



UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA

La Universidad Católica de Loja

**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
EDUCACIÓN Y HUMANIDADES**

CARRERA DE PSICOLOGÍA

**Personalidad, historia de vida y salud mental en población
adulta ecuatoriana**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Autor: Vega Tapia, Ana Belén

Director: Matamoros Apolo, Diego Armando

Latacunga

2024



Esta versión digital, ha sido acreditada bajo la licencia Creative Commons 4.0, CC BY-NC-SA: Reconocimiento-No comercial-Compartir igual; la cual permite copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra, mientras se reconozca la autoría original, no se utilice con fines comerciales y se permiten obras derivadas, siempre que mantenga la misma licencia al ser divulgada. <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>

2024

Aprobación del director del Trabajo de Titulación

Loja, 24 de septiembre de 2024

Magíster

David Mauricio Ortega Jiménez

Director de la carrera de Psicología

Ciudad.-

De mi consideración:

Me permito comunicar que, en calidad de director del presente Trabajo de Titulación denominado: Personalidad, historia de vida y salud mental en población adulta ecuatoriana realizado por Ana Belén Vega Tapia ha sido orientado y revisado durante su ejecución, así mismo ha sido verificado a través de la herramienta de similitud académica institucional, y cuenta con un porcentaje de coincidencia aceptable. En virtud de ello, y por considerar que el mismo cumple con todos los parámetros establecidos por la Universidad, doy mi aprobación a fin de continuar con el proceso académico correspondiente.

Particular que comunico para los fines pertinentes.

Atentamente,

Director: Diego Armando Matamoros Apolo, Mgtr.

C.I.: 0705744696

Correo electrónico: damatamoros@utpl.edu.ec

Declaración de autoría y cesión de derechos

Yo, Ana Belén Vega Tapia, declaro y acepto en forma expresa lo siguiente:

Ser autor (a) del Trabajo de Titulación denominado: Personalidad, historia de vida y salud mental en población adulta ecuatoriana, de la carrera de Licenciatura en Psicología, específicamente de los contenidos comprendidos en: Marco Teórico, Metodología, Análisis de Resultados y discusión siendo Diego Armando Matamoros Apolo director del presente trabajo; también declaro que la presente investigación no vulnera derechos de terceros ni utiliza fraudulentamente obras preexistentes. Además, ratifico que las ideas, criterios, opiniones, procedimientos y resultados vertidos en el presente trabajo investigativo, son de mi exclusiva responsabilidad. Eximo expresamente a la Universidad Técnica Particular de Loja y a sus representantes legales de posibles reclamos o acciones judiciales o administrativas, en relación a la propiedad intelectual de este trabajo.

Que la presente obra, producto de mis actividades académicas y de investigación, forma parte del patrimonio de la Universidad Técnica Particular de Loja, de conformidad con el artículo 20, literal j), de la Ley Orgánica de Educación Superior; y, artículo 91 del Estatuto Orgánico de la UTPL, que establece: "Forman parte del patrimonio de la Universidad la propiedad intelectual de investigaciones, trabajos científicos o técnicos y tesis de grado que se realicen a través, o con el apoyo financiero, académico o institucional (operativo) de la Universidad", en tal virtud, cedo a favor de la Universidad Técnica Particular de Loja la titularidad de los derechos patrimoniales que me corresponden en calidad de autor/a, de forma incondicional, completa, exclusiva y por todo el tiempo de su vigencia.

La Universidad Técnica Particular de Loja queda facultada para ingresar el presente trabajo al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública, en cumplimiento del artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

.....

Autor: Ana Belén Vega Tapia

C.I.: 0550216386

Correo electrónico: vegabelen55@gmail.com

Dedicatoria

A mis queridos padres: Neptali Vega y Olga Tapia, este logro académico es un tributo del esfuerzo que han invertido en mi educación, cada esfuerzo que han realizado es el reflejo de mi éxito, este proyecto de investigación es el testimonio de su sacrificio y amor, y me llena de orgullo honrarlos de esta manera, gratitud por enseñarme a brillar con luz propia en el camino del conocimiento.

“Gracias por ser mis primeros maestros, por ser mi guía moral y por ser mi inspiración”.

Agradecimiento

Esta tesis, si bien ha requerido mucha dedicación por parte de la Autora y su Director de Tesis, no hubiese sido posible su finalización sin la ayuda desinteresada de algunas instancias y personas, por ello que expreso mi agradecimiento sincero:

En primer lugar a Dios por darme salud y vida.

A mis queridos padres por ser ese pilar fundamental durante el proceso de formación, a mi amada hija Yaninah Zambonino por ser mi fuente de motivación e inspiración para poder superarme cada día más, a mis hermanos quienes con sus palabras de aliento me enseñaron a ser perseverante con mis objetivos propuestos.

A la prestigiosa Universidad Técnica particular de Loja, que me dio la oportunidad de culminar mi carrera, a su planta docente por brindarme sus conocimientos y de manera especial a mi Director de Tesis Msc. Diego Matamoros Apolo ya que con su experiencia y don de gente supo apoyar mi trabajo de investigación.

Finalmente agradecer a mis compañeros y amigos por haberme acompañado durante este proceso académico.

Índice de contenido

Caratula.....	I
Aprobación del director del Trabajo de Titulación	II
Declaración de autoría y cesión de derechos	III
Dedicatoria	V
Agradecimiento.....	VI
Índice de contenido.....	VII
Resumen	1
Abstract.....	2
Introducción	3
Capítulo uno.....	5
Marco teórico	5
1.1 Personalidad	5
1.1.1 <i>Modelo de los cinco factores de la personalidad</i>	7
1.1.2 <i>Factores de la personalidad</i>	10
1.1.2.1 Apertura a la experiencia.....	10
1.1.2.2 Conciencia.....	11
1.1.2.3 Extraversión.	11
1.1.2.4 Amabilidad.....	11
1.1.2.5 Neuroticismo.....	12
1.2 Historia de vida como variable psicosocial.....	12

1.2.1 Historia de vida	12
1.3 Salud mental relacionada a la personalidad	14
1.3.1 Ansiedad	18
1.3.2 Depresión	22
Capítulo dos	26
Metodología.....	26
2.1 Objetivos	26
2.1.1 Objetivo general	26
2.1.2 Objetivos específicos.....	26
2.2 Preguntas de investigación	26
2.3 Enfoque, tipo y diseño de investigación	27
2.3.1 Enfoque de la investigación	27
2.3.2 Tipo de investigación.....	28
2.3.3 Diseño de investigación.....	28
2.4 Población y muestra de estudio	29
2.4.1 Criterios de inclusión.....	30
2.4.2 Criterios de exclusión	30
2.5 Instrumentos de recogida de información	30
2.5.1 Cuestionario sociodemográfico	30
2.5.2 Cuestionario TIPI (personalidad).....	30
2.5.3 Cuestionario K-SF-42 (Historia de vida).....	31

2.5.4 PHQ4 (Ansiedad – depresión)	31
2.6 Procedimiento	31
2.7 Análisis de datos	32
Capítulo tres	33
Análisis de resultados y discusión	33
3.1 Análisis de resultados	33
3.1.1 Características sociodemográficas y laborales	33
3.1.2 Rasgos de personalidad	34
3.2 Distribución de variables psicosociales	34
3.2.1 Indicadores de salud mental	35
3.2.2 Personalidad e indicadores de salud mental	36
3.3 Discusión de resultados	36
Conclusiones	41
Recomendaciones	42
Referencias	44

Índice de tablas

Tabla 1	Carcaterísticas sociodemográficas y laborales de la muestra de estudio.....	33
Tabla 2	Rasgos de personalidad de la muestra	34
Tabla 3	Distribución de variables psicosociales.....	34
Tabla 4	Salud mental según el sexo	35
Tabla 5	Relación de la personalidad y salud mental.....	36

Resumen

Se investigó variables relacionadas con la personalidad y la salud mental en adultos para comprender mejor su influencia en el bienestar psicológico y la calidad de vida, es por eso que el presente estudio tuvo como objetivo principal analizar la relación entre personalidad, historia de vida y salud mental en una muestra de población adulta ecuatoriana perteneciente al cantón Sigchos, provincia de Cotopaxi, en el año 2023. La investigación adoptó un diseño cuantitativo, descriptivo y correlacional. La muestra consistió en 50 adultos de entre 18 y 65 años. La recolección de datos se realizó utilizando cuestionarios validados, incluyendo el cuestionario TIPI, el cuestionario K-SF-42, y el PHQ4. Los resultados revelaron que, aunque no se encontraron correlaciones significativas entre todos los rasgos de personalidad y los indicadores de salud mental, se observaron patrones de asociación entre rasgos como la extroversión y la afabilidad con niveles más bajos de ansiedad y depresión. Estos hallazgos sugieren que, a pesar de la complejidad de la relación entre personalidad y salud mental, ciertos rasgos pueden tener un efecto protector en el bienestar psicológico.

Palabras clave: personalidad, salud mental, variables psicosociales

Abstract

It is necessary to investigate the variables related to personality and mental health in adults to better understand their influence on psychological well-being and quality of life, which is why the main objective of the present study was to analyze the relationship between personality, life history . and mental health in a sample of the Ecuadorian adult population belonging to the Sigchos canton, province of Cotopaxi, in the year 2023. The research adopted a quantitative, descriptive and correlational design. The sample consisted of 50 adults between 18 and 65 years old. Data collection was performed using validated questionnaires, including the TIPI questionnaire, the K-SF-42 questionnaire, and the PHQ4. The results revealed that, although no significant correlations were found between all personality traits and mental health indicators, patterns of association were observed between traits such as extraversion and agreeableness with lower levels of anxiety and depression. These findings suggest that, despite the complexity of the relationship between personality and mental health, certain traits may have a protective effect on psychological well-being.

Keywords: personality, life history, mental health.

Introducción

El estudio de la relación entre la personalidad y la salud mental en adultos es necesaria para comprender cómo los rasgos individuales influyen en el bienestar psicológico. Investigaciones previas han mostrado que variables como la extroversión y la estabilidad emocional pueden afectar el nivel de ansiedad y depresión en diversas poblaciones (Costa y McCrae, 1992). Sin embargo, el impacto específico de estos rasgos en contextos culturales particulares, como el cantón Sigchos en Cotopaxi, aún requiere una exploración detallada.

Se ha planteado como objetivo de investigación relacionar los rasgos de personalidad con indicadores de salud mental en la población adulta ecuatoriana del cantón Sigchos, provincia de Cotopaxi, durante el año 2023. Este objetivo pretende indagar cómo diferentes características de la personalidad, tales como extroversión, afabilidad y estabilidad emocional, se asocian con niveles de ansiedad y depresión en la muestra estudiada con el fin de contribuir al desarrollo de estrategias de intervención más efectivas y adaptadas a las necesidades específicas de esta población.

La presente investigación se estructura en varios capítulos que abordan de manera integral el estudio de la relación entre los rasgos de personalidad y los indicadores de salud mental en la población adulta del cantón Sigchos.

El primer capítulo presenta el marco teórico, en el cual se exploran las principales teorías y conceptos relacionados con la personalidad y la salud mental. Se abordan los modelos teóricos de la personalidad, como el modelo de los cinco grandes rasgos, y se examina su relación con variables psicosociales. Además, se revisa la literatura existente sobre la influencia de la personalidad en la salud mental, incluyendo estudios previos y enfoques teóricos relevantes.

El segundo capítulo detalla la metodología utilizada en el estudio. Describe el diseño de investigación empleado, que es de tipo cuantitativo, y explica el proceso de recolección de

datos. Se especifica la muestra de 50 adultos del cantón Sigchos, seleccionada por conveniencia debido a su tamaño manejable. Se utilizan herramientas de medición estandarizadas para evaluar los rasgos de personalidad y los indicadores de salud mental. Además, se describe el procedimiento para la aplicación de cuestionarios y la forma en que se garantiza la validez y confiabilidad de los datos obtenidos.

En el tercer capítulo, se presentan y analizan los resultados obtenidos a partir de los datos recolectados. Se realizan análisis estadísticos para determinar la relación entre los rasgos de personalidad y los indicadores de salud mental. Este capítulo también discute los hallazgos en relación con la literatura existente, abordando las posibles razones detrás de los resultados y cómo se alinean o difieren de estudios anteriores.

El último capítulo resume las conclusiones derivadas de los análisis realizados, destacando las principales observaciones sobre la relación entre personalidad y salud mental en la población estudiada. Se ofrecen recomendaciones basadas en los resultados, que pueden incluir sugerencias para futuras investigaciones y prácticas de intervención.

La investigación es importante para la población de Sigchos y la sociedad en general, dado que proporciona una comprensión profunda de cómo los rasgos de personalidad influyen en la salud mental. Al identificar los factores que afectan el bienestar psicológico, se pueden desarrollar intervenciones más efectivas y políticas públicas adecuadas para mejorar la calidad de vida.

Realizar estudios sobre la relación entre personalidad y salud mental es útil porque permite crear programas de prevención y tratamiento más efectivos y adaptados a las necesidades de la comunidad.

Capítulo uno

Marco teórico

1.1 Personalidad

Tintaya (2019) menciona que cuando se trata de la organización de la existencia subjetiva de un ser humano, la personalidad es el componente más intrincado y fundamental. La única forma de conocerla y comprenderla es a través de rasgos reales y observables, como los hábitos, las convenciones, las acciones y las relaciones con otras personas. Sin embargo, es difícil comprenderlo directamente. Es posible observar las acciones que realizan las personas, las cosas que construyen y las relaciones que mantienen, pero no es factible observar directamente lo que las personas piensan, sienten, creen o planean (Bustos, 2021).

De forma histórica, Macías et al. (2019) afirman que el concepto de persona fue evolucionando hasta convertirse en un concepto más amplio a lo largo de varios siglos, hasta el punto de que hoy en día se utiliza comúnmente como sinónimo del término "ser humano". De forma similar, Reyes (2021) señala que la idea de personalidad evoluciona hasta representar el conjunto de las cualidades de un individuo, que interactúan entre sí para formar un estilo de crecimiento individual que es, hasta cierto punto, coherente. Durante el siglo XX se pueden destacar las aportaciones realizadas por Buratt, mismo que define la personalidad como un conjunto de sentimientos y valoraciones, de tendencias y deseos del ser humano. (Chacón et al., 2021).

En concreto, la personalidad estaría formada por un conjunto de características propias de la personalidad de cada individuo. La preponderancia de un rasgo de personalidad sobre otro es lo que diferencia a cada individuo, según Allport, quien afirma que todas las personas comparten las mismas cualidades básicas. (Valarezo et al., 2020).

Por otra parte, Prada et al. (2020) afirman que se supone que un patrón de actitudes, pensamientos, sentimientos y comportamientos que caracterizan a una persona y

permanecen estables hasta cierto punto a lo largo de su vida, permitiendo así un cierto grado de previsibilidad o predictibilidad, forma parte de la personalidad de una persona. Los pensamientos, sentimientos, acciones y concepciones de la realidad que tenga el individuo se verán influidos por ello (Bustos, 2021). Estos aspectos de distinción y persistencia están estrechamente relacionados con la formación de la identidad, que se modela a través de los rasgos de personalidad, que son características de la propia personalidad del sujeto. Gracias a estos rasgos de personalidad es posible definir y caracterizar el comportamiento de un individuo y comparar a los individuos entre sí. (Valarezo et al., 2020).

Finalmente, la American Psychiatric Association (2014), describe la personalidad como un conjunto patrones persistentes en percibir, relacionarse y pensar sobre el entorno y sobre uno mismo. Este concepto se relaciona a lo expuesto por Prada et al. (2020) en el que afirma que es un patrón de actitudes, pensamientos, sentimientos y comportamientos que caracterizan a una persona y permanecen estables hasta cierto punto a lo largo de su vida.

Según lo expuesto en párrafos anteriores, los autores concuerdan que la personalidad es un conjunto de patrones persistentes que acompañan de una u otra manera a la persona a lo largo de su vida; además, se refiere a las disposiciones o tendencias de la persona a comportarse y responder a los demás de manera coherente. Sólo cuando son rígidos y desadaptativos, así como cuando producen daños funcionales significativos o malestar subjetivo, se consideran trastornos de la personalidad.

Es importante mencionar que no hay contradicción entre las definiciones que se han proporcionado, sino que pretenden describir y completar el concepto de "personalidad" desde diversas perspectivas, como la genética, la ambiental, los síntomas e indicadores, los rasgos, etcétera (Buecker et al., 2020). Por lo tanto, la personalidad de un individuo será algo más

que la suma de sus rasgos; más bien, será un patrón complejo que incluye tanto un componente funcional como un componente adaptativo. (Chen et al., 2022).

Como afirman del Valle et al (2020), la personalidad no se hereda directamente, aunque exista una predisposición a desarrollarla dentro de ciertos límites; al nacer, una persona ya tiene su propia personalidad, con ciertas características que, con el paso del tiempo y la influencia de los factores ambientales, acabarán definiéndola cuando se realicen plenamente. Por tanto, se puede afirmar que el concepto de personalidad se refiere al conjunto de características que distinguen a un individuo de los demás y lo definen, es una designación del yo profundo, del yo verdadero y de lo que un individuo es realmente, en contraposición a lo que aparenta ser (Zabicky, 2020).

1.1.1 Modelo de los cinco factores de la personalidad

La teoría de los rasgos de personalidad postula que las personas se enfrentan de forma natural a situaciones diferentes e interactúan con su entorno de maneras distintas (Bustos, 2021). Desde el punto de vista de la gestión, la información sobre la personalidad de un individuo puede aportar datos valiosos sobre cuál es el mejor método para comunicarse con él y para qué tipo de trabajos y tareas es más apto (Prada et al., 2020). Sin embargo, los rasgos de personalidad también pueden ser indicadores de otras facetas de la vida de un individuo, como la capacidad de innovación o la satisfacción con la vida. (Morán y Torres, 2019).

Al respecto del tema, Preuss (2019) señala que un rasgo de personalidad es un patrón de pensamiento, sentimiento o comportamiento que tiende a persistir en el tiempo y en los contextos pertinentes. Los rasgos de personalidad pueden darse en personas de cualquier edad o sexo. Un grupo de cinco características de rasgo amplias y bipolares que representan el modelo más utilizado de estructura de la personalidad se conoce como el Modelo de los cinco factores de la personalidad (Big Five) (Chen et al., 2022). Estas dimensiones incluyen

la extraversión, la amabilidad, la conciencia, el neuroticismo y la apertura a la experiencia. Del mismo modo, Rengifo y Laham (2022) afirman que este modelo ha sido objeto de un gran número de estudios que han investigado la estabilidad y el cambio de la personalidad a lo largo de la vida de una persona, así como la influencia de los rasgos de personalidad en los resultados significativos de la vida.

Como se aprecia en los párrafos anteriores, el Big Five se considera como uno de los principales métodos de evaluación de la personalidad. Este tipo de teorías permiten conocer, de mejor manera, cada uno de los componentes dimensionales de la personalidad, tomando en consideración también los diferentes factores externos e internos que pueden afectar a la misma.

Chen et al (2022) mencionan que cada uno de los factores que componen el modelo representa una amplia gama de cualidades conductuales relacionadas entre sí. Por ejemplo, la extraversión es una representación de las variaciones individuales en términos de compromiso social, asertividad y nivel de energía. Los individuos muy extravertidos disfrutan interactuando con otras personas, se sienten cómodos expresándose en grupo y suelen experimentar emociones positivas como la excitación y el entusiasmo (Díaz y De la Iglesia, 2019) . Por el contrario, las personas introvertidas tienden a ser más comedidas en sus interacciones sociales y emocionales (Chew, 2022).

De esta forma, se puede afirmar que el concepto de agradabilidad abarca variaciones en la compasión, el respeto y la aceptación de otras personas entre individuos. Las personas desagradables tienden a tener menos consideración por los demás y por las normas sociales de cortesía, mientras que las personas agradables se preocupan emocionalmente por el bienestar de los demás, tratan a los demás teniendo en cuenta sus derechos y preferencias personales y, en general, tienen creencias positivas sobre los demás.

La concienciación representa diferencias en organización, productividad y responsabilidad. Las personas muy concienzudas prefieren el orden y la estructura, trabajan con perseverancia para conseguir sus objetivos y se comprometen a cumplir con sus deberes y obligaciones, mientras que las personas poco concienzudas se sienten cómodas con el desorden y están menos motivadas para completar las tareas. El neuroticismo (a veces denominado por su polo socialmente deseable, relacionado con la estabilidad emocional) capta las diferencias en la frecuencia e intensidad de las emociones negativas (Lesick, 2021).

Los individuos muy neuróticos son propensos a experimentar ansiedad, tristeza y cambios de humor, mientras que los individuos emocionalmente estables tienden a permanecer tranquilos y resistentes, incluso en circunstancias difíciles. Por último, la apertura a la experiencia (a veces denominada Intelecto) representa las diferencias en curiosidad intelectual, sensibilidad estética e imaginación. Las personas muy abiertas disfrutan pensando y aprendiendo, son sensibles al arte y a la belleza y generan ideas originales, mientras que las personas de mente cerrada tienden a tener un abanico limitado de intereses intelectuales y creativos (Zacher y Rudolph, 2021).

En los últimos años, la teoría del Big Five ha ganado mucha importancia en la investigación de la personalidad. Este modelo, que describe cinco grandes dimensiones de la personalidad (apertura a la experiencia, responsabilidad, extraversión, amabilidad y neuroticismo), ha sido estudiado en muchos países. La psicología, a través de esta teoría, ha ayudado a mejorar el funcionamiento de muchas organizaciones; esto se debe a que comprender la personalidad y el comportamiento humano facilita una mejor gestión de los empleados, la optimización de recursos humanos y el mantenimiento de valores organizacionales que promueven un sentido de relevancia y pertenencia en el trabajo.

Los profesionales de recursos humanos pueden beneficiarse enormemente de la teoría del Big Five a la hora de considerar cómo ayudar a sus empleados a prosperar en un

entorno laboral que se adapte a sus rasgos de personalidad únicos; esto, a su vez, fomenta su bienestar físico, emocional y mental, lo que a su vez conduce a un aumento de la productividad (Buecker et al., 2020). Aunque la teoría del Big Five es muy influyente en la investigación de la personalidad, su utilidad en aplicaciones prácticas dentro del ámbito académico aún es un tema de debate.

1.1.2 Factores de la personalidad

A continuación, se procederá a desarrollar de forma breve cada uno de los cinco factores relacionados con el modelo mencionado: la extraversión, la amabilidad, la conciencia, el neuroticismo y la apertura a la experiencia.

1.1.2.1 Apertura a la experiencia. La apertura (también conocida como apertura a la experiencia) es el rasgo de personalidad que hace más hincapié en la imaginación y la perspicacia. Las personas con un alto grado de apertura suelen tener una amplia gama de intereses (Lesick, 2021). Sienten curiosidad por el mundo y por los demás, y están deseosas de aprender cosas nuevas y disfrutar de nuevas experiencias. Las personas con un alto nivel de este rasgo de personalidad también suelen ser más aventureras y creativas (Rengifo y Laham, 2022) .Por el contrario, las personas con un bajo nivel de este rasgo de personalidad suelen ser mucho más tradicionales y pueden tener dificultades con el pensamiento abstracto (Buecker et al., 2020).

1.1.2.2 Conciencia. Entre los rasgos de personalidad, Chew (2022) señala que la conciencia se define por altos niveles de reflexión, buen control de los impulsos y comportamientos orientados a objetivos. Las personas altamente concienzudas tienden a ser organizadas y atentas a los detalles. Planifican con antelación, piensan en cómo su comportamiento afecta a los demás y son conscientes de los plazos (Bustos, 2021). Una persona con una puntuación baja en este rasgo primario de la personalidad es menos estructurada y menos organizada. Pueden dejar las cosas para más tarde y, a veces, no cumplir los plazos (Rengifo y Laham, 2022).

1.1.2.3 Extraversión. La extraversión (o extroversión), como lo mencionan Zacher y Rudolph (2021), es un rasgo de la personalidad caracterizado por la excitabilidad, la sociabilidad, la locuacidad, el asertividad y una gran expresividad emocional. Las personas con un alto grado de extraversión son extrovertidas y tienden a sentirse llenas de energía en situaciones sociales. Estar rodeados de otras personas les ayuda a sentirse llenos de energía y excitados. Las personas con un bajo nivel de este rasgo de personalidad o introvertidas tienden a ser más reservadas. Tienen menos energía para gastar en entornos sociales y los actos sociales pueden resultarles agotadores. Los introvertidos suelen necesitar un periodo de soledad y tranquilidad para "recargarse" (Plessen et al., 2020; Ramirez, 2019).

1.1.2.4 Amabilidad. Este rasgo de la personalidad incluye atributos como la confianza, el altruismo, la amabilidad, el afecto y otros comportamientos prosociales. Las personas con un alto grado de simpatía tienden a ser más cooperativas, mientras que las que tienen un bajo grado de este rasgo de personalidad tienden a ser más competitivas y, a veces, incluso manipuladoras (Buecker et al., 2020; Lesick, 2021).

1.1.2.5 Neuroticismo. El neuroticismo es un rasgo de la personalidad que se caracteriza por la tristeza, el mal humor y la inestabilidad emocional (Tintaya, 2019). Los individuos altos en neuroticismo tienden a experimentar cambios de humor, ansiedad, irritabilidad y tristeza. Los que tienen un bajo nivel de este rasgo de personalidad tienden a ser más estables y resistentes emocionalmente (Chen et al., 2022; Prada et al., 2020).

El bienestar social se conforma de varias dimensiones interrelacionadas: La Integración social, que evalúa cuán conectadas se sienten las personas con su vecindario, comunidad y sociedad. La contribución social, que se refiere al impacto positivo que una persona percibe que puede tener en la sociedad. La aceptación social, que implica una visión positiva de la humanidad, creyendo que las personas son inherentemente amables. La coherencia social, que es la percepción de que la sociedad funciona de manera ordenada y con sentido. La actualización social, que trata de la capacidad de la sociedad para evolucionar y permitir que sus ciudadanos alcancen su potencial a través de sus instituciones.

1.2 Historia de vida como variable psicosocial

1.2.1 Historia de vida

De forma puntual, el término "historia de vida" hace referencia a un método de investigación cualitativa que implica que el investigador realice un análisis y una transcripción del relato que una persona hace de los acontecimientos y experiencias más significativos que han tenido lugar a lo largo de su propia vida (Vicioso y Castillo, 2021). El análisis implica todo un proceso de indagación. Esta indagación se lleva a cabo mediante una metodología que se basa en entrevistas y conversaciones entre el investigador y el protagonista. El objetivo de esta metodología es indagar en los sentimientos del protagonista, en su forma de entender, comprender, experimentar y vivir el mundo, así como en la realidad cotidiana del protagonista. El investigador intenta conferir una unidad global al relato o bien orientarlo hacia un aspecto

concreto que es analizado específicamente por el investigador (Ariza et al., 2022; Chacón et al., 2021).

Con respecto a esto, Ariza et al (2022) mencionan que la finalidad de este método de narración es intentar crear un perfil cotidiano de la vida de un individuo o grupo de individuos a lo largo del tiempo. Al mismo tiempo, se ponen en primer plano y se enfatizan las características sociales y personales que son significativas en la vida personal del protagonista. Es decir, cuando se reúnen las distintas historias de una misma vida, el objetivo es descubrir tanto las etapas ordinarias, naturales o acontecimientos normativos que han moldeado esa vida desde la perspectiva del protagonista, como los periodos críticos, no normativos, que han configurado esa vida (Reyes, 2021). Esta recopilación exhaustiva de sucesos vitales, que algunos autores han denominado sucesos, acontecimientos vitales o, dicho de otro modo, carrera, es el método más fructífero para cumplir este objetivo.

En la rama de la psicología, Ariza et al (2022) mencionan que la investigación narrativa, que es principalmente de naturaleza constructivista, proporciona un medio por el que los acontecimientos psicológicos pueden reproducirse y representarse de forma dramática. A su vez, Bustos (2021) señala que la experiencia de narrar ayuda a comprender y contener las tensiones, sorpresas e incoherencias presentes en la experiencia real. Sin embargo, a pesar de que narrar puede hacer que una experiencia sea más manejable, se mantiene la oportunidad para la ambigüedad porque la narración permite simultáneamente la reinterpretación y el resurgimiento de la experiencia desde diferentes perspectivas.

Otras funciones que se les pueden atribuir a las narrativas son la de establecer un propósito a las acciones, justificar las mismas asignándoles un valor, lo cual permite el desarrollo de un sentido de eficacia y poder, lo cual conlleva a mantener la autoestima y el valor propio. Diferentes estudios realizados permitieron establecer funciones y ventajas del uso de las narrativas dentro del campo de la psicología. Además, surgieron narrativas que

confirmaban la pérdida de recursos psicosociales y la dificultad para localizar audiencias que aceptaran su nueva identidad narrativa como personas con discapacidad. Estas narrativas fueron también una fuente de validación (Faúndez y Hatibovic, 2021).

1.3 Salud mental relacionada a la personalidad

La ansiedad es una reacción emocional angustiosa provocada por un estímulo externo que se produce cuando el individuo percibe el estímulo como amenazante (Siabato et al., 2013). Esto hace que el individuo experimente cambios tanto en su estado fisiológico como en su comportamiento. Aunque los factores ambientales y los rasgos de personalidad pueden desempeñar un papel en el desarrollo de la ansiedad, hay una falta de investigación sobre la relación entre la ansiedad rasgo-estado y las variables de personalidad (Caballo et al., 2020). Esto se debe a que los investigadores tratan la ansiedad rasgo como una variable independiente y un factor de referencia en sus estudios, analizando principalmente cómo afecta la ansiedad rasgo a otros fenómenos psicológicos, en lugar de cómo influye la personalidad en el desarrollo de la ansiedad rasgo.

Dado que el concepto de personalidad abarca un abanico tan amplio de conceptos, ciertas teorías psicológicas pueden entenderse como teorías de la personalidad. Por otra parte, es posible afirmar, a un nivel fundamental, que se relaciona con distinciones individuales que median la respuesta o la adaptación al entorno (Buecker et al., 2020). Estas respuestas, a pesar de que pueden deducirse de patrones de conducta que los individuos muestran de forma consistente a lo largo del tiempo, no implican que la personalidad sea lo mismo que la conducta; más bien, indican que la personalidad es un constructo de orden superior (Fernández, 2019).

Por tanto, la personalidad estaría compuesta por un sistema autorregulado de procesos, con capacidad para proponerse metas y emitir juicios sobre la conducta, así como capacidad para autorrepresentarse cognitivamente. Según este punto de vista, se parte de

un modelo de personalidad que explica las diferencias individuales en relación con estímulos, situaciones o contextos (Ariza et al., 2022). Este modelo también asume el principio de la organización interna de la experiencia y la acción individual, que puede ser reactiva al entorno o proactiva, lo que significa que tiene la capacidad de elaborar cognitivamente escenarios futuros (Reyes, 2021).

Holguín et al. (2020) señalan que el estudio de la personalidad se ha ido ampliando hacia nuevas unidades de análisis como el desarrollo, mantenimiento y cambio de la personalidad o el estudio de sus procesos. Y ello a pesar de que la personalidad se ha concebido desde una perspectiva estructuralista como un conjunto de rasgos (o tendencias de respuesta). Este enfoque modular de la personalidad es de gran importancia para el estudio de las conexiones entre personalidad y salud porque hace hincapié en los procesos que producen y mantienen los perfiles de comportamiento, así como en la interacción con la realidad (Méndez et al., 2021). El modelo procesual, por su parte, identificaría el sistema interactivo de procesos cognitivos, emocionales y conductuales que generan y perpetúan el consumo de alcohol a lo largo del tiempo.

Según Hipócrates, que insistía en las dimensiones personales tanto de la enfermedad como de los procesos de curación, las alusiones inequívocas a esta relación se remontan al siglo V a.C., a pesar de que la conexión entre la personalidad y los procesos de enfermedad está documentada desde la medicina babilónica y asiria (Zabicky, 2020). Cuando se trataba del proceso de enfermar y de curarse, Hipócrates hacía mucho hincapié en los componentes personales de ambos, menciona que las circunstancias de la enfermedad estaban ligadas a un desequilibrio en uno de los cuatro fluidos que componían el organismo (bilis negra, bilis amarilla, flema y sangre); Galeno, cinco siglos más tarde, desarrolló la teoría humoral de Hipócrates introduciendo la idea del temperamento (Vicioso y Castillo, 2021).

Por otra parte, el modelo del dualismo cartesiano, desarrollado en el siglo XVII por Descartes, rechazó esta imagen holística inicial de la interacción entre mente-cuerpo y salud que proponía la medicina griega. Descartes estableció la división entre los procesos del cuerpo y los de la mente (Méndez et al., 2021). Como consecuencia de ello, se dividieron las áreas de conocimiento: la medicina y las ciencias se dedicarían al estudio de los aspectos fisiológicos o físicos, mientras que la filosofía y otros campos del saber se dedicarían al estudio de las características de la mente o psicología (Faúndez y Hatibovic, 2021).

Fue el desarrollo posterior de disciplinas como la anatomía, la fisiología, la medicina experimental y el conocimiento de los procesos infecciosos lo que proporcionó apoyo a la distinción establecida por el dualismo cartesiano. Esto sentó las bases para el desarrollo del modelo biológico determinista de la salud, que sostiene que la salud física depende únicamente de los procesos biológicos (Chacón et al., 2021).

La medicina conductual debe mucho a las investigaciones de principios de los años cincuenta que establecieron una correlación entre los patrones de comportamiento de tipo A y las enfermedades coronarias. Uno de los puntos principales de este concepto es que las personas tienden a tener patrones de comportamiento predecibles en lo que se refiere a cómo piensan, sienten y actúan en respuesta a acontecimientos importantes para su salud mental. Sin embargo, todavía falta un marco teórico sólido en la amplia investigación que emplea estos principios (Bustos, 2021).

Autores como Jiménez (2015) señalan que en la actualidad se dispone de algunos modelos que tratan de explicar los procesos a través de los cuales las cualidades estables de la personalidad se relacionan con la salud. Y ello a pesar de que, en general, la investigación científica de los vínculos entre la personalidad y los procesos salud-enfermedad sigue estando relativamente poco explorada. Es el caso del modelo biológico o de predisposición constitucional y el modelo de las conductas asociadas a la enfermedad. Por

otra parte, se han propuesto modelos que sí plantean la personalidad como un factor causal de la enfermedad y la salud, mediante mecanismos psicofisiológicos y bioconductuales admisibles (Chen et al., 2022). Entre ellos destacan el modelo de modulación del estrés y el modelo de las conductas de riesgo/salud, también denominado modelo comportamental.

En lo que respecta al modelo biológico, Giaquinto et al (2020) plantean que la personalidad y enfermedad en un individuo se encuentran asociadas a una tercera variable, de la que las dos anteriores serían manifestaciones. Por tal motivo, no se postula una asociación de causas entre la personalidad y la salud en sí, sino que se plantea la existencia de respuestas biológicas de predisposición que afectan tanto al desarrollo de la personalidad como a la vulnerabilidad del individuo a la enfermedad (Díaz y De la Iglesia, 2019). Es posible que estas respuestas estén determinadas por una predisposición genética, por diversas experiencias prenatales o perinatales tempranas o por el impacto de la socialización del sistema neurológico (Rodríguez et al., 2023).

Sin embargo, según este método, las características de la personalidad no se han examinado de forma sistemática y su desarrollo se ha basado en estudios realizados en animales. Esto se debe a las dificultades que supone determinar los factores predisponentes presentes en los seres humanos. Algunos de ellos se han centrado en determinar si existen o no rasgos genéticos o estresores tempranos significativos que tengan el potencial de influir tanto en la personalidad futura como en la salud del individuo.

En lo que, respecto al modelo de conductas asociadas a la enfermedad, independientemente del estado médico que pueda padecer una persona, este modelo propone que existe una conexión entre la personalidad de una persona y sus circunstancias sanitarias. Concretamente, se pregunta si las evaluaciones rutinarias de la salud son o no indicios definitivos de la presencia de una enfermedad subyacente, o si son o no indicativas

de comportamientos de enfermedad incluso en ausencia de una patología subyacente (Buecker et al., 2020).

Cuando las personas creen que están enfermas, realizan acciones que se denominan conductas de enfermedad. Estas actividades están relacionadas con el estado de salud real de las personas, pero sólo en menor medida. Esto se debe a que hay una serie de procesos psicológicos (como el reconocimiento, la interpretación y la actuación sobre las manifestaciones corporales) que pueden actuar como mediadores entre estos comportamientos y los estados de salud (Caballo et al., 2020).

1.3.1 Ansiedad

La ansiedad es una fuerte reacción emocional ante un peligro o amenaza percibidos. Es anticipatoria, activa y facilita la respuesta del individuo y, si es grave y persistente, puede obstaculizar su capacidad para superar el problema, el entorno o la circunstancia que la provoca. La ansiedad surge de la incertidumbre, ya que puede hacer que las personas sean menos resistentes y menos capaces de afrontar el cambio (Chacón et al., 2021).

Debido a que incorpora diversos conceptos psicológicos, es necesario realizar un estudio histórico para comprender el término "ansiedad". La filosofía existencial considera la ansiedad como una reacción del carácter humano que se manifiesta cuando se cuestiona el sistema de valores que da sentido a la vida (Berrocal y Gavilán, 2021). Según la perspectiva conductista, se considera una condición de sobreexcitación, que puede ser incapacitante si el estímulo sigue presente durante un periodo de tiempo prolongado. Desde una perspectiva psicoanalítica, Freud utiliza por primera vez el término "ansiedad" en 1964. La define como "el resultado de la percepción por el individuo de una situación de peligro que se traduce en determinados estímulos sexuales o agresivos y da lugar a la anticipación del yo" (Díaz y De la Iglesia, 2019).

En la década de 1970, se produjo un cambio hacia la multiplicidad de dimensiones y se desarrolló la teoría tridimensional. Según esta teoría, las emociones se expresan a través de reacciones que se clasifican en tres categorías: motoras, cognitivas y fisiológicas, y estas reacciones interactúan entre sí (Díaz, 2019). El concepto de ansiedad empieza a entenderse como un patrón conductual que se caracteriza por sentimientos subjetivos de tensión, cogniciones y activación fisiológica en respuesta a estímulos internos (cognitivos o somáticos) y externos (ambientales).

La ansiedad es un estado de miedo no resuelto y sin una dirección específica que se produce tras la percepción de una amenaza (Febres, 2022). Las ansiedades son las manifestaciones físicas de la activación del sistema nervioso simpático (SNS) y la consiguiente liberación de catecolaminas, que se definen como una respuesta autonómica tras un estímulo tóxico. Las ansiedades son una reacción adaptativa ante situaciones que suponen una amenaza para la propia integridad (Ariza et al., 2022).

Del mismo modo, Macías et al (2019) mencionan que algunas manifestaciones cognitivas son la preocupación leve, el pánico, la obsesión por lo desconocido o el temor a perder el control sobre las funciones corporales. Estas manifestaciones pueden ir de leves a graves. Las alteraciones de la respiración, la sequedad de boca, los mareos, la taquicardia, las palpitaciones, los sudores fríos y la hipertensión son ejemplos de cambios somáticos. Las manifestaciones conductuales incluyen evitar situaciones que se sabe que provocan ansiedad.

Al ser anticipatoria, estimula y facilita la capacidad de respuesta del individuo. Se considera un mecanismo biológico responsable de la adaptación y la conservación. La ansiedad puede asociarse a una amenaza interna, desconocida y ambigua, que puede conducir a la formación de alteraciones fisiológicas y conductuales perjudiciales. El miedo, en cambio, se describe como una respuesta saludable ante una amenaza externa evidente

(Langarita y Gracia, 2019). Cuando los niveles de ansiedad superan un umbral determinado, se produce una disminución notable de las actividades cotidianas. Por lo tanto, el nivel de ansiedad es directamente proporcional al nivel de rendimiento, lo que constituye la base para el desarrollo de los trastornos de ansiedad. (Berrocal y Gavilán, 2021; Chacón et al., 2021).

En circunstancias normales, la ansiedad puede ser beneficiosa para la productividad y la capacidad de adaptación de una persona. Sin embargo, la ansiedad también puede ser desadaptativa, provocando ansiedad, inhibición y cambios físicos que dificultan la capacidad de la persona para superar retos.

Es importante mencionar que el trastorno de ansiedad deriva en otros problemas de mayor dimensión, como es el caso de suicidio. De forma puntual, diferentes investigaciones señalan que existe una relación entre la personalidad. La prevalencia de síntomas depresivos entre personas adultas oscila entre el 14-44% y la prevalencia de síntomas de ansiedad entre el 12-43% (Milić et al., 2019). Los trastornos de ansiedad y depresivos también pueden confundir la evaluación de la personalidad. Los efectos "de estado" podrían producirse si el hecho de padecer un trastorno actual modifica la percepción que una persona tiene de sus rasgos de personalidad, y tales efectos se han demostrado claramente en personas con episodios depresivos graves actuales (Prince et al., 2021).

Otro aspecto importante que se puede resaltar radica en que los niveles de ansiedad de la población se dispararon como consecuencia de la pandemia de COVID – 19 (Nikcevic et al., 2021). También se ha observado que los cinco grandes rasgos de la personalidad predicen las dificultades de adaptación laboral y social durante la pandemia, con el neuroticismo como factor de vulnerabilidad y la simpatía como factor de protección. Otros autores como Bertani et al (2020) mencionan que las posibles causas de este elevado nivel de estrés se remontan a diversos factores, tanto sociodemográficos, como el sexo, la

situación económica y el entorno cultural, como académicos, como la elevada carga de trabajo.

Los factores individuales pueden desempeñar un papel en el desarrollo del malestar psicológico. Estos factores incluyen la presencia de rasgos de personalidad disfuncionales o trastornos de personalidad diagnosticables. Se ha propuesto que rasgos de personalidad específicos pueden estar asociados con el estrés, la ansiedad y la depresión entre los estudiantes de medicina (Takahashi et al., 2021). El estrés, la ansiedad y la depresión también están asociados al fenómeno del burnout, descrito por primera vez en profesionales de la salud, definido por la presencia de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal (Nouri y Feizi, 2019).

Se cree que algunos rasgos de la personalidad hacen que los individuos sean más susceptibles a las enfermedades psicosomáticas. Esta relación puede ser más común en individuos con rasgos de personalidad neurótica. Debido a estos rasgos de personalidad, los individuos pueden experimentar dificultades para hacer frente al estrés. Karaaslan et al (2020) señalan en su estudio que el neuroticismo era un factor importante para la somatización y los síndromes somáticos funcionales. Los individuos con altos niveles de neuroticismo tienden a ser agitados, ansiosos y emocionales, pudiendo tener un temperamento rápido, estar apenados y tener dificultades para volver a la normalidad ante acontecimientos emocionales.

Delgadillo et al (2020) señalan que los rasgos de personalidad pueden actuar como predictores para la selección del tratamiento adecuado para la ansiedad. En resumen, las habilidades interpersonales y las actitudes hacia el aprendizaje que distinguen a los terapeutas eficaces podrían estar relacionadas con rasgos de personalidad más parecidos a otros aspectos familiares. Como la correlación global entre las características de la personalidad ansiosa y la generalización del miedo es pequeña, siempre se debe tener cuidado con establecer conclusiones acerca de la relación mencionada.

La relación entre los rasgos ansiosos de la personalidad y la generalización del miedo no se vio afectada de forma diferencial por el tipo de estímulo (ni por la señal frente al contexto, ni por la información nueva frente a la segura). Más concretamente, los resultados encontrados en diversos estudios (Hong et al., 2021; Steinberger et al., 2021) muestran que la generalización del miedo tanto hacia estímulos de pista como de contexto, así como hacia información nueva y segura, está positivamente correlacionada con las características ansiosas de la personalidad. La ausencia de estos efectos diferenciales con el tipo de estímulo en sujetos sanos apunta hacia un papel más genérico de la relación entre los rasgos de personalidad ansiosa y la generalización del miedo que aumenta la vulnerabilidad de la persona al miedo patológico.

1.3.2 Depresión

Como mencionan de la Parra et al (2018), la comprensión de los mecanismos etiológicos y de comorbilidad, la identificación de los individuos de alto riesgo y los enfoques terapéuticos han avanzado gracias a los numerosos modelos teóricos que han surgido del extenso debate sobre el complicado vínculo entre personalidad y depresión. La relación entre personalidad y depresión puede modelarse de tres maneras diferentes (García et al., 2022). Un primer conjunto de modelos postula que tanto la personalidad como la depresión tendrían efectos de causa compartida, pero no una relación causal directa. Según este punto de vista, existe una similitud fenomenológica entre la personalidad y la depresión.

Otra forma de ver la correlación entre personalidad y depresión es como un continuo. En un extremo del espectro, estarían las personas con depresión clínica, y en el otro, las personas con altos niveles de ciertos rasgos de personalidad que tienen más probabilidades de desarrollar un trastorno depresivo mayor. Hay otra corriente de pensamiento que propone una relación entre la personalidad y la aparición y persistencia de los síntomas depresivos (Huerta et al., 2022).

Según este modelo, la vulnerabilidad de la personalidad, junto con otros factores mediadores o moderadores, contribuiría al desarrollo de la depresión. Por otro lado, está el modelo patoplástico, que afirma que la personalidad de una persona determina cómo se manifiesta su depresión de diversas maneras, incluyendo la intensidad de sus síntomas, cómo responde al tratamiento, etc. (Behn et al., 2018). Por último, existen modelos que recomiendan exactamente lo contrario: que la depresión influye en los rasgos de la personalidad. Esto podría ocurrir simultáneamente, como en un episodio depresivo, o podría suceder a lo largo del tiempo, como en el modelo de las "cicatrices", en el que los efectos de la depresión sobre los rasgos de la personalidad son permanentes (Berrocal y Gavilán, 2021).

La relación entre la depresión y la disfunción de la personalidad se ha enmarcado a menudo en términos de un modelo de causa común. Este modelo predice que la depresión y la personalidad son entidades distintas, pero comparten mecanismos etiopatogénicos comunes. Sin embargo, no hay influencias causales entre ambas entidades en este modelo específico (Caballo et al., 2020). En otras palabras, los pacientes presentan con frecuencia depresión y disfunción de la personalidad, porque ambos problemas tienen las mismas o similares influencias causales, pero la depresión de un paciente no está causada por sus problemas de personalidad (Buecker et al., 2020).

Los relatos iniciales indicaban que, mientras que en la depresión las alteraciones del estado de ánimo eran episódicas, más sostenidas y menos reactivas a los factores estresantes ambientales, la desregulación del estado de ánimo en el TLP mostraba fluctuaciones más intensas y una alta reactividad a los factores estresantes ambientales y, en particular, interpersonales y, específicamente, sensibilidad al rechazo interpersonal (Tomasi, 2020).

Durante décadas, los problemas de salud mental como la depresión y la ansiedad han despertado la curiosidad de médicos, pacientes y público en general. Está bien documentado

que el 20% de la población general puede padecer un trastorno del estado de ánimo en algún momento de su vida (Trunce et al. 2020). Entre los pacientes de patologías médicas, esta cifra se eleva del 10% al 20%, observándose tasas especialmente altas en los grupos que padecen trastornos neurológicos, cardiovasculares y relacionados con el cáncer (Vargas, 2021).

En consecuencia, según las proyecciones de la Organización Mundial de la Salud, la depresión unipolar, que es sólo uno de los factores que contribuyen a la depresión, será la segunda causa de discapacidad en el año 2020 (Menéndez, 2021). Se ha demostrado que los pacientes depresivos tienen una tasa de mortalidad (no sólo atribuida al suicidio) superior a la de la población general. Este es un elemento significativo adicional, ya que cada vez es más evidente que la depresión influye negativamente en el desarrollo de trastornos físicos. Sin embargo, en comparación con las demás afecciones médicas crónicas, provoca un deterioro más grave de la capacidad funcional (Berrocal y Gavilán, 2021; Costales et al., 2019).

Hablando con cifras, la OMS establece que cerca de 300 millones de personas a nivel mundial sufren de depresión. Los principales síntomas que presenta esta enfermedad son la tristeza patológica, apatía hacia diferentes situaciones, desesperanza, decaimiento del estado de ánimo, irritabilidad y sensación de malestar (Puchacela et al., 2022). No hay mucha diferencia en el estado de ánimo de un día para otro, y no suele reaccionar a los cambios del entorno, pero puede tener variaciones circadianas que le son específicas. Es posible que la presentación clínica varíe de un episodio a otro y de una persona a otra. La aparición de formas atípicas es especialmente frecuente a lo largo de la adolescencia. Es posible que la ansiedad, el malestar general y la agitación psicomotriz sean más prevalentes que la depresión en ciertos casos (Antoñazas et al., 2019).

Finalmente, Behn et al (2018) mencionan que la alteración del estado de ánimo puede quedar oculta por otros síntomas, como irritabilidad, consumo excesivo de alcohol, comportamiento histriónico, exacerbación de fobias preexistentes o síntomas obsesivos, o preocupaciones hipocondríacas. Todos estos son ejemplos de síntomas que pueden estar presentes. En la mayoría de los casos, se requiere una duración de al menos dos semanas para el diagnóstico de un episodio depresivo de cualquiera de las tres categorías de gravedad (Caballo et al., 2020). Sin embargo, pueden aceptarse períodos de tiempo más cortos si los síntomas son muy graves o si comenzaron de forma repentina.

Gong et al (2020) señalan que existe una relación entre los rasgos de personalidad y la capacidad de resiliencia de un individuo. Algunos rasgos de personalidad como la apertura, la amabilidad y la extraversión predijeron un ajuste y una adaptación positivos tras el trauma causado por la depresión en diferentes pacientes. Las diferentes investigaciones encontradas consideraron que las personas con rasgos de personalidad adaptativa eran más propensas a experimentar emociones positivas, interactuar socialmente y adoptar métodos eficaces de resolución de problemas, como el enfoque orientado a la tarea, cuando se enfrentaban a adversidades (Puyané et al., 2022). Recientemente también sugirió que los rasgos de personalidad eran uno de los factores que influían en la resiliencia, porque los rasgos de personalidad positivos predisponían a las personas a enfrentarse proactivamente a la adversidad con un estilo de valoración positiva y, en última instancia, a desarrollar resiliencia (Parent y Marchand, 2019).

Capítulo dos

Metodología

2.1 Objetivos

2.1.1 *Objetivo general*

Relacionar los rasgos de personalidad con indicadores de salud mental en población adulta ecuatoriana perteneciente al cantón Sigchos, provincia de Cotopaxi en el año 2023.

2.1.2 *Objetivos específicos*

- Describir las características sociodemográficas y laborales de la muestra de estudio en población adulta ecuatoriana perteneciente al cantón Sigchos, provincia de Cotopaxi en el año 2023.
- Identificar los rasgos de personalidad en la muestra de estudio en población adulta ecuatoriana perteneciente al cantón Sigchos, provincia de Cotopaxi en el año 2023.
- Describir la distribución de la variable de historia de vida en la muestra de estudio en población adulta ecuatoriana perteneciente al cantón Sigchos, provincia de Cotopaxi en el año 2023.
- Identificar los niveles de salud mental en cuanto a la ansiedad y depresión en función del sexo en población adulta ecuatoriana perteneciente al cantón Sigchos, provincia de Cotopaxi en el año 2023.
- Relacionar los rasgos de personalidad con indicadores de salud mental en población adulta ecuatoriana perteneciente al cantón Sigchos, provincia de Cotopaxi en el año 2023

2.2 Preguntas de investigación

- ¿Cuál es la relación entre los rasgos de personalidad con los indicadores de salud mental en población adulta ecuatoriana durante el año 2023?

- ¿Cuáles son los principales rasgos de personalidad presentes en la muestra de estudio?
- ¿De qué manera se distribuye la variable de historia de vida en la muestra de estudio?
- ¿Cuáles son los niveles de salud mental en cuanto a la ansiedad y depresión en función del sexo?

2.3 Enfoque, tipo y diseño de investigación

2.3.1 Enfoque de la investigación

El presente trabajo de investigación tiene un enfoque cuantitativo. De acuerdo con lo mencionado por Hernández et al (2014), el enfoque cuantitativo es una metodología de investigación que se centra en la recopilación de datos objetivos y medibles para comprender y explicar fenómenos sociales, psicológicos, económicos o científicos. Este método se caracteriza por su énfasis en la cantidad, la objetividad y el uso de técnicas estadísticas para analizar patrones y relaciones.

De igual manera, Padilla y Marroquín (2021) mencionan que el enfoque cuantitativo utiliza técnicas de muestreo para seleccionar muestras representativas y, a través de análisis estadísticos, busca hacer inferencias sobre poblaciones más amplias. Métodos estadísticos como pruebas de significancia, análisis de varianza y correlaciones son empleados para identificar patrones, relaciones y tendencias en los datos. Este enfoque es particularmente útil para estudios que buscan establecer relaciones causales entre variables. Utiliza diseños experimentales y cuasiexperimentales para explorar cómo cambios en una variable pueden afectar a otra. El objetivo final es obtener resultados generalizables a una población más amplia, siempre y cuando la metodología y el muestreo sean representativos y rigurosos.

Con base en los autores mencionados previamente, el presente trabajo el presente trabajo se considera cuantitativo debido a que este enfoque de investigación permite conocer

de forma numérica las variables planteadas en los objetivos, conociendo la relación existente entre los rasgos de personalidad y los diferentes indicadores de salud mental encontrados por medio del instrumento de recolección de datos planteado. Del mismo modo, se emplea este enfoque para realizar una correlación numérica entre las variables de estudio.

2.3.2 Tipo de investigación

El tipo de investigación empleado para el presente estudio es no experimental. Este tipo de investigación, como lo mencionan Hernández et al (2014), no requiere de la manipulación de las variables de estudio, sino que se fundamenta directamente en la observación de los fenómenos en su ambiente natural, con el objetivo de analizarlos posteriormente.

Este método, aunque enfrenta limitaciones en términos de control experimental, es valioso para capturar la autenticidad de los fenómenos estudiados. Los estudios no experimentales pueden clasificarse en descriptivos, que buscan ofrecer una visión detallada de características o comportamientos, correlacionales, que analizan relaciones entre variables, y exploratorios, que se utilizan para investigar fenómenos poco conocidos o generar hipótesis para futuras investigaciones (Calle, 2023).

El presente estudio emplea este tipo de investigación debido a que no se manipulan las variables de estudio, sino que se las analiza directamente del fenómeno. Es decir, toda la información recolectada se analiza de tal forma que se pueda describir la realidad del fenómeno de estudio, esto sin que el investigador influya o interfiera en el mismo.

2.3.3 Diseño de investigación

El presente trabajo se fundamenta en un estudio de corte transversal, descriptiva y correlacional. La investigación transversal, como lo mencionan Hernández et al (2014), se caracteriza porque la recolección de datos se realiza durante un único periodo de tiempo.

Dentro del presente estudio se emplea este diseño de investigación debido a que se recolecta la información necesaria durante un único periodo de tiempo.

Con respecto a la investigación descriptiva, esta se enfoca en describir de forma detallada las características, comportamientos e incidencia del fenómeno de estudio sin alterar las variables del mismo. Este tipo de investigación se centra en recopilar datos de manera minuciosa para proporcionar una descripción detallada de las características o comportamientos de interés (Guevara et al., 2020).

Mediante el uso de este tipo de investigación, el presente trabajo busca describir la realidad de la población ecuatoriana con respecto a sus indicadores de salud mental y su relación con los rasgos de personalidad también presentes.

Finalmente, los estudios de tipo correlacional tienen como finalidad conocer la relación existente entre las variables del estudio. La investigación correlacional es un tipo de diseño de investigación que se centra en examinar la relación entre dos o más variables sin intervenir ni manipular activamente ninguna de ellas. El objetivo principal es determinar si existe una asociación estadística entre las variables y en qué medida se relacionan entre sí (Hernández et al., 2014).

Al tratarse de una investigación con dos variables, el presente estudio emplea a la investigación correlacionar para conocer la relación existente entre las variables, tomando en consideración la información levantada directamente de la población de estudio.

2.4 Población y muestra de estudio

La población de estudio, como lo mencionan Arias et al (2016), la población de estudio es un conjunto de casos, definido, limitado y accesible, que formará el referente para la elección de la muestra, y que cumple con una serie de criterios predeterminados. Dado que será factible generalizar o extrapolar los resultados obtenidos del estudio al resto de la

población o universo una vez finalizada la investigación a partir de una muestra de dicha población, es imprescindible designar la población que será objeto del estudio.

Para el desarrollo del presente trabajo se toma en consideración a una población de 50 personas entre 18 a 65 años pertenecientes al cantón Sigchos. Con respecto a la muestra, se toma en consideración a toda la población, dado su número bajo.

2.4.1 Criterios de inclusión

- El participante debe tener una edad comprendida entre los 18 a 65 años de edad.
- El participante debe aceptar participar dentro de la investigación mediante la firma del consentimiento informado.

2.4.2 Criterios de exclusión

- Ser menor de edad
- Tener una edad mayor a 65 años
- No haber firmado el consentimiento informado para participar dentro de la investigación.

2.5 Instrumentos de recogida de información

2.5.1 Cuestionario sociodemográfico

Este cuestionario consta de preguntas relacionadas con la información general de los participantes, tales como el género, edad, nacionalidad, número de hijos, estado civil, tipo de trabajo, profesión, entre otros.

2.5.2 Cuestionario TIPI (personalidad)

Este cuestionario (Ten-Item Personality Inventory o Inventario de Personalidad de Diez Items) es una herramienta breve y ampliamente utilizada para evaluar los cinco grandes

rasgos de la personalidad. El cuestionario consta de 10 preguntas cuyo rango de respuestas se establece en una escala de 1 al 7.

2.5.3 Cuestionario K-SF-42 (Historia de vida)

Este instrumento es una alternativa abreviada a la Batería de Historia de Vida de Arizona (ALHB), que consta de 199 ítems. Las estrategias de historia de vida explican cómo los organismos se adaptan al medio ambiente y hacen el mejor uso de sus recursos para realizar tareas como el mantenimiento corporal, el crecimiento, la reproducción y otras. El K-SF-42 es una versión breve de una evaluación de siete dominios distintos de estrategias de historia de vida. Estos dominios incluyen altruismo general, apego seguro a la pareja, relaciones positivas con los padres durante la infancia, perspicacia, planificación y control; contacto y apoyo familiar; contacto y soporte de amigos; y contacto y apoyo de amigos. Todas las alfas de Cronbach cumplieron con el criterio de "aceptable" ($\alpha \geq 0,70$).

2.5.4 PHQ4 (Ansiedad – depresión)

Este instrumento permite detectar trastornos relacionados con la ansiedad y la depresión. El instrumento consta de una escala de dos ítems tanto para la ansiedad como para la depresión. Las opciones de respuesta se codifican mediante una escala de tipo Likert con cuatro opciones de respuesta, mismas que van desde "nunca" (1) hasta "casi cada día" (4). A mayor puntuación, mayor será el nivel de ansiedad y depresión.

2.6 Procedimiento

La recolección de la información se la realizó mediante la aplicación de los instrumentos mencionados previamente a la muestra seleccionada. Cada instrumento fue aplicado de forma individual y personal, con el objetivo de tener información actualizada y relevante relacionada con el objeto de estudio. La revisión bibliográfica necesaria para la comprensión de cada instrumento se realizó con base en la búsqueda de información en

bases de datos de libre acceso, revistas indexadas, artículos científicos y otro tipo de información relacionada con el tema de estudio.

2.7 Análisis de datos

El análisis y tratamiento de información de los datos se realizó por medio del programa SPSS. La correlación se realizó con base en la prueba de Chi cuadrado, mientras que el análisis de los resultados generados por el instrumentos se realizó con base en la estadística descriptiva.

Capítulo tres

Análisis de resultados y discusión

3.1 Análisis de resultados

Con base en los resultados recolectados del estudio del cual el objeto es relacionar los rasgos de personalidad con indicadores de salud mental en población adulta ecuatoriana perteneciente al cantón Sigchos, provincia de Cotopaxi en el año 2023, se procedió a realizar el análisis respectivo iniciando con las características sociodemográficas y laborales.

3.1.1 Características sociodemográficas y laborales

Tabla 1

Características sociodemográficas y laborales de la muestra de estudio

		M	DT	Máx.	Min.
Edad		31	9	51	18
		N		%	
Género	Masculino	31		46,3%	
	Femenino	36		53,7%	
	Otro	0		0%	
Estado civil	Soltero/a	37		55,2%	
	Casado/unión libre	25		37,3%	
	Viudo/a	0		0%	
	Divorciado/a	5		7,5%	
Tipo de trabajo	No aplica	16		23,9%	
	Tiempo completo	38		56,7%	
	Tiempo parcial	13		19,3%	
		M	DT	Max.	Min.
Experiencia laboral		7	9	32	0
Horas de trabajo por día		6	4	24	0

Nota. En la presente tabla se observa que la muestra está constituida en su mayoría por el género femenino; y, la muestra de estudio trabaja a tiempo completo

En la tabla 1 relacionada a características sociodemográficas de la muestra de estudio se obtuvo que la edad está compuesta por una media de 31 (DT= 9) años; en el género en

su mayoría se encuentra representada por el género femenino (53,7%); en el estado civil se observa que la muestra se constituye por personas solteras (55,2%), seguido de personas casadas/unión libre (37,3%). Por otra parte, se recogieron datos relacionados con la parte laboral en la que el 56,7% trabajan a tiempo completo; en relación a experiencia laboral se describe que la muestra en su mayoría tiene una media 7 (DT= 9) años; por último, las horas de trabajo por día se encuentran en una media de 6 (DT= 4) horas.

3.1.2 Rasgos de personalidad

Tabla 2

Rasgos de personalidad de la muestra

	M	DT	Máx.	Mín.
Extroversión	11,24	2,45	14,00	3,00
Afabilidad	11,10	2,61	14,00	3,00
Responsabilidad	8,51	1,80	13,00	4,00
Estabilidad emocional	9,06	2,09	13,00	2,00
Apertura a la experiencia	9,51	2,60	14,00	2,00

Nota. La tabla presenta las medias para cada uno de los rasgos de personalidad de la muestra

En la tabla 2 relacionada con los rasgos de personalidad de la muestra se tiene que existe una homogeneidad entre la estabilidad emocional (M= 9,06; DT= 2,09) y apertura a la experiencia (M= 9,51; DT= 2,60); entre los valores más altos se encuentra la afabilidad con una media de 11,10 (DT=2,61) y la extroversión es el rasgo que más destaca por poseer una media de 11,24 (DT= 2,45), lo que indicaría que la muestra tiende a expresarse de manera más sociable y con más energía que el resto.

3.2 Distribución de variables psicosociales

Tabla 3

Distribución de variables psicosociales

	M	DT	Máx.	Mín.
Historia de Vida	3,97	1,74	7,00	1,00

Nota. La tabla muestra los valores estadísticos de la muestra con respecto a la variable "Historia de vida"

Por otro lado, en la tabla 3 se presentan los resultados de la variable de historia de vida. Se aprecia que la media es de 3,97 (DT= 1,74) lo que implicaría es que la muestra tienda a ser más rápida, es decir, que la muestra evaluada vivió los acontecimientos relacionados a las diferentes etapas de su vida de forma más rápida que otros individuos. Esta situación implica que los individuos tuvieron que afrontar un proceso más acelerado de madurez.

3.2.1 Indicadores de salud mental

Tabla 4

Salud mental según el sexo

	Género							
	Masculino				Femenino			
	M	DT	Mín.	Máy.	M	DT	Mín.	Máy.
Ansiedad	1,00	1,15	,00	5,00	1,17	1,63	,00	6,00
Depresión	0,90	1,08	,00	4,00	1,25	1,48	,00	6,00

Nota. La tabla presenta las medias de ansiedad y depresión para ambos géneros de la muestra analizada

Con respecto a la ansiedad, se aprecia que la media del género masculino es de 1,00 (DT = 1,15) y del género femenino es de 1,17 (DT = 1,63); se puede observar que las mujeres del estudio tienen mayor tendencia a la presencia de ansiedad. Con relación a la depresión, los hombres presentan una media de 0,9 (DT = 1,08), mientras que las mujeres tienen una media de 1,25 (DT = 1,48); se observa que las mujeres de la muestra presentan una mayor prevalencia a la depresión en comparación con los hombres.

Con respecto a los niveles de ansiedad y depresión en el género masculino (ansiedad M=1, DT=1,15; depresión M=0,9, DT=1,08), se observa que la muestra presenta ligeramente una mayor predisposición a la presencia de ansiedad, mientras que en el género femenino (ansiedad M=1,17, DT=1,67; depresión M=1,25, DT=1,48) se puede apreciar que la muestra presenta mayores niveles de depresión. Es importante mencionar que el género femenino

tiene una mayor tendencia a la presencia de ansiedad y depresión con respecto al género masculino analizado en el estudio.

3.2.2 Personalidad e indicadores de salud mental

Tabla 5

Relación de la personalidad y salud mental

	Ansiedad	Depresión
Extroversión	-0,154	-0.016
Afabilidad	-0.222	-0.025
Responsabilidad	0.006	0.057
Estabilidad emocional	-0.114	-0.057
Apertura	0.078	0.102

Nota. ** La correlación es significativa en el nivel 0.01; * La correlación es significativa en el nivel 0.05.

En la tabla 5, con respecto a la relación entre los rasgos de personalidad y los indicadores de salud mental (ansiedad y depresión) se observa que no se evidencia ningún tipo de relación significativa en el nivel 0.01 ni en el nivel 0.05 entre las variables mencionadas.

3.3 Discusión de resultados

Luego de revisados los resultados correspondientes a los datos recolectados en la muestra seleccionada para el presente estudio, se procede a realizar la discusión para cada uno de los objetivos específicos planteados para el mismo. Se tomaron en cuenta diferentes investigaciones relacionadas con el tema de estudio, esto con la finalidad de analizar similitudes y aspectos relacionados con el trabajo realizado.

El primer paso consistió en analizar los rasgos de personalidad de la muestra del estudio. De todos los rasgos, la extroversión fue el más destacado, con una media de 11,24 (DT= 2,45), lo que sugiere que la muestra mostraba más sociabilidad y energía que los demás. En comparación con el estudio de Shi et al. (2022), que investigaba la consistencia interna y la validez estructural del TIPI-C, una versión china del instrumento de evaluación de

la extraversión, en la que participaron estudiantes universitarios de medicina; encontrándose que los resultados de esta investigación difirieron a los de la presente investigación.

En comparación con la investigación realizada por Butt et al. (2022) en médicos de Arabia Saudí, en la que el objetivo principal era determinar si existía una conexión entre los hábitos de trabajo de los médicos y sus rasgos de personalidad. Aquel trabajo revela que, los profesionales de la salud suelen compartir características de personalidad que influyen en su desempeño laboral.

En otro objetivo se describe la variable historia de vida indicando que la misma transcurre más rápido ($M=3,97$, $DT=1,74$), lo que sugiere que las personas enfrentan más períodos de vida a una velocidad acelerada, acelerando así su madurez y ritmo de vida. En comparación con otro estudio en ciudadanos vietnamitas inmigrantes en China, se encontró que la media para la variable de historia de vida fue una media ($M 3,45$, $DT=0,06$) (Kim et al., 2019), lo que se interpreta en que los adultos en Sigchos experimentan una mayor aceleración en su historia de vida en comparación con el grupo vietnamita, destacando diferencias culturales.

Otro estudio relevante sobre la variable de historia de vida es el realizado por Smith et al. (2022), quienes aplicaron el cuestionario K-SF-42 a una muestra de 448 personas en Arizona, divididas por género, en el que el objetivo fue identificar los factores que influyen directamente en la percepción de una vida acelerada. Los resultados indicaron que los participantes mostraron características asociadas con una historia de vida más acelerada ($M=2,67$; $DT=2,09$), lo que sugiere que tuvieron que enfrentar las distintas etapas de su vida de manera más rápida; en comparación con la presente investigación se observa que los resultados son similares en razón de que ambas historias de vida transcurren de manera rápida.

Por otro lado, se pasó a analizar las variables de ansiedad y depresión en comparación al género. Entre los hallazgos de este estudio se destaca que las mujeres presentan una media de ansiedad de 1,17 (DT=1,63) en comparación con los hombres (M=1,00; DT=1,15), siendo las mujeres con más prevalencia de ansiedad. Este hallazgo es similar al estudio de Zheng et al. (2020), que reportó prevalencia de ansiedad en mujeres (M=1,15; DT=0,72). Al comparar con otro estudio, Mendoza et al. (2024) realizado en estudiantes mexicanos, se observa que las mujeres presentan una mayor prevalencia de ansiedad (M=2,78; DT=1,76) en comparación con los hombres (M=1,90; DT=1,37), obteniendo un resultado similar al del presente estudio.

En cuanto a la depresión en comparación al género, como resultado en la presente investigación se obtuvo que las las mujeres muestran una mayor tendencia a presentar depresión (M=1,25; DT=1,48) en comparación con los hombres (M=0,90; DT= 1,08). Este hallazgo es similar con el estudio de Weitzer et al. (2022), en el que se encontró una media de depresión de 0,97 (DT=1,04) en mujeres con trastornos psicológicos en Estados Unidos.

El estudio realizado por (Aguilar y Bayas, 2020), en el cual los investigadores buscan determinar la ansiedad según los estilos de personalidad en estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad Nacional de Chimborazo en el año 2019; donde la mayoría de los estudiantes presentan niveles normales de ansiedad, mientras que un porcentaje menor exhibe ansiedad moderada o patológica. A diferencia que en el estudio sobre población adulta ecuatoriana, se observa una gama más amplia de niveles de ansiedad y depresión, reflejando una mayor variabilidad en los síntomas. Mientras que el estudio de Chimborazo identifica una predominancia de estilos de personalidad como la apertura y la conformidad, en el presente estudio, la relación entre los rasgos de personalidad y los indicadores de salud mental muestra que estas variables impactan de manera diversa en la calidad de vida de los adultos ecuatorianos.

El estudio realizado por (Salamanca et al., 2014) a cerca del análisis de la relación entre patrones de personalidad patológica y ansiedad en estudiantes colombianos y en contraste con el estudio sobre personalidad, historia de vida y salud mental en población adulta ecuatoriana, se observa que en el presente estudio, la ansiedad y la depresión se presentan con variabilidad significativa, con una prevalencia alta de ansiedad normal y una menor proporción de ansiedad patológica. En contraste, el estudio colombiano revela una correlación positiva entre los patrones de personalidad patológica (como los agresivos, límite y distímico) y niveles elevados de ansiedad estado-rasgo. En términos de estilos de personalidad, el estudio colombiano identifica patrones predominantes como el histriónico y el narcisista, con una mayor incidencia en mujeres y una relación significativa con la ansiedad. A diferencia, el presente estudio destaca la apertura y la extroversión como estilos predominantes. Ambos estudios subrayan la influencia de la personalidad en la ansiedad, pero el contexto y la prevalencia de los patrones patológicos muestran diferencias importantes en las manifestaciones de ansiedad y depresión entre las poblaciones estudiadas.

La investigación realizada por (Moreno, 2019) sobre la influencia de los rasgos de personalidad en los trastornos de ansiedad, efectuado a 31 alumnos universitarios con una edad media de 21,55 años en España; en la que se muestran que el neuroticismo, la extraversión y la apertura mental son los rasgos más influyentes en la salud mental, con el neuroticismo como principal factor de riesgo para los trastornos ansiosos. Contrastando estos resultados con los hallazgos de la presente investigación, que se enfoca en la relación entre personalidad, historia de vida y salud mental, se observa una afinidad en la importancia del Neuroticismo como predictor de trastornos ansiosos. Sin embargo, esta investigación también destaca la influencia de variables como el bienestar psicológico, los estilos de afrontamiento y el afecto positivo o negativo; y amplía la perspectiva al considerar cómo factores adicionales interactúan con los rasgos de personalidad para influir en la salud mental.

La investigación realizada por (Pardo et al., 2023), sobre la ansiedad social en los estudiantes con personalidad introvertida; realizada a cuatro (4) estudiantes de sexo femenino y dos profesionales especializados en el área de psicología y pedagogía, donde se exploró cómo las situaciones educativas, familiares y sociales generan ansiedad social en estos estudiantes y reveló que los desafíos en comunicación oral y participación educativa incrementan su ansiedad. Se identificó que la falta de habilidades sociales limita su progreso académico y social. En contraste, la presente investigación se centra en explorar la influencia de los rasgos de personalidad y las experiencias de vida en la aparición y desarrollo de la depresión y la ansiedad entre adultos en Ecuador y pretende identificar patrones y relaciones que podrían ayudar a comprender mejor la génesis de la depresión y la ansiedad.

Conclusiones

Como primer objetivo se describió los rasgos de personalidad de la muestra obteniendo que entre los valores más altos se encuentra la extroversión seguido de la afabilidad, lo que indicaría que la muestra tiende a expresarse de manera más sociable y con más energía que el resto. Sin embargo, la responsabilidad se ubico en el último lugar.

Como segundo objetivo se describió la variable de historia de vida en la muestra de estudio en población adulta ecuatoriana, obteniendo como resultado una historia de vida rápida, lo cual demuestra un ritmo acelerado de cambios y transiciones vitales. Este patrón expresa que los adultos en Sigchos experimentan una serie de eventos y decisiones importantes en sus vidas a un ritmo más rápido.

En el tercer objetivo se analizó los indicadores de salud mental en cuanto al género, obteniendo como resultado que las mujeres muestran una mayor prevalencia de ansiedad y depresión en comparación con los hombres.

Por último, se analizó la relación entre rasgos de personalidad y los indicadores de salud mental, encontró que no se evidencia correlaciones significativas entre todos los rasgos de personalidad y la salud mental en el nivel 0.01 y 0.05.

Recomendaciones

En base a los hallazgos del presente estudio, se sugieren las siguientes recomendaciones:

Fomentar la creación de espacios comunitarios que promuevan la reflexión y el diálogo sobre las experiencias de vida. Estos espacios podrían servir como foros donde los adultos puedan compartir sus historias y desafíos, y recibir apoyo y comprensión de sus pares. Esto se complementa incentivando la documentación y el análisis de las experiencias de vida a nivel local, lo que podría ofrecer una visión más profunda de las características y patrones comunes de la vida en Sigchos.

Planificar políticas y prácticas en el entorno laboral y comunitario que consideren la necesidad de equilibrio entre los cambios rápidos y la estabilidad personal. Promover espacios y oportunidades para la reflexión y planificación de vida puede ayudar a los adultos en Sigchos a tomar decisiones más informadas y equilibradas,

Para fortalecer la comprensión de los ritmos acelerados de cambio en las historias de vida en Sigchos, sería recomendable desarrollar intervenciones psicosociales adaptadas a las necesidades específicas de esta población. Estas intervenciones podrían incluir programas de apoyo psicológico y social que ayuden a los individuos a gestionar mejor los problemas derivados de la modernización y la urbanización rápida. Además, sería valioso explorar estrategias comunitarias que promuevan la resiliencia frente a estos cambios, fomentando redes de apoyo locales y valorando las tradiciones culturales que puedan actuar como recursos protectores en momentos de transición intensa.

Implementar programas de salud mental sensibles al género. Estos programas deben incluir capacitación para profesionales de la salud en la detección temprana y el manejo de trastornos como la ansiedad y la depresión, con un enfoque específico en las necesidades e inconvenientes psicosociales que enfrentan las mujeres. Además, se deben promover

espacios seguros y accesibles donde las mujeres puedan recibir apoyo emocional y psicológico, así como campañas comunitarias que desafíen las normas de género restrictivas y promuevan la igualdad y el respeto.

Referencias

- Aguilar, E., & Bayas, J. (2020). *Determinación de ansiedad según estilos de personalidad en estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad Nacional de Chimborazo*. Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/6489/1/DETERMINACION%20DE%20ANSIEDAD%20SEGUN%20ESTILOS%20DE%20PERSONALIDAD%20EN%20ESTUDIANTES%20DE%20CIENCIAS%20DE%20LA%20SALUD.pdf>
- American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5*. Asociación Americana de Psiquiatría (APA). Obtenido de <https://www.federaciocatalanatdah.org/wp-content/uploads/2018/12/dsm5-manualdiagnosticoyestadisticodelostrastornosmentales-161006005112.pdf>
- Antoñanzas, J., Larraz, N., & Salavera, C. (2019). Niveles de ansiedad y su relación con la personalidad y la inteligencia emocional percibida en el alumnado de Magisterio. *Ensayos: Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 34(2), 181-194. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7416088>
- Arias, J., Villasís, M., & Miranda, M. (2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201-206. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/4867/486755023011.pdf>
- Ariza, Y., Dimas, C., Flórez, M., García, D., & Sierra, A. (2022). *La Imagen y la Narrativa como Herramientas para el Abordaje Psicosocial en Escenarios de Violencia*. Región Bogotá, D. C. UNAD Colombia. Obtenido de <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/48398>
- Baca, E. (2020). *Factores de riesgo de la conducta suicida asociados a trastornos depresivos y ansiedad*. Obtenido de *Salud Ment* vol.37:

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-33252014000500003&script=sci_arttext

- Behn, A., Herpetz, S., & Krause, M. (2018). La Interacción entre Depresión y Disfunción de la Personalidad: Estado del Arte, Desafíos Actuales y Direcciones Futuras. Introducción a la Sección Especial. *Psykhé*, 27(2). doi:<https://doi.org/10.7764/psykhe.27.2.1501>
- Berrocal, K., & Gavilán, B. (2021). *Personalidad, niveles de ansiedad y calidad de sueño en docentes de una institución educativa nacional de la ciudad de Ica durante la pandemia del COVID - 19*. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa.
- Bertani, D., Mattei, G., Ferrari, S., Pingani, L., & Galeazzi, G. (2020). Anxiety, depression and personality traits in Italian medical students. *Riv Psichiatr.*, 55(6), 342-348. doi:<https://dx.doi.org/10.1708/3503.34892>
- Buecker, S., Maes, M., & Luhmann, M. (2020). Loneliness and the Big Five Personality Traits: A Meta-Analysis. *European Journal of Personality*, 34(1). doi:<https://doi.org/10.1002/per.2229>
- Bustos, V. (2021). *Psicología clínica. Enfoques e investigación*. Universidad de San Buenaventura. Obtenido de https://www.researchgate.net/profile/Viana-Bustos-Arcon/publication/358668043_Desafios_y_formacion_en_salud_mental/links/620e5f84eb735c508adb21de/Desafios-y-formacion-en-salud-mental.pdf#page=16
- Butt, H., Rauf, N., Nauman, A., Waheed, Z., Rehman, S., & Hafeez, F. (2022). CORRELATION OF ORAL PARA-FUNCTIONAL HABITS WITH THE TEN-ITEM PERSONALITY INVENTORY IN GENERAL POPULATION. *Journal of Khyber College of Dentistry*, 12(2), 23-28. doi:<https://doi.org/10.33279/jkcd.v12i2.57>
- Caballo, V., Salazar, I., Irurtia, M., Arias, B., & Guillén, J. (2020). Relaciones entre ansiedad social y rasgos, estilos y trastornos de la personalidad. *Psicología Conductual*, 18(2),

259-276. Obtenido de https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/03.Caballo_18-2oa-1.pdf

Calero, D., & Vaca, E. (2019). *Ansiedad y depresión en mujeres víctimas de violencia*. UISEK. Obtenido de <https://repositorio.uisek.edu.ec/bitstream/123456789/3513/1/Cristina%20Calero%20PROYECTO.pdf>

Calle, S. (2023). Diseños de investigación cualitativa y cuantitativa. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 1865-1879. doi:https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7016

Chacón, E., De la Cera, D., Fernández, M., & Murillo, R. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36. Obtenido de <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>

Chen, X., He, J., & Fan, X. (2022). Big Five Personality Traits and Second Language Learning: a Meta-analysis of 40 Years' Research. *Educational Psychology Review*, 34, 851-887. doi:<https://doi.org/10.1007/s10648-021-09641-6>

Chew, P. (2022). A meta-analytic review of Internet gaming disorder and the Big Five personality factors. *Addictive Behaviors*, 126. doi:<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.107193>

Costa, P., & McCrae, R. (1992). *Inventario de Personalidad*. Obtenido de NEO Revisado NEOPI-R.

Costales, A., Calero, D., & Vaca, E. (2019). *Ansiedad y depresión en mujeres víctimas de violencia*. Universidad Internacional SEK. Obtenido de <https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/3513>

- de la Parra, G., Undurraga, C., Crempien, C., Valdés, C., Dagnino, P., & Gómez, E. (2018). Estructura de Personalidad en Pacientes con Depresión: Adaptación de un Instrumento y Resultados Preliminares. *Psykhé*, 27(2). doi:<http://dx.doi.org/10.7764/psykhe.27.2.1133>
- del Valle, M., Zamora, V., Khalil, Y., & Altamirano, M. (2020). Rasgos de personalidad y dificultades de regulación emocional en estudiantes universitarios. *Revista psicodebate: psicología, cultura y sociedad*, 20(1). doi:<http://dx.doi.org/10.18682/pd.v20i1.1877>
- Delgadillo, J., Branson, A., Kellet, S., Myles, P., Hardy, G., & Shafran, R. (2020). Therapist personality traits as predictors of psychological treatment outcomes. *Psychotherapy Research*, 30(7), 857-870. doi:<https://doi.org/10.1080/13651501.2020.1757117>
- Díaz, I. (2019). Ansiedad: conceptualizaciones actuales. *Summa*, 16(1). doi:<https://doi.org/10.18774/0719-448x.2019.16.1.393>
- Díaz, I., & De la Iglesia, G. (2019). Ansiedad. Revisión y Delimitación Conceptual. *Summa Psicológica UST*, 16(1), 42-50. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7009167>
- Faúndez, X., & Hatibovic, F. (2021). El trauma psicosocial en las narrativas intergeneracionales. *Tópicos del Seminario*, 44. Obtenido de https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-12002020000200062
- Febres, F. (2022). *Dimensiones de la personalidad, ansiedad e ideas irracionales en adolescentes de colegios particulares y nacionales de la ciudad de Arequipa*. Universidad Católica San Pablo. Obtenido de <https://repositorio.ucsp.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/d08f122e-d4cf-409c-8fdd-3f732e101625/content>

- Fernández, B. (2019). *Tipos De Personalidad Relacionado Con Clima Laboral En El Personal De Los Centros De Salud Mental Comunitarios De La Provincia De Trujillo*. Universidad César Vallejo. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/38468>
- García, M., Méndez, M., Peñaloza, R., & Rivera, S. (2022). Rasgos de Personalidad y Depresión, Predictores de Ansiedad Rasgo-Estado en Madres. *Acta de investigación psicológica*, 11(3). doi:<https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2021.3.393>
- Giaquinto, L., de Grandis, M., & Gago, L. (2020). El modelo psicobiológico de la personalidad y los estilos de apego en adultos de Buenos Aires. *Psocial*, 6(2), 1-10. Obtenido de <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/142311>
- Gong, Y., Shi, J., Ding, H., Zhang, M., Kang, C., Wang, K., . . . Huan, J. (2020). Personality traits and depressive symptoms: The moderating and mediating effects of resilience in Chinese adolescents. *Journal of Affective Disorders*, 265, 611-617. doi:<https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.102>
- Guevara, G., Verdesoto, A., & Castro, N. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *RECIMUNDO*, 4(3), 163-173. doi:[https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill. Obtenido de <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Holguín, A., Arroyave, L., Ramírez, V., Echeverry, W., & Rodríguez, A. (2020). El autocuidado como un componente de la salud mental del psicólogo desde una perspectiva biopsicosocial. *Poiésis*(39), 149-167. doi:<https://doi.org/10.21501/16920945.3760>

- Hong, J., Cao, W., Liu, X., Tai, K., & Zhao, L. (2021). Personality traits predict the effects of Internet and academic self-efficacy on practical performance anxiety in online learning under the COVID-19 lockdown. *Journal of Research on Technology in Education*, 55(3), 426-440. doi:<https://doi.org/10.1080/15391523.2021.1967818>
- Huerta, M., Gómez, D., Echazarreta, I., & Uscanga, R. (2022). Relación entre depresión y factores de personalidad en adolescentes. *Revista Electrónica sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 9(18), 1-20. Obtenido de <https://www.cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/279/540>
- Jiménez, M. (2015). Mecanismos de relación entre la personalidad y los procesos de salud-enfermedad. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 7(1), 163-184.
- Karaaslan, Ö., Kantekin, Y., Hacimusalar, Y., & Dağistan, H. (2020). Anxiety sensitivities, anxiety and depression levels, and personality traits of patients with chronic subjective tinnitus: a case-control study. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 24(3), 264-269. doi:<https://doi.org/10.2147/JPR.S237522>
- Kim, I., Keovisal, M., Kim, W., Richards, S., & Yalim, A. (2019). Trauma, Discrimination, and Psychological Distress Across Vietnamese Refugees and Immigrants: A Life Course Perspective. *Community Mental Health Journal*, 55, 385-393. doi:<https://doi.org/10.1007/s10597-018-0268-2>
- Langarita, R., & Gracia, P. (2019). Neuropsicología del trastorno de ansiedad generalizada: revisión sistemática. *Rev Neurol*, 69, 59-67. doi:[10.33588/rn.6902.2018371](https://doi.org/10.33588/rn.6902.2018371).
- Lara, E. (2019). Depression and anxiety in women victims of intimate partner violence. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 11(1), 1-8. Obtenido de http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1852-42062019000100001&script=sci_abstract&tlng=en

- Lesick, T. (2021). Big five personality traits and performance: A quantitative synthesis of 50+ meta-analyses. *Journal of Personality*, 90(4), 559-573. doi:<https://doi.org/10.1111/jopy.12683>
- Macías, M., Pérez, C., Lopez, L., Beltrán, L., & Morgado, C. (2019). Trastornos de ansiedad: revisión bibliográfica de la perspectiva actual. *eNeurobiología*, 10(24), 1-11. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7735542>
- Martínez, P. (2022). *Pobreza asociada a los trastornos de ansiedad, de personalidad y depresión*. Obtenido de Universidad Ricardo Palma: https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/5838/T030_08197653_M%20PEDRO%20ENRIQUE%20MARTINEZ%20VALERA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Méndez, M., Peñaloza, R., & García, M. (2021). Relaciones interpersonales en medios virtuales, personalidad y ansiedad estado-rasgo en adolescentes. *Salud y Drogas*, 21(2), 29-43. doi:<https://doi.org/10.21134/haaj.v21i2.537>
- Mendoza, K., Bazán, G., Torres, L., & Osorio, M. (2024). Estudio de salud en universitarios durante la pandemia de COVID - 19, comparación por género y edad. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 27(1), 151-174. Obtenido de <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin>
- Menéndez, Á. (2021). *Evitación Experiencial, Personalidad, Inteligencia Emocional, Depresión, Ansiedad y Humor*. Universidad de Oviedo. Obtenido de <https://digibuo.uniovi.es/dspace/handle/10651/60328>
- Milić, J., Škrlec, I., Milić, I., Podgornjak, M., & Heffer, M. (2019). High levels of depression and anxiety among Croatian medical and nursing students and the correlation between subjective happiness and personality traits. *International Review of Psychiatry*, 1-8. doi:<https://doi.org/10.1080/09540261.2019.1594647>

- Morán, C., & Torres, J. (2019). Factores de personalidad y estrategias de afrontamiento en mujeres: relaciones y diferencias. *Revista INFAD De Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 139-150. doi:<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v4.1532>
- Moreno, A. (2019). *Influencia de los rasgos de personalidad en los trastornos de ansiedad*. Obtenido de Universidad de Jaén: https://crea.ujaen.es/jspui/bitstream/10953.1/10594/1/MORENO_PREZ_ALBA_M_TFG_PSICOLOGA.pdf
- Nikcevic, A., Marino, C., Kolubinski, Leach, D., & Spada, M. (2021). Modelling the contribution of the Big Five personality traits, health anxiety, and COVID-19 psychological distress to generalised anxiety and depressive symptoms during the COVID-19 pandemic. *Journal of Affective Disorders*, 279(15), 578-584. doi:<https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.10.053>
- Nouri, F., & Feizi, A. (2019). Personality traits are differently associated with depression and anxiety; evidence from applying bivariate multiple binary logistic regression on a large sample of general adults. *Psychiatria Danubina*, 31(4), 448-456. doi:<https://doi.org/10.24869/psyd.2019.448>
- Padilla, C., & Marroquín, C. (2021). Enfoques de Investigación en Odontología: Cuantitativa, Cualitativa y Mixta. *Revista Estomatológica Herediana*, 31(4), 338-340. doi:<http://dx.doi.org/10.20453/reh.v31i4.4104>
- Pardo, I., Guamán, C., & Caizapanta, G. (2023). *La Ansiedad Social en los Estudiantes con Personalidad Introversa*. Obtenido de Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/7688/11661>

- Parent, A., & Marchand, A. (2019). Work and depression: The moderating role of personality traits. *Journal of Workplace Behavioral Health*, 34(3), 219-239. doi:<https://doi.org/10.1080/15555240.2019.1614455>
- Plessen, C., Franken, F., Ster, C., Schmid, R., Wolfmayr, C., Mayer, A., . . . Tran, U. (2020). Humor styles and personality: A systematic review and meta-analysis on the relations between humor styles and the Big Five personality traits. *Personality and Individual Differences*, 154. doi:<https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109676>
- Ponce de León, R., & Domínguez, A. (2022). La personalidad latinoamericana y su relación con la salud mental: Un estudio comparativo en dos culturas. *Revista de Psicología*, 11(24), 40-68. Obtenido de <https://revistapsicologia.uaemex.mx/article/view/18537/13783>
- Ponce, O., Pagán, N., & Gómez, J. (2018). Investigación no experimental y generalización: Bases epistemológicas de las corrientes actuales. En D. Cobos, & E. López, *IV Congreso Virtual Internacional sobre Innovación Pedagógica y Praxis Educativa INNOVAGOGÍA 2018*:. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7309529>
- Prada, R., Navarro, J., & Dominguez, S. (2020). Personalidad y agotamiento emocional académico en estudiantes universitarios peruanos: un estudio predictivo. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 14(2). doi:<http://dx.doi.org/10.19083/ridu.2020.1227>
- Preuss, M. (2019). Resiliencia, centralidad de los eventos traumáticos y espiritualidad en el marco del modelo de los cinco factores de la personalidad. *Psocial*, 5(2), 50-55. Obtenido de <https://publicaciones.sociales.uba.ar/index.php/psicologiasocial/article/view/5156/428>

- Prince, E., Siegel, D., Carroll, P., Sher, K., & Bienvenu, J. (2021). A longitudinal study of personality traits, anxiety, and depressive disorders in young adults. *Anxiety, Stress, & Coping*, 34(3), 299-307. doi:<https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1845431>
- Puchacela, S., Loza, J., Fiallo, I., Benitez, A., & Amaya, A. (2022). Evaluación de estrés, ansiedad y depresión en Ecuador durante la pandemia de COVID - 19. *La Ciencia al Servicio de la Salud y la Nutrición*, 13(1), 13-25. Obtenido de <http://revistas.esPOCH.edu.ec/index.php/cssn/article/view/667/666>
- Puyané, M., Subirá, S., Torres, A., Roca, A., García, L., & Gelabert, E. (2022). Personality traits as a risk factor for postpartum depression: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 298, 577-589. doi:<https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.11.010>
- Rengifo, M., & Laham, S. (2022). Big Five personality predictors of moral disengagement: A comprehensive aspect-level approach. *Personality and Individual Differences*, 184. doi:<https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111176>
- Reyes, A. (2021). *Salud mental positiva, personalidad y adaptación Universitaria : Análisis predictivo en estudiantes Universitarios de Colombia*. Universidad de La Sabana. Obtenido de <https://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/47331>
- Rodríguez, U., Múñera, K., & Rodrigues, F. (2023). Sueño, cronotipo, ansiedad, personalidad, calidad de vida y rendimiento académico en adolescentes universitarios. *Duazary*, 20(3), 188-199. doi:<https://doi.org/10.21676/2389783X.5455>
- Salamanca, Y., Vega, A., & Niño, S. (2014). *Relación entre patrones de personalidad patológica y ansiedad de estudiantes de Psicología*. Obtenido de Universidad del Norte: <https://www.redalyc.org/pdf/213/21332837004.pdf>

- Shi, Z., Li, S., & Chen, G. (2022). Assessing the Psychometric Properties of the Chinese Version of Ten-Item Personality Inventory (TIPI) Among Medical College Students. *Psychology Research and Behavior Management*, 15, 665-681. Obtenido de <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.2147/PRBM.S357913>
- Siabato, E., Forero, I., & Paguay, O. (2013). Relación entre ansiedad y estilos de personalidad en estudiantes de psicología. *Psychologia: avances de la disciplina*, 7(2), 87-98. Obtenido de <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Psychologia/article/view/1206/998>
- Smith, R., Persich, M., Lane, R., & Kilgore, W. (2022). Higher emotional awareness is associated with greater domain-general reflective tendencies. *Sci Rep*, 12. doi:<https://doi.org/10.1038/s41598-022-07141-3>
- Steinberger, P., Eshet, Y., & Grinautsky, K. (2021). No Anxious Student Is Left Behind: Statistics Anxiety, Personality Traits, and Academic Dishonesty—Lessons from COVID-19. *Sustainability*, 13(9), 4762. doi:<https://doi.org/10.3390/su13094762>
- Takahashi, Y., Yamagata, S., Ritchie, S., Barker, E., & Ando, J. (2021). Etiological pathways of depressive and anxiety symptoms linked to personality traits: A genetically-informative longitudinal study. *Journal of Affective Disorders*, 291(1), 261-269. doi:<https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.05.004>
- Tintaya, P. (2019). Psicología y Personalidad. *Revista de Investigacion Psicologica*(21), 115-134. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2223-30322019000100009&script=sci_arttext
- Tokumitsu, K., Sugawara, N., Maruo, K., Suzuki, T., Shimoda, K., & Yasui, N. (2020). Prevalence of perinatal depression among Japanese women: a meta-analysis. *Annals of General Psychiatry*, 19(41). doi:<https://doi.org/10.1186/s12991-020-00290-7>

- Tomasi, S. (2020). Environment and mental health: empirical study on the relationship between contact with nature and symptoms of anxiety and depression. *Bilingual Journal of Environmental Psychology*, 11(3), 319-341. doi:<https://doi.org/10.1080/21711976.2020.1778388>
- Trunce, S., Villarroel, G., Arntz, J., Muñoz, S., & Werner, K. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en educación médica*, 9(36). doi:<https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229>
- Valarezo, C., Celi, S., Rodríguez, D., & Sánchez, V. (2020). Caracterización general y evolución de la personalidad en la primera infancia. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(16), 469-482. doi:<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v4i16.130>
- Vargas, S. (2021). Factores que inciden en la depresión en estudiantes universitarios: una revisión sistemática. *Conrado*, 17(82). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1990-86442021000500387&script=sci_arttext&tlng=pt
- Vasquez, A. (2023). *Factores de personalidad y ansiedad de los pacientes del Centro de Salud Mental Comunitario de Camaná, 2020*. Universidad Católica de Santa María. Obtenido de <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/b98d1be8-c91b-4479-a9e5-d98862f63b3d/content>
- Vicioso, C., & Castillo, D. (2021). Modelo Integra/Erantsi de acompañamiento psicosocial para personas en procesos de integración social. *Zerbitzuan: Gizarte zerbitzuetarako aldizkaria = Revista de servicios sociales*(74), 163-178. doi:<https://doi.org/10.5569/1134-7147.74.10>

- Villalobos, C. (2021). *Análisis, desde la psicología positiva, de la salud mental en alumnos universitarios de primer año de Concepción (Chile) **. Obtenido de Avances en Psicología Latinoamericana: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1794-47242011000100012&script=sci_arttext
- Weitzer, J., Trudel, C., Okereke, O., Kawachi, I., & Schernhammer, E. (2022). Dispositional optimism and depression risk in older women in the Nurses' Health Study: a prospective cohort study. *PSYCHIATRIC EPIDEMIOLOGY*, 37, 283-294. doi:<https://doi.org/10.1007/s10654-021-00837-2>
- Zabicky, G. (2020). Mental health and alcohol abuse. *RIIAD*, 6(2), 3-5. doi:<https://doi.org/10.28931/riiad.2020.2.01>
- Zacher, H., & Rudolph, C. (2021). Big Five traits as predictors of perceived stressfulness of the COVID-19 pandemic. *Personality and Individual Differences*, 175, 1-8. doi:<https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110694>
- Zheng, Y., Yang, X., Zhou, R., Niu, G., Liu, Q., & Zhou, Z. (2020). Upward social comparison and state anxiety as mediators between passive social network site usage and online compulsive buying among women. *Addictive Behaviors*, 111, 1-7. doi:<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106569>