdf](https://dhls.hegoa.ehu.eus/uploads/resources/4825/resource_files/Aulas_en_...pdf)

Cecchetto, S. (Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas). Antecedentes históricos del consentimiento del paciente informado en Argentina: *Universidad del Mar de la Plata*. <https://www.binasss.sa.cr/revistas/rldmml/v5-6n2-1/art3.pdf>

Eguiluz Romo, L., & Ayala Mira, M. (2014). Relación entre ideación suicida, depresión y funcionamiento familiar en adolescentes. *Psicología Iberoamericana*, 22 (2), 72-80. <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133938134009.pdf>

Esparza, N., Rodríguez, M. (2009). Factores contextuales del desarrollo infantil y su relación con los estados de ansiedad y depresión. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 5(1), 47-64. <http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v5n1/v5n1a05.pdf>

Estévez, E., Musitu, G. Herrero, J. (2005). El rol de la comunicación familiar y del ajuste escolar en la salud mental del adolescente. *Salud Mental*, 28, 4, 81-89 <https://www.redalyc.org/pdf/582/58242809.pdf>

Forero, I., Siabato, E., Salamanca, Y. (2017). Ideación suicida, funcionalidad familiar y consumo de alcohol en adolescentes de Colombia. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15 (1), 431-442. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1692715X2017000100028&script=sci\\_abstract&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1692715X2017000100028&script=sci_abstract&tlng=es)

García, R., Guzmán, R., Martínez, J. (2006). Tres aristas de un triángulo: Bajo rendimiento académico, fracaso y deserción escolar, y un centro: El adolescente. *Revista Electrónica de Psicología*, 2, 8-33.

González, C., Villatoro, J., Pick, S., Collado, M. (1998). El estrés psicosocial y su relación con las respuestas de enfrentamiento y el malestar emocional en una muestra representativa de adolescentes al sur de la ciudad de México: análisis según su nivel socioeconómico. *Salud Mental*, 21 (2), 37-45. <http://www.uade.inpsiquiatria.edu.mx/Articulos%20Jorge/1998/el%20estres%20psicosocial%20su%20relacion%20con%20las%20resp%20de%20enfrentamiento%20y%20el%20mal%20est1998.pdf>

Hernán, P. (2021). Por qué es tan importante cuidar tu bienestar emocional. *Hola*. <https://www.hola.com/estar-bien/galeria/20210105182031/mejorar-bienestar-emocional-psicologia/1/>

Hernández, G., (2007). Fenomenología de algunos síntomas de la depresión. *Universitas médica*, 48 (3), 228-248. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=231018668005>

Hernández, R., Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. *Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill Interamericana Editores S.A. de C.V.

Lozano Carrera Signey. (2019) La experiencia del para suicidio en población adolescente en las instituciones educativas Alberto Castilla y German Pardo en la ciudad de Ibagué. *Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades. Programa de Psicología. Ibagué -Tolima*. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/27925>

López, P. Población muestra y muestreo. <http://www.scielo.org.bo/pdf/rpc/v09n08/v09n08a12.pdf>

Ministerio de Salud (MIN SALUD). Resolución 008430 de 1997. Colombia.

Mejía, C., Gutiérrez, S., Perea, E., (2011). Asociación entre depresión y bajo rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 14(25), 67-75. <https://www.redalyc.org/pdf/4975/497552358007.pdf>

Mruk, C. (1998). *Autoestima. Investigación, teoría y práctica*. Bilbao, Primera edición, Editorial Desclee de Brouwe. Biblioteca de Psicología

Ospina, F., Hinestroza, M., Paredes, M., Guzmán, Y., Granados, C., (2011) Síntomas de ansiedad y depresión en adolescentes escolarizados de 10 a 17 años en Chía, Colombia. *Revista de Salud pública*. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=42222537004>

Ossa, A. Ochoa, A. Mejía, C. Bareño, J. (2015) Prevalencia de depresión y sus factores asociados en adolescentes entre 13 y 17 años en Colombia año 2003. *Rev CES Salud Pública*.



V7. pp. 37-48.  
[https://revistas.ces.edu.co/index.php/ces\\_salud\\_publica/article/view/3282#:~:text=Resultados%3A%20La%20prevalencia%20total%20para,una%20muestra%20total%20de%201520](https://revistas.ces.edu.co/index.php/ces_salud_publica/article/view/3282#:~:text=Resultados%3A%20La%20prevalencia%20total%20para,una%20muestra%20total%20de%201520).

Pardo, G., Sandoval, A., Umbarila, D., (2004). Adolescencia y depresión. *Revista Colombiana de Psicología*, núm. 13, 2004, pp. 17-32  
<https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/1204/1755>

Patton M. (1980). *Qualitative evaluation methods*. sage publications.

Restrepo, C. y Malagón, N. (1997). Factores de riesgos asociados al síndrome depresivo en la población colombiana. *Rev. Col. Psiquiatría*, 1, 23-35.  
<https://www.imbiomed.com.mx/articulo.php?id=31698>

Salgado, A., (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *Liberabit*. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272007000100009&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272007000100009&script=sci_arttext&tlng=en)