

**PERCEPCIÓN DE FACTORES EMOCIONALES QUE INFLUYEN EN LA  
APARICION DE SINTOMAS PSICOLOGICOS O FISICOS EN UN GRUPO DE  
JOVENES UNIVERSITARIOS DE MEDELLÍN (COLOMBIA)**

**Por:**

**Alejandro Rodríguez Lampión**

**Trabajo de grado presentado como requisito parcial  
para obtener el título como psicólogo.**

**Asesor: Horacio Manrique**

**Medellín**

**Universidad EAFIT**

**Facultada de Psicología**

**2023**

## INDICE

### Tabla de contenido

INDICE .....	2
OBJETIVO. ....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
General.....	7
Específicos .....	7
Antecedentes .....	8
Las enfermedades y los síntomas físicos y psicológicos .....	14
Bienestar y felicidad: Definición y generalidades .....	15
Factores de riesgo y protectores (emocionales) .....	19
Tipo de estudio.....	21
Participantes .....	22
Datos generales de los entrevistados.....	22
Instrumentos.....	23
Relación entre objetivos específicos y categorías de rastreo de la información.....	23
Categoría 1 .....	24
Categoría 2 .....	24
Categoría 3 .....	25

Procedimiento .....	25
Tabla 5. Cuadro de análisis .....	27
Categoría 1: factores de riesgo.....	28
Subcategorías: 1. personales, 2. sociales, 3. Familiares.....	28
Categoría 2: síntomas.....	30
Subcategorías: 1. síntomas físicos, 2. síntomas psicológicos .....	31
Categoría 3: factores protectores .....	33
Subcategorías: 1. actividad física, 2. autoconocimiento, 3. actividades de distracción	33
Anexo 1: Cuadro síntesis de Anteproyecto de investigación.....	47

## Resumen

**Objetivo.** Describir la percepción de factores emocionales que, según su propia percepción, influyen en la aparición de síntomas psicológicos o físicos en un grupo de jóvenes universitarios de la ciudad de Medellín. **Método.** Estudio cualitativo con diseño descriptivo transversal, cuyo instrumento será la aplicación de una entrevista semiestructurada a seis participantes, que padezcan síntomas psicológicos y síntomas físicos. **Resultados.** Podemos observar los diferentes resultados que logramos extraer de las entrevistas semiestructuradas que se realizaron de acuerdo a las categorías (factores de riesgo, síntomas y factores protectores) y a las subcategorías que nos ayudaron a la realización de las entrevistas para así llegar a encontrar la relación entre factores emocionales y síntomas psíquicos y físicos desde la perspectiva de cada persona. **Conclusiones.** En la investigación pudimos dar cuenta de qué hay diferentes factores de riesgo emocionales que alteran la salud de las personas, desde su propio punto de vista.

**Palabras clave:** *factores emocionales, enfermedades físicas, enfermedades psicológicas, jóvenes.*

## Introducción

Esta investigación surgió de acuerdo a que actualmente hay una brecha crítica de la salud mental a nivel mundial, y en lo que va del 2023 las enfermedades mentales se han disparado con relación a años anteriores como lo mencionan Ramírez-Ortiz *et al.* (2020) debido a diferentes situaciones como la pandemia de Covid-19, cambios globales, incertidumbre, etc. Con esta investigación se quiere aportar a la comprensión de la forma en que las personas perciben la incidencia de sus propios factores emocionales en la aparición de síntomas (físicos y psíquicos) que, posiblemente, estén asociados a este tipo de situaciones. Se busca así aportar comprensiones ante el desafío de este escenario para los profesionales en salud mental y, sobre todo, para las personas que están padeciendo diferentes síntomas desencadenados, desde su propio punto de vista, por factores emocionales.

Según Toro (2021) hoy en día, las personas se sienten más preocupadas por lo que sienten tanto física como emocionalmente, esto desencadena un gran trabajo para los psicólogos y psiquiatras, sabiendo que las enfermedades cogen fuerza y se ponen de “moda”; hoy vemos la ansiedad y la depresión en esa “moda”. Ahora, en este trabajo de grado se desarrolla la manera en la que los factores emocionales pueden afectar a nivel psíquico y físico, según la percepción de diferentes sujetos.

En el presente trabajo se hizo una investigación cualitativa en la que se entrevistaron 6 jóvenes universitarios para extraer datos acerca del tema a trabajar. En las entrevistas se evidenció que las personas padecen síntomas psíquicos y físicos que los entrevistados asocian

conde depresión y ansiedad a raíz de las situaciones de la vida cotidiana y se pudo hacer un buen análisis acerca de identificar cómo sobrellevan estas situaciones y los factores de riesgo y protectores que tienen los estos jóvenes en la actualidad.

## **Justificación**

De esta manera, esto justifica la realización de esta investigación donde se quiere indagar en el cómo los factores emocionales se relacionan con la salud mental que en la mayoría de ocasiones, como lo dice el PSISE (2017), las emociones se manifiestan a través del cuerpo generando así, problemas base mucho más profundos y enfermedades físicas que afectan la salud y la integridad de las personas. Partiendo de que trastornos como la ansiedad y depresión si perduran en el tiempo pueden afectar el bienestar del ser y del cuerpo humano según la OPS/OMS (s.f)

En el presente trabajo, a partir de entrevistas realizadas a seis jóvenes universitarios entre 18 y 26 años se analizará como pueden observar este panorama. Partiendo de estudios con fuentes verificadas y la investigación cualitativa que se recolectó, se sacarán resultados, para, finalmente, tener una conclusión sobre este problema tan común pero tan demandante para los pacientes y profesionales: la percepción de la salud mental.

De acuerdo con lo anterior, se plantea como pregunta de investigación *¿cuáles son los factores emocionales que influyen en la aparición de síntomas de nivel psicológico o físico, según la propia percepción de un grupo de jóvenes universitarios de la ciudad de Medellín*

## **Objetivos**

### ***General***

Describir la percepción de factores emocionales que influyen en la aparición de síntomas psicológicos o físicos en un grupo de jóvenes universitarios de la ciudad de Medellín.

### ***Específicos***

- Caracterizar los factores de riesgo emocionales en una población de un grupo de jóvenes universitarios de la ciudad de Medellín, desde su propia percepción.
- Identificar los síntomas físicos y psicológicos activados por la influencia de las emociones en un grupo de jóvenes universitarios de la ciudad de Medellín, desde su propia percepción.
- Identificar diferentes factores protectores de un grupo de jóvenes universitarios para dar cuenta de sus propias emociones y que, desde su percepción, funcionan como factores que protegen de la activación de síntomas, desde su percepción.

## Marco de referencias conceptuales

### *Antecedentes*

En el presente estado del arte tiene como objetivo mostrarnos el estado actual de las investigaciones realizadas sobre los factores emocionales que inciden en la creación de síntomas físicos o psicológicos, según la propia percepción de un grupo de adolescentes de la ciudad de Medellín, para dicha investigación se elaborara una revisión de los estudios hallados que se relacionan con dicho tema a partir de las siguientes categorías: *Propósito general del estudio, referentes conceptuales, tipos de estudios, sujetos involucrados, metodos de recolección de la información, tipo de diseño y principales resultados.*

En relación al *propósito general* de las investigaciones, se puede indicar que Esquivel (2020), López (2019), Rodríguez y Del Pino (2011), y Rodríguez, *et al.* (2009), pretendieron describir cómo influyen las emociones en nuestra salud física y psicológica. Así mismo Pacheco y Fernández-Berrocal (2013), identifican la inteligencia emocional en adolescentes, siendo complementado por (Nespereira-Campuzano & Vázquez-Campo, 2017) quien plantea algunos factores de la inteligencia emocional que afectan de manera positiva o negativa en la enfermedad. Ruiz (2016), abarca el *Mindfulness* práctico para reducir el estrés y vivir con una consciencia más plena. Por otro lado, Ferreira, *et al.* (2017) describen el impacto de las redes sociales en la conducta y relaciones interpersonales de los adolescentes. Por último, Pérez (2021) en el artículo de Salud Esfera, estudia la relación entre las emociones y la enfermedad.

Teniendo en cuenta los *referentes conceptuales*, se evidencia que fueron utilizados esencialmente los conceptos de estado de ánimo, emoción, trastornos, (López, 2019; Ruiz, 2016; Rodríguez y Del Pino, 2011; Pérez, 2021), por otro lado, también se refieren a las alteraciones afectivas, psicosociales, estado de ánimo, sentimiento, control, enfermedad, emociones ocultas, salud mental, células, patologías (Ruiz, 2016; Pacheco, Fernández-Berrocal, 2013; Campuzano, 2005).

El tipo de estudio más recurrente fue el cualitativo, ya que la mayoría de las investigaciones recopilan datos no numéricos, recolectados mediante entrevistas semiestructuradas u observaciones. Los participantes de las investigaciones incluyen a López (2019), Pacheco y Fernández-Berrocal (2013), y Gómez (2007). También se evidencia de gran importancia el tipo de estudio mixto ya que gran parte de los artículos es una metodología que se fundamenta en ambos estudios, es decir, desde el enfoque cuantitativo y cualitativo, así se evidencian diferentes formas de medición; los instrumentos más utilizados fueron la entrevista estructurada y la semiestructurada, como también la encuesta combinada con la entrevista semiestructurada (Ferreira y Quintero, 2017; Campuzano y Martínez, 2005; Rodríguez, *et ál.* 2009; Ruiz, 2016).

En referencia a las principales conclusiones y resultados de las investigaciones se evidencia que hay algunos factores de los cuales se desprenden los trastornos afectivos, bipolares y depresivos y que causan un efecto negativo en la salud. Para la ayuda a este problema se debe acudir a tratamientos psicológicos y farmacológicos. Es de gran importancia revisar las evidencias

existentes sobre el impacto de la inteligencia emocional en diversos dominios del funcionamiento personal, social y escolar en los adolescentes. (Molano et al, 2009).

También, (Carles, 2017) plantea que las emociones se manifiestan de diversas maneras. Por ejemplo, en el ámbito psicológico se genera estrés, por lo cual se generan alteraciones en el sistema del individuo, en el sistema inmunológico se disminuye las defensas. De acuerdo con lo anterior, (Rodríguez *et al.*, 2011) plantean que la insatisfactoria salud emocional puede desestabilizar el sistema inmunológico del cuerpo. Y Family Doctor plantea que:

Esto lo hace más susceptible a los resfriados y otras infecciones durante los momentos emocionalmente difíciles. Además, cuando se sienta estresado, ansioso o molesto, no podrá cuidar su salud. Es posible que no le guste hacer ejercicio, comer alimentos nutritivos o tomar medicamentos recetados por su médico. El abuso de alcohol, tabaco u otras drogas también puede indicar una mala salud emocional. (2023, Párr.11).

Teniendo en cuenta la enfermedad que padezca una persona, se le ocasiona con mayor facilidad más estrés y puede ser más vulnerable a empeorarse debido a problemas de salud mental, expresados en el estrés. También es importante considerar que nuestra salud mental juega un papel muy importante a la hora de tener cualquier tipo de enfermedad física, ya que se puede incrementar o empeorar; y al no tener ninguna enfermedad, pues esto la puede causar (Ferreira & Quintero, 2017). Además, el enfoque psicoimmunológico sugiere que el cerebro regula el sistema inmunológico, por lo que los factores psicológicos pueden influir en el sistema. Los procesos mentales emocionales afectan la salud del aparato mental, las emociones positivas (felicidad, humor, optimismo) y las emociones negativas (ira, ansiedad) y el estrés. La

emoción es un proceso psicológico que trabaja para reorganizar y adaptarse a las amenazas al equilibrio fisiológico o psicológico. En algunos casos, las emociones pueden influir en el desarrollo de la enfermedad. (Rodríguez et al. 2011).

De acuerdo con toda la información anterior, el *punto de ruptura* surge desde la investigación de la creación de enfermedades psicológicas y físicas desde el manejo de la inteligencia emocional y los factores emocionales, tema que se atribuye y recae propiamente en los individuos, pero que empíricamente aún no ha sido investigado de forma directa, por lo tanto, se puede plantear que el presente trabajo es relevante y viable.



## **Las emociones y los factores emocionales: Definición y Generalidades**

Desde una perspectiva cognitiva conductual, las emociones son estados afectivos que experimentan los individuos. Según Molano *et al.* (2009) “son reacciones subjetivas al ambiente que vienen acompañadas de cambios orgánicos -fisiológicos y endocrinos- de origen innato. La experiencia en cada persona juega un papel fundamental en la vivencia de cada emoción”(párr. 12), en forma de crisis más o menos maso menos severas o transitorias. la experiencia emocional casi siempre implica cogniciones, actitudes y creencias sobre el mundo, que usamos para evaluar una situación dada y, por lo tanto, influir en nuestra percepción de esa situación.

### Las emociones según Otero (2006)

Se les considera poco importantes y siempre dan más peso a las partes más racionales de las personas. Pero las emociones, que son estados afectivos, indican estados internos, motivaciones, deseos, necesidades e incluso metas de un individuo. Aun así, es difícil saber a partir de la emoción cual será la conducta futura del individuo, aunque nos puede ayudar a intuirlo. A los pocos meses de vida comenzamos a expresar emociones básicas como el miedo, el enfado o la alegría. Algunos animales comparten con nosotros esas emociones básicas. En los humanos se van haciendo más complejas gracias al lenguaje, porque usamos símbolos, signos y significados. (Pág. 40)

Cada individuo según La Asociación Española Contra el Cáncer, “Experimenta una emoción de forma particular, dependiendo de sus experiencias anteriores, aprendizaje, carácter y de la situación concreta. Algunas de las reacciones fisiológicas y comportamentales que desencadenan las emociones son innatas, mientras que otras pueden adquirirse” (Pág. 4).

Los factores emocionales, por lo tanto, trata de asociar emociones consigo mismo. Saber cómo te sientes y saber verte a ti mismo y a los demás de forma positiva y objetiva. En ese sentido, surge la Inteligencia Emocional (IE), la cual es la capacidad de involucrarse con el mundo de forma receptiva y adecuada. La IE se plantea por Dueñas (2002), como una habilidad que nos permite saber manejar nuestras propias emociones y de esta manera también las de los demás, y de esta manera la inteligencia emocional también ayuda a regular o controlar dichas emociones para así crear y tener en ciertos momentos desafiantes un correcto comportamiento

### ***Las enfermedades y los síntomas físicos y psicológicos***

La enfermedad tiene como definición el deterioro de la salud física o mental.

Todas las enfermedades implican un debilitamiento de las defensas del cuerpo o de los sistemas que controlan el medio interno y psíquico. Aunque se desconozca la causa, la enfermedad casi siempre puede explicarse por procesos fisiológicos o psicológicos alterados.

(Peña y Paco, 2003)

La enfermedad se puede considerar según Orejuela (2018), desde dos vías, una objetiva que es la que influye en la capacidad que tiene la persona de funcionar y otra subjetiva que sería el malestar, incomodidad. Ahora bien, cuando hay enfermedad surgen los síntomas, que según Desviat (2010), Estas son referencias subjetivas a la percepción del paciente de las manifestaciones

de su enfermedad; en este sentido, los síntomas son la declaración del paciente de lo que le sucedió, su expresión subjetiva y natural de la experiencia

Por su carácter subjetivo, los síntomas son un elemento muy variable, en ocasiones poco fiable y menos preciso; muchas veces su interpretación puede ser difícil. Sin embargo, su valor en el proceso de diagnóstico no está en duda. La enfermedad es definida por Añazco (2019) como:

un deterioro mental o físico que presentan las personas, y de esta manera se puede observar la enfermedad o afección. Los síntomas que padecen las personas por las enfermedades no se pueden ver, ni tampoco hay exámenes médicos para observarlos estos simplemente se sienten en el cuerpo. Algunos ejemplos de síntomas son el dolor de cabeza, el cansancio crónico, las náuseas y el dolor

Existen dos tipos de síntomas: físicos, que se refieren a toda afección visible o perpetrada en el cuerpo humano; también existen los síntomas psicológicos, que se refieren a las afectaciones mentales que afectan la supervivencia con bienestar del sujeto (Desviat, 2010). Los factores causales de las enfermedades y síntomas pueden dividirse, según Gañán et al. (2020), en factores endógenos, que se determinan por la predisposición, constitución de una persona y son totalmente propias de la persona, por otro lado, factores exógenos, que son los dados por el ambiente, la sociedad o la cultura.

### ***Bienestar y felicidad: Definición y generalidades***

El bienestar es una combinación de salud física, felicidad y bienestar, junto con una buena salud mental, satisfacción con la vida, un sentido de significado o propósito y la capacidad de manejar el estrés. En términos más generales, el bienestar se siente bien. Según

Devrtich (2020), la felicidad es algo que casi todo el mundo quiere porque incluye muchas cosas positivas: sentirse feliz, saludable, social y con un propósito. Desafortunadamente, esa suerte parece estar decayendo. Es difícil mejorar su bienestar si no sabe qué hacer y cómo hacerlo.

Por su parte Amartya Sen (1982) citado por Couñago (2020) refiere que:

El bienestar humano se puede definir como un estado gratificante en el que los individuos son capaces de vivir una vida que tienen motivos para valorar. La capacidad de las personas para vivir la vida que quieren depende de una lista de libertades instrumentales. El bienestar humano significa seguridad personal, acceso a los bienes materiales de una vida digna, buena salud y buenas relaciones sociales, todo lo cual está estrechamente relacionado y sustenta la libertad de decisión y agencia.

Es decir, se trata de tener un objetivo vital, de sentirse plenamente realizado y satisfecho en todos los aspectos de la vida, incluidos los físicos, espirituales, emocionales y sociales. De hecho, la OMS, (s.f.), asegura que la salud es “es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia

de afecciones o enfermedades” (parr. 6). Por lo que, teniendo esto en cuenta, se puede constatar que el bienestar es primordial y necesario para gozar de buena salud.

Según Devrtich (2020) El bienestar se da según los pensamientos, acciones, y experiencias y se puede controlar o manejar estos mismos, por ejemplo, cuando somos positivos tenemos tendencia a estar con un mejor estado emocional. Cuando buscamos relacionarnos con los demás, tendemos a tener un mejor bienestar emocional. Además cuando en lo que hacemos o trabajamos nos disgusta o lo perdemos nuestra felicidad empieza a disminuir ya que esto nos afecta. De esta manera podemos ver cuantos tipos de bienestar existen. Estos ejemplos comienzan a revelar el alcance del bienestar y cuantos tipos de bienestar hay. Dado que el bienestar es una rama tan amplia, la dividiremos de diferentes maneras para abordar de manera más clara y concisa la salud física desde la primera, es decir, la ausencia de enfermedades y las funciones corporales normales. Cuerpo.

Para obtener una buena salud física y obtener un estilo de vida mas saludable, es importante cuidarnos en la alimentación y hacer ejercicio con regularidad, seguido de este podemos ver el bienestar psicológico o mental que se basa en la evaluación general de la vida de una persona, incluida la vida personal y la vida relacionada con el medio ambiente. (Trueba, 2009).

Esta calificación completamente subjetiva determina el grado de satisfacción personal y afecta directamente los sentimientos, pensamientos y comportamiento de una persona. Luego vemos la salud emocional, que se refiere a la capacidad de comprender y controlar las propias emociones negativas y positivas. Se trata de una profunda autoconciencia y la capacidad de actuar

adecuadamente en diferentes situaciones, y por último tenemos el bienestar social, destacando la capacidad de construir relaciones sanas, equilibradas y de calidad impulsadas por la comunicación, el apoyo y las emociones. Es importante saber que desarrollar el bienestar social es una de las mejores formas de crear bienestar emocional. Cuando nos sentimos socialmente conectados, también nos sentimos mejor, tenemos más emociones positivas y somos más capaces de enfrentar los desafíos, por lo que es importante construir nuestro bienestar social. (Trueba, 2009).

### **Las técnicas de autoconocimiento**

Según Suanes (2009), El autoconocimiento es la capacidad de una persona para conocerse a sí misma y descubrir sus fortalezas, cualidades, debilidades y características. Los conceptos de autoconocimiento y autoestima van de la mano. Cuanta más confianza en ti mismo tengas, más autoestima podrás mantener y realizar todo tu potencial. El autoconocimiento te permite valorarte a ti mismo, ser más paciente con tus errores y descubrir tus habilidades para poder mejorarlas mejor. Es importante desarrollar la autoconciencia para lograr el equilibrio interior y la salud emocional

..

El autoconocimiento, según Paya (1992), Esta es la clave de la salud mental de las personas, porque quien mejor se conoce a sí mismo sabe lo que quiere en la vida, no solo en los grandes proyectos, sino también en la vida cotidiana. Se entienden y saben gestionar mejor sus emociones incluso en los momentos más difíciles. El mundo que te rodea puede ser inestable, pero tu mundo interior no lo es. De hecho, uno de los conceptos más influyentes en psicología en las últimas

décadas es la inteligencia emocional, y la autoconciencia es el punto de partida para llegar a ser emocionalmente inteligente. Ser conscientes de nuestras emociones y comprender su significado para nosotros va de la mano con la autorreflexión y la mejora de nuestra salud mental.

Corbin (2017) considera que el autoconocimiento es la clave para el desarrollo personal, ya que nos ayuda a establecer metas realistas y nos permite saber dónde estamos en el camino de nuestra vida. Nos ayuda a planificar porque también nos permite saber qué pasos y acciones debemos tomar para llegar a donde queremos ir. Por eso, los profesionales del desarrollo personal ayudan a sus clientes a ponerse en contacto consigo mismos.

El autoconocimiento nos ayuda a darnos cuenta de las fortalezas y debilidades de cada uno, según Corbin (2017), también es clave para el desarrollo y fundamental en determinadas etapas de la vida, porque la confusión nos impide ver el futuro con claridad. Mejorar el autoconocimiento es el punto de partida para mejorar nuestro bienestar general.

### ***Factores de riesgo y protectores (emocionales)***

Según Senado Dumoy, Justo. (1999), Un factor de riesgo es una característica o condición identificable de cualquier persona o varias personas que están asociadas con una exposición particular a la posibilidad de desarrollar una enfermedad o condición dañina para la salud. Estas características están asociadas con tipos específicos de daño a la salud.

Los factores de riesgo pueden hallarse en individuos, familias, comunidades y el entorno, y cuando se combinan, sus efectos se potencian. La pobreza, el analfabetismo, la desnutrición y las enfermedades concurrentes son factores que influyen en el bajo peso al nacer.

Y a partir de lo que dijo Santi (1999) podemos entender más a fondo porque son importantes estos factores:

En conjunto, tomar estos factores de riesgo en conjunto puede identificar a los jóvenes que son más propensos a daños como accidentes, embarazos precoces, abuso de sustancias, enfermedades de transmisión sexual y suicidio. Por lo tanto, los sistemas sociales y de salud deben promover el desarrollo de factores protectores que promuevan el crecimiento y la maduración saludable y adecuada de los adolescentes, como una construcción de una autoestima suficiente que les permita afrontar los problemas que trae el día a día con responsabilidad; proporcionar espacios sociales adecuados para el apoyo familiar y brindar oportunidades de desarrollo educativo y cultural que promuevan la solución de dichos problemas, ya que la falta de soluciones puede conducir a un alto nivel de desesperanza e impotencia en los jóvenes, lo que nos puede llevar a la autodestrucción y el suicidio.

## **Método**

### ***Tipo de estudio***

El presente trabajo es un estudio cualitativo, ya que observará y recopilará datos no numéricos. Según Mejía (2011), la investigación cualitativa recoge los discursos de los participantes, para así interpretarlos, analizarlos y relacionarlos con un significante que se puede dar en cierto fenómeno, cultura o ideología.

Será un estudio descriptivo transversal, en tanto el estudio pretende analizar cómo se da el fenómeno de la creación de enfermedades a nivel psicológico o físico, a partir de los factores emocionales y la propia creencia de los sujetos. El tipo de diseño de investigación será un estudio de caso, el cual según De Bruyne et al. (1974), reúne información empírica de la situación investigada, sea por medio de entrevistas, observaciones, bases de datos, etnografía, etc. En este caso se describirán los factores emocionales que influyen en la creación de enfermedades de nivel psicológico o físico en un grupo de adolescentes de la ciudad de Medellín.

Finalmente, el método utilizado es fenomenológico-hermenéutico, según Ramírez, (2016), esto quiere decir que la investigación se hace de acuerdo a la realidad de cada una de las personas que se va a entrevistar. La fenomenología- hermenéutica Se centra en la experiencia subjetiva de individuos y grupos; trata de revelar el mundo experimentado por el sujeto a través de sus relatos sobre el mundo vivo.

### ***Participantes***

De acuerdo a Navarrete *et al.* (2011), la metodología de investigación fenomenológico hermenéutico nos ayuda y nos soporta a la realización de esta investigación. Se entrevistarán seis (6) individuos, mayores de edad, de la ciudad de Medellín, tres (3) que hayan padecido alguna enfermedad física y otros tres (3) que hayan padecido alguna enfermedad psicológica. Los participantes serán obtenidos por medio de la técnica de bola de nieve (Navarrete et al., 2011), en la que, por medio de individuos relacionados directamente con el investigador, se indagará sobre allegados que cumplan con los criterios de la investigación. Como criterios de selección de los participantes se tuvo en cuenta el sexo, tres mujeres y tres hombres, y la edad, entre los 18 y 22 años, que residieran en la ciudad de Medellín y llevarán al menos dos años con síntomas físicos o psicológicos (Tabla 1).

**Tabla 1.**  
***Datos generales de los entrevistados.***

Entrevistado	Género	Edad	Carrera y semestre	Fecha de la entrevista
1	Femenino	19	Comunicación 2	15 de abril
2	Femenino	18	Mercadeo 1	13 de abril
3	Femenino	23	Ingeniería civil 7	13 de abril
4	Masculino	23	Arquitectura 9	15 de abril
5	Masculino	21	Administración	15 de abril

			5	
6	Masculino	22	Mercadeo 6	14 de abril

*Nota.* Fuente: Elaboración propia

### ***Instrumentos***

En el presente estudio se utilizó la entrevista semiestructurada, la cual consiste en realizar una conversación protocolaria, pero también flexible, en la que el investigador puede seguir cualquier idea o aprovechar creativamente toda la entrevista. Esta entrevista constó de un consentimiento informado (Anexo 2), cumpliendo con las consideraciones éticas de La ley 1090 del 2006 (Díaz, 2013).

Para la construcción de las preguntas y el consentimiento informado se tuvo en cuenta las siguientes categorías de rastreo (Tabla 2 y 3).

**Tabla 2.**  
***Relación entre objetivos específicos y categorías de rastreo de la información***

Objetivos específicos	Categorías de rastreo/ análisis de datos
Caracterizar los factores de riesgo y estrategias de afrontamiento emocionales en una población de un grupo de adolescentes de la ciudad de Medellín, desde su propia percepción.	Factores de riesgo y estrategias de afrontamiento emocionales en una población de un grupo de adolescentes de la ciudad de Medellín
Identificar los síntomas físicos y psicológicos activados por la influencia de las emociones en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín, desde su propia percepción.	Síntomas físicos y psicológicos activados por la influencia de las emociones en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín

Identificar diferentes factores protectores de un grupo de adolescentes para dar cuenta de sus propias emociones y que, desde su percepción, funcionan como factores que protegen de la activación de síntomas, desde su percepción.	factores protectores de un grupo de adolescentes para dar cuenta de sus propias emociones y que, desde su percepción, funcionan como factores que protegen de la activación de síntomas

*Nota.* Fuente: Elaboración propia.

### **Tabla 3.**

#### **Preguntas de la entrevista semiestructurada.**

##### ***Categoría 1***

1. ¿En qué momentos crees que ese síntoma se te activa?
2. ¿Qué pasó en ese momento en tu vida, como estabas?
3. ¿Sabes que situaciones afectan tu estado anímico y por qué?

##### ***Categoría 2***

1. ¿Qué síntomas físicos o psicológicos sufres actualmente o sufriste en algún momento (pregunta base)?
2. ¿Qué síntoma psicológico se te genera un momento de malestar emocional?

3. ¿Qué afectación física se te genera cuando estas en un momento de malestar emocional?

### ***Categoría 3***

- 1.¿Cuándo estas en un mal momento qué haces para sobrellevarlo o salir de este?
- 2.¿Qué te genera bienestar en tu vida?
- 3.Cuando detectas una situación que te genera malestar, ¿qué haces?

*Nota.* Fuente: Elaboración propia.

### **Procedimiento**

La presente investigación se realizó a partir de tres fases: La primera fase constó de la contextualización teórica y epistemológica, en la que se establecieron los antecedentes de la investigación, como también se describieron teóricamente los conceptos y términos principales. La segunda fase consistió en la construcción y pilotaje de los instrumentos, para así reconocer las oportunidades de mejora de la misma y obtener mejores preguntas, que permitan mejorar la calidad de la investigación. Por último, se transcribieron y analizaron las entrevistas semiestructuradas, a partir de la técnica de análisis del discurso, se enfoca en el discurso como interacción, analiza a detalle las estructuras de la conversación, para así evidenciar elementos empíricos que sirvan en pro de la investigación, para que de este modo se aplique de forma satisfactoria el estudio de caso. (Karam, 2005).

### ***Procedimiento de análisis de la información***

Para analizar la información de las entrevistas, se siguió el siguiente procedimiento. 1. En la matriz categorial dividí los objetivos específicos por categorías y se incluyeron las partes de la entrevista que correspondían a cada categoría. Esas categorías las dividí para sacar subcategorías y de estas saqué unos códigos para con estos lograr hacer la sistematización; todo este proceso se puede evidenciar en las siguientes tablas (Tablas 4 y 5). Al final, en el Anexo 1, se incluye el resumen del diseño del trabajo.

#### **Tabla 4.**

#### **Estructura categorial.**

Categorías	Subcategorías	Códigos
Factores de riesgo y estrategias de afrontamiento emocionales en una población de un grupo de adolescentes de la ciudad de Medellín	Factores de riesgo	Factores de riesgo
	Estrategias de afrontamiento	Estrategias de afrontamiento
Síntomas físicos y psicológicos activados por la influencia de las emociones en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín	Síntomas físicos	Síntomas físicos
	Síntomas psicológicos	Síntomas psicológicos
Factores protectores de un grupo de adolescentes para dar cuenta de sus propias emociones y que, desde su percepción, funcionan como factores que protegen de la activación de síntomas	Factores protectores	Factores protectores

*Nota.* Fuente. Elaboración propia.

**Tabla 5. Cuadro de análisis.**

Entrevista	Código	Cita textual	Línea(s)	Subcategoría	Categoría
------------	--------	--------------	----------	--------------	-----------

*Nota.* Fuente. Elaboración propia.

### Consideraciones éticas.

El estudio actual fue diseñado de acuerdo con el Código de Ética para Psicólogos descrito en el Código de Moral y Bioética colombiano 1090 de 2006, que garantiza que todas las prácticas se realicen teniendo en cuenta el bienestar de todos los participantes

Está regulado además por la Resolución de 1993 No. 8430, que establece las normas para la realización de investigaciones en el campo de la salud. Los participantes de la investigación firmaron un formulario de consentimiento informado que les permitirá ser entrevistados sobre los objetivos de la investigación además del marco verbal.

## **Resultados**

Podemos observar los diferentes resultados que logramos extraer de las entrevistas semiestructuradas que se realizaron de acuerdo a las categorías y a las subcategorías que nos ayudaron a la realización de las entrevistas para así llegar a encontrar la relación entre factores emocionales y síntomas psíquicos y físicos desde la perspectiva de cada persona.

### ***Categoría 1: factores de riesgo***

En esta categoría vemos como, desde el punto de vista de los entrevistados, se puede evidenciar que las situaciones de las personas del día a día se convierten en factores de riesgo tanto para las personas que padecen un síntoma físico o psicológico o para aquellas que no lo padecen, pero esto puede desatar algunas sintomatologías.

### ***Subcategorías: 1. personales, 2. sociales, 3. Familiares***

En estas subcategorías se puede observar que a la mayoría de los sujetos les afectan los problemas personales, sociales y familiares. En los siguientes fragmentos sacados de las entrevistas se puede evidenciar.

Sujeto 1: “Me considero una persona que quiere las cosas muy rápido y quiere hacer siempre las cosas bien. Eso me genera mucha ansiedad y también lo representó con la comida”.

(E1, C1, S.1, F8)

“Bueno, eso fue en la pandemia. Y no pues en mi familia siempre hemos salido mucho y en la pandemia, cuando pues estábamos en el confinamiento, nosotros no salíamos porque a mi mamá le daba mucho miedo y ahí empecé a generar, pues ansiedad, entonces me daban ganas de llorar, me daban ganas de hacer cosas, o sea, hice de todo y empecé pues representar los síntomas”. (E1, C1, S.3, F12).

“Sí, pues se ha identificado algunas situaciones, no me gusta pelear con mi mamá, eso me altera mi estado de ánimo, no me gusta tener días sin nada para hacer, porque eso también me hace sentir sedentaria e inútil, entonces me altera el estado de ánimo”. (E1,C1,S.3,F16).

Sujeto 2:

“Tenía una situación familiar que me genero mucho estrés porque mi papá se enfermó. El producto de eso genero un trastorno de ansiedad.” (E2, C1, S.3, F10).

“Sí situaciones estresantes en el trabajo o con mis familiares”. (E2, C1, S.3, F14).

Sujeto 3:

“Pues se me activa es cuando tengo altibajos emocionales, entonces es con ciertas comidas también uno se vuelve como más sensible”. (E3, C1, S.1, F10).

“Pues el estrés y la preocupación, pues como que me puso el colon irritable”. (E3, C1, S.1, F12).

“Generalmente es el estrés laboral cuando tengo ya mucho estrés laboral”. (E3, C1, S.2, F14).

Sujeto 4:

“Con los problemas, con el estrés, básicamente con eso”. (E4,C1,S.1,F8).

“De pronto, problemas familiares, problemas laborales o económicos y problemas emocionales, claro, a nivel de relaciones amorosas, cosas de esas, eso me afecta mucho”. (E4, C1, S.3, F12).

Sujeto 5:

“Sí siempre he sido súper organizado, pues impecable y ahora pues con los sistemas que yo trabajo con el área de sistemas, todo tiene que estar organizado y en su punto”. (E5, C1, S.1, F14).

“Cuando hay problemas en la familia”. (E5, C1, S.3, F18).

Sujeto 6:

“A veces cuando tengo cargas de estrés laboral o cuando tengo mucho estudio y de pronto pienso mucho en las materias que me cuestan un poco entender por decirlo así” (E6, C1, S.2, F6).

Según lo anterior, podemos notar que a la mayoría de los entrevistados les afectan situaciones similares y de esto desencadenan síntomas. A casi todos los entrevistados vemos que al tener problemas personales, familiares y sociales se les generan síntomas como el estrés y la ansiedad. Teniendo en cuenta que estos síntomas psicológicos son los más comunes en la sociedad, de acuerdo al artículo de Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, 2022).; Además, en este estudio podemos verificar esto.

***Categoría 2: síntomas***

En esta categoría se puede encontrar los síntomas físicos y psicológicos de las personas entrevistadas que se les genera de acuerdo a dichas situaciones de riesgo.

***Subcategorías: 1. síntomas físicos, 2. síntomas psicológicos***

Con estas subcategorías podemos identificar cómo las situaciones afectan a las personas y de qué manera se pueden representar en ellas, es decir, con qué síntomas físicos o psicológicos o ambos. De acuerdo a lo anterior lo podemos evidenciar en estos siguientes fragmentos de las entrevistas.

Sujeto 1:

“Me da migraña, me dan ganas de vomitar y me da un taco en la garganta, pues son cosas que aprendí a diferenciar con terapia. Y que son cosas que he estado somatizando, entonces sé que cuando pasa eso es porque algo malo está pasando”. (E1, C2, S.1, F22)

Sujeto 2:

“Como te mencionaba antes, temblores, siento taquicardia, siento a veces dolor en el estómago, y en general siento como una sensación como que me confundo mentalmente, o sea, en esos momentos de mucha ansiedad siento una sobrecarga de pensamientos como de confusión mental también”. (E2, C2, S.1, F18).

Sujeto 3:

“Pues la parte emocional me afecta demasiado el colon”. (E3, C2, S.1, F6)

“Me da gastritis y colon irritable; básicamente eso” (E3, C2, S.1, F20).

“He sufrido de ansiedad, pues, pero por momentos o circunstancias que he tenido en la vida, se me ha disparado solamente una vez cuando tenía como 16 años que mi papá tuvo un accidente y desde ahí empecé a presentar síntomas”. (E3, C2, S.2, F4).

Sujeto 4:

“En el momento sufro de un problema de la columna. Es un problema físico de la columna que me afecta la cervical 3”. (E4, C2, S.1, F6).

“Bueno a ver cómo yo tengo un cierto dolor en la pierna izquierda, pienso que cuando tengo más problemas emocionales o psicológicos la pierna izquierda, pues tiende a dolerme más a tener una especie de calambre, básicamente en mi problema de la cervical 3 sería eso no más, o sea que cuando estás más relajado, eso está mejor, cuando estoy en completa calma, tranquilidad, sin problemas, si mi pierna trabaja mucho mejor”. (E4, C2, S.1, F14).

Sujeto 5:

“Me da dolor de cabeza o me da también dolor de espalda, pues cuando tengo como estrés por problemas en la familia”. (E5, C2, S.1, F20)

“Los síntomas que tengo en algunos momentos son asociados al toc, al trastorno obsesivo compulsivo”. (E5, C2, S.2, F4)

“Con el aseo y la organización en general”. (E5, C2, S.2, F8)

Sujeto 6:

“Actualmente en el momento es como gastritis en el cuerpo y eso me genera cierta psicosis psicológica por decirlo así”. (E6, C2, S.1, F4).

“Un poco de gastritis, pero también me genera un poco de estrés y el estrés me da un poco de mal genio, entonces eso también repercute como en otra situación maluca y compleja que me puede llevar a un mal momento con las personas que me rodean, con las personas con las que actuales estoy estudiando”. (E6, C2, S.1, F16).

Según lo anterior podemos ver que a estas personas las dificultades que tienen en su vida diaria les afecta y esto se ve representado en estos síntomas. A todos los entrevistados cuando están pasando por un mal momento se les ve reflejado en su cuerpo con los síntomas físicos o psicológicos y en la mayoría de estos entrevistados prevalecen los síntomas que gran parte de su vida han sufrido, como ansiedad, estrés, problemas de gastritis y gastrointestinales que podemos ver que todo esto va muy relacionado y de la mano con las emociones que experimentan en su día a día.

### ***Categoría 3: factores protectores***

Esta categoría tiene como fin conocer los factores protectores desde la percepción de los jóvenes entrevistados, es decir, las situaciones que protegen a la persona de que se generen estos síntomas físicos o psicológicos, debido a diferentes problemas que los desencadenan.

#### ***Subcategorías: 1. actividad física, 2. autoconocimiento, 3. actividades de distracción***

Estas subcategorías son las estrategias que las personas utilizan para evitar o manejar los síntomas físicos o psicológicos o las situaciones de su entorno que los desencadenan, según

podemos ver en las entrevistas. En los siguientes fragmentos de las entrevistas podemos evidenciar lo anterior.

Sujeto 1:

“Trato de mantener mi mente ocupada así no sea pues como la mejor salida, porque es un mecanismo de evasión, igualmente trato de distraerme pensar en otras cosas y de poner el foco de mi vida en otra situación que no sea lo que me atormenta”. (E1, C3, S.3, F26).

“Mi familia, compartir tiempo con ellos, salir también con mis amigos y mi perro”.

(E1, C3, S.3, F28)

Sujeto 2:

“Cuando estoy en un mal momento, trato de apoyarme en la respiración en una serie de técnicas de respiración y trató de distraer la mente, trato de hacer alguna otra actividad que me distraiga en ese momento de ansiedad” (E2, C3, S.2, F22).

“Estar con mi familia, estar con mis amigos y estar con mis mascotas y cuidarme a mí misma me genera mucho bienestar”. (E2, C3, S.3, F24).

Sujeto 3:

“Voy al gimnasio a entrenar, como a eliminar energía, y dormir”. (E3, C3, S.1, F22)

“Hacer deportes, estar con mis amigos, con mi familia, con mi mascota y salir”. (E3, C3, S.3, F24)

“Busco algo en que estar ocupado, practico yoga, o me pongo a pintar, me pongo a dibujar, a escuchar música, bailar, etc.”. (E3, C3, S.3, F26)

Sujeto 4:

“Bienestar, pues muchas cosas hacer deporte me genera bienestar porque me gusta jugar fútbol y me sale salir con mi hijo.” (E4, C3, S.1, F18).

“Pues tratar de evitarla de alguna manera, Pensar en cosas positivas en otras cosas. Si es un problema económico, pues hay que pensar como que uno puede salir adelante si es un problema emocional igualmente”. (E4, C3, S.2, F22).

Sujeto 5:

“Hago deporte, me encanta hacer deporte”. (E5, C3, S.1, F30).

“El deporte, los amigos, la pareja y la familia”. (E6, C3, S.3, F34).

Sujeto 6:

“El deporte.” (E6, C3, S.1, F22)

“A veces si trato como de enfocarme en lo que tengo que enfocarme y trato de calmarme porque es una situación que tengo que también buscarle un autocontrol para tratar de no dejarme sobrellevar de una situación como ésta”. (E6, C3, S.2, F18).

Según lo anterior podemos observar que la mayoría de los entrevistados los factores protectores que los protegen de dichos síntomas se asemejan mucho ya que todos los entrevistados dicen que el compartir en familia o con sus amigos les ayuda bastante a estar bien, a salirse de los pensamientos negativos y o a mitigar esas situaciones de malestar. haciendo lo

que les gusta, distrayéndose, haciendo deporte, encontrándose con ellos mismos para así tener una mejor estabilidad emocional

A continuación, presentaré un cuadro que resume los hallazgos encontrados en las entrevistas con sus respectivas categorías subcategorías y resultados.

**Tabla 5**

**Síntesis de los hallazgos.**

Categorías	Subcategorías	Resultados
Categoría 1: Factores de riesgo	1. Personales	1. Tendencia al estrés.
	2. Sociales	1. Problemas laborales. 2. Problemas económicos.
	3. Familiares	1. Conflicto con la mamá.
Categoría 2: Síntomas	1. Síntomas físicos	1. Gastritis 2. Gastrointestinales 3. Migraña

	2. Síntomas psicológicos	1. Estrés 2. Ansiedad
Categoría 3: Factores protectores	1. Actividad física	1. Deporte 2. Yoga
	2. Autoconocimiento	1. Meditación, 2. Psicoterapia.
	3. Actividades de distracción	1. Salir con amigos. 2. Estar con la familia. 3. Pintar. 4. Pensar en otras cosas.

*Nota.* Fuente. Elaboración propia.

### ***Síntesis***

En este cuadro podemos observar las tres categorías, con sus subcategorías y con los resultados que deducimos de las entrevistas realizadas. Podemos ver que para la mayoría de los entrevistados los factores que los ponen en riesgo frente a un síntoma físico o psicológico son los problemas familiares como conflictos con sus madres, también los problemas sociales, como el estrés laboral.

Los síntomas físicos y psicológicos que más destacamos son la ansiedad, el estrés, la gastritis problemas gastrointestinales y migrañas. Los factores que los protegen de dichos síntomas serían el deporte, que vemos que en casi todos los entrevistados les ayuda para mitigar las situaciones desafiantes en su vida, el estar compartiendo con sus seres queridos, y el hacer cosas que les guste como pintar o salir. Con esto podemos resumir de alguna manera los principales hallazgos que se encontraron en las entrevistas.

## **Discusión**

Ferreira y Quintero (2017) plantean que un deterioro en la salud mental puede causar un deterioro físico: a más mala salud mental más sufre el cuerpo y más enfermedades físicas padece. Por ejemplo, el entrevistado número 3 hablaba acerca de que el estrés le causaba gastritis. Muchas emociones las somatizamos, por eso es importante tener estabilidad y salud mental, de allí parte la salud física y la estabilidad corporal.

Pudimos evidenciar que el entorno y la sociedad en la que vivimos afecta mucho la manera en la que nos sentimos, pero esa misma sociedad es quien ha inculcado que hay que estar bien y no se puede sentir emociones no tan buenas. Por esta razón, todas las personas a las que entrevistamos luchan constantemente con esas emociones malas y tratan de dispersarlas y no tenerlas presente en sus vidas, a su manera y con las pocas herramientas que tienen usan mecanismos de afrontamiento y ayuda para no sentir aquellas cosas que no quieren.

Ruiz (2016) expresan que las emociones se manifiestan de diferentes maneras, en muchos casos se genera estrés, el estrés lo vimos presente casi en todas las entrevistas que se hicieron y las

personas a partir de este se daban cuenta que algo no estaba bien en sus vidas y tenían que canalizarlo para que no se les generara el síntoma físico. En uno de los casos había colon irritable, un síntoma que se relaciona completamente con las emociones y los sentimientos según Rodríguez (2022).

La OMS define la salud como bienestar tanto físico, como mental, como cultural y económico. En las entrevistas podemos evidenciar cómo los factores protectores hacen que la persona haga perdurar en el tiempo el sentimiento de satisfacción para así convertirse en bienestar. Factores como hacer deporte, pasar tiempo con la familia, amigos y mascotas hacen que dichos entrevistados tengan bienestar en sus vidas y, por ende, salud.

El autoconocimiento es otro de los factores importantes para tener salud mental. En las entrevistas se evidenciaron varias técnicas de autoconocimiento, el hecho de que las personas fueran conscientes de los síntomas que presentaban y de los factores protectores y posibles soluciones para mejorarlo es saber en qué están y tener conocimiento acerca de su cuerpo y mente. Paya (1992), menciona que el autoconocimiento es fundamental para la salud mental de las personas y que aquellas personas que se conocen bien van a tener control de sus emociones incluso en momentos desafiantes, de esta manera, se podrían evitar esos síntomas psicológicos y físicos.

Finalmente, podemos ver que todos los factores emocionales mencionados por los entrevistados se relacionan con síntomas físicos, según su propio punto de vista. El cuerpo es el puente de advertencia para que las personas se den cuenta que algo no está bien y todos los factores ambientales y sociales en cierto punto pueden afectar esto. También, los síntomas físicos afectan de alguna manera la parte emocional y psicológica de la persona.

## **Conclusión**

En la investigación pudimos dar cuenta de qué hay diferentes factores de riesgo emocionales que alteran la salud de las personas, desde su propio punto de vista. La mayoría de estos son debido a problemas de la vida cotidiana. La ansiedad y la tristeza prolongada en el tiempo que se denomina como depresión son factores claves que encontramos con síntomas físicos como gastritis, migrañas, etc.

Además, situaciones de la vida cotidiana como peleas con los familiares, duelos, problemas de pareja, afectan la salud de cada una de las personas con las que se estuvo haciendo este estudio que finalmente nos dio como resultado que, desde la perspectiva de los entrevistados, es posible que cada una de las emociones se somaticen y se convierten en afecciones físicas si no se trabajan y se canalizan de manera rápida y sana.

De acuerdo a las entrevistas realizadas se puede observar lo que se ha venido hablando en la investigación que es la aparición de los síntomas en las personas y es importante para futuras investigaciones de organizaciones grandes realizar una mayor cantidad de entrevistas para así poder tener más datos provechosos del tema tratado.

## **Referencias bibliográficas**

Añazco, J. (2020). El síntoma. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas*. 37 (3).  
<https://doi.org/10.18537/RFCM.37.03.09>

Asociación Española Contra el Cáncer. (2013). Las Emociones, Comprenderlas para Vivir Mejor. Blog Colegio de Educación Infantil y Primaria Pablo Picasso La Línea. España. Recuperado de [ceippablopicassolalinea.blogspot.com](http://ceippablopicassolalinea.blogspot.com)

Carles, R. F. (2017). *Mindfulness práctico*. Comercial Grupo ANAYA, S.A.

CDC (2022). *Afecciones mentales: Depresión y Ansiedad*. Centers for Disease Control and Prevention.  
<https://www.cdc.gov/tobacco/campaign/tips/spanish/enfermedades/tabaquismo-afecciones-mentales-depresion-ansiedad.html>

Couñago, A. (2020). ¿Qué es el bienestar? Definición y tipos. *Revista Unycos*. <https://bit.ly/3e4Rjlq>

De Bruyne, P; Hernan, J y De Shchoutheete, M. (1974). La dinámica de la investigación en ciencias sociales. *Dinámica de la Investigación en Ciencias Sociales*. Presses Universitaires France.  
<https://es.scribd.com/document/460876324/1-DINAMICA-DE-LA-INVESTIGACION-EN-CS-Paul-D-BRYUYNE#>

Desviat, M. (2010). Síntoma, signo e imaginario social. *Revista de la Asociación de Especialistas en Neuropsicología*. 105 (5). <https://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/v30n1/>

Devritch, G. (2020). *¿Qué es el bienestar? Definición, tipos y habilidades para el bienestar*. Psychology today.  
<https://www.psychologytoday.com/co/blog/que-es-el-bienestar-definicion-tipos-y-habilidades-para-el-bienestar>

Díaz, L. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en Educación*.  
[redalyc.org/pdf/3497/349733228009.pdf](http://redalyc.org/pdf/3497/349733228009.pdf)

- Dueñas Buey, M. L., (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. *Educación XX1*, (5), 77- 96. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70600505>
- Galland, M.; Panduro, A. (2001). Emociones y genes. *Investigación en Salud*. 3 (99). 35-40. <https://www.redalyc.org/pdf/142/14239906.pdf>
- Gascón, H. (2003). Autoconocimiento y Formación: Más allá de la Educación en Valores. *Tendencias psicológicas* (8), 13-42. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1012015>
- Gómez, A. (2007). Salud física y salud mental. Un binomio indisoluble. *Revista Farmacia Profesional*. 21 (7). <https://bit.ly/3vT4R9v>
- Karam, T., (2005). Una introducción al estudio del discurso y al análisis del discurso. *Global Media Journal México*, 2(3), 0. <https://www.redalyc.org/pdf/687/68720305.pdf>
- Navarrete, J. M. (2011). Problemas centrales del análisis de datos cualitativos. *Revista latinoamericana de metodología de la investigación social*, (1), 47-60. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5275948.pdf>
- Toro, P. (2021). *Hoy somos más conscientes de nuestra salud mental*. La Tercera. <https://www.latercera.com/opinion/noticia/columna-de-pablo-toro-hoy-somos-mas-conscientes-de-nuestra-salud-mental/WGZGOMEFQ5ARPIWXNFVM4EZLVA/>
- Mejía, A. (2011). *La dinámica de la investigación en Ciencias Sociales y Humanas en el contexto del sistema colombiano de Ciencia, Tecnología e Innovación*. [Trabajo de grado. Maestría en Administración]. Universidad EAFIT. Medellín, Colombia. <https://repository.eafit.edu.co/handle/10784/1155>
- Molano, J.; Piñeros, S.; López, C. (2009). Factores emocionales e impacto sobre la escolaridad y actividad social en adolescentes con dispepsia y reflujo gastroesofágico. *Revista Colombiana de*

*Gastroenterología, Endoscopia digestiva, Coloproctología y Hepatología.* 14 (2). 364-372.  
<http://www.scielo.org.co/pdf/rcg/v24n4/v24n4a06.pdf>

Pacheco, N., & Fernández-Berrocal, P. (2013). Inteligencia emocional en adolescentes. *Padres Y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, (352), 34-39.  
<https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/1170>

Nespereira-Campuzano, T., & Vázquez-Campo, M. (2017). Inteligencia emocional y manejo del estrés en profesionales de Enfermería del Servicio de Urgencias hospitalarias. *Enfermería Clínica*, 27(3), 172-178. <https://medes.com/publication/121697>

Orejuela, J. (2018). *La clínica del trabajo: Malestar derivado de la fragmentación laboral.*  
<https://repository.eafit.edu.co/handle/10784/2620>

Organización Mundial de la Salud. (s.f.). *Salud de la madre, el recién nacido, del niño y del adolescente.*  
 OMS Who International. <https://bit.ly/3h2YMU3>

OPS/OMS (s.f.). *Depresión.* Organización Panamericana de la Salud. <https://www.paho.org/es/temas/depresion>

Otero, M. (2006). Emociones, Sentimientos y Razonamientos en Didáctica de las Ciencias *Revista Electrónica de Investigación en Educación en Ciencias.* 1 (1). 24-53.  
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273320433004>

Paya, M. (1992). El autoconocimiento como condición para construir una personalidad moral y autónoma. *Comunicación, Lenguaje y Educación.*(15). 69-76.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/126263.pdf>.

- Peña, A.; Paco, O. (2003). El concepto general de enfermedad. Revisión, crítica y propuesta Tercera parte: un modelo teórico de enfermedad. *Anales de la Facultad de Medicina*. 64 (1). <http://www.scielo.org.pe/pdf/afm/v64n1/a08v64n1.pdf>
- Pérez, V. (2021). *Saludesfera*. Salud esfera. <https://saludesfera.com/author/vanesaperez/page/6/>
- PSISE. Servicio de Psicología Clínica del Desarrollo. Unidad de Observación y Diagnóstico Funcional. (2017, 20 diciembre). *Dolor físico y trastornos emocionales: ¿qué relación existe entre ellos?*. <https://psisemadrid.org/dolor-fisico-y-trastornos-emocionales-que-relacion-existe-entre-ellos/>
- Ramírez Perdomo, C. (2016). Fenomenología hermenéutica y sus implicaciones en enfermería. *Index de Enfermería*, 25(1-2), 82-85. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-12962016000100019&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962016000100019&lng=es&tlng=es).
- Ramírez-Ortiz J, Castro-Quintero D, Lerma-Córdoba C, Yela-Ceballos F, Escobar-Córdoba F. (2020). Mental health consequences of the COVID-19 pandemic associated with social isolation. *Colombian Journal of Anesthesiology*.48(4):e930. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-33472020000400301](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-33472020000400301)
- Rodríguez, P. M., Del Pino, D. A. & Alvaredo, R. B. (2011). Emociones y salud. De lo psicológico a lo fisiológico. *Revista Psicología Científica.com*, 13(13). <https://psicolcient.me/407zv>
- Rodríguez, J.; Linares, V.; Gonzales, A.; Guadalupe, L. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Summa Psicológica*. 16 (2). <https://www.redalyc.org/pdf/1342/134213131007.pdf>.
- Rodríguez, R. (2022). *Aspectos psicológicos del Síndrome de Intestino Irritable*. Psiquion-Plataforma de psicología online. <https://www.psiquion.com/blog/aspectos-psicologicos-sindrome-intestino-irritable>
- Ruiz, C. (2016). *MindFulness práctico. Reduce el estrés y vive en conciencia plena*. Editorial Oberon.

- Santi, P. H. (1999). Principales factores de riesgo psicológicos y sociales en el adolescente. *ResearchGate*. [https://www.researchgate.net/publication/262471531\\_Principales\\_factores\\_de\\_riesgo\\_psicologicos\\_y\\_sociales\\_en\\_el\\_adolescente](https://www.researchgate.net/publication/262471531_Principales_factores_de_riesgo_psicologicos_y_sociales_en_el_adolescente)
- Suanes, M. (2009). Autoconocimiento y autoestima. *Revista Temas de Educación*. 19 (7). <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd6409.pdf>
- Senado Dumoy, J. (1999). Los factores de riesgo. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 15(4), 446-452. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21251999000400018&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21251999000400018&lng=es&tlng=es).
- Gañán, A.; Correa, J.; Ochoa, S.; Orejuela J. (2020). Tecnoestrés laboral derivado de la virtualidad obligatoria por prevención del Covid-19 en docentes universitarios de Medellín (Colombia). *Trabalho* (En) *Cena*, 6, (1). [https://www.researchgate.net/publication/349705853\\_Tecnoestres\\_laboral\\_derivado\\_de\\_la\\_virtualidad\\_obligatoria\\_por\\_prevenccion\\_del\\_Covid-19\\_en\\_docentes\\_universitarios\\_de\\_Medellin\\_Colombia](https://www.researchgate.net/publication/349705853_Tecnoestres_laboral_derivado_de_la_virtualidad_obligatoria_por_prevenccion_del_Covid-19_en_docentes_universitarios_de_Medellin_Colombia)
- Trueba, C. (2009). La teoría aristotélica de las emociones. *Revista Signos Filosóficos*. 11 (22). [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-13242009000200007](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-13242009000200007)

## ANEXOS

TITULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	MARCO DE REFERENCIAS CONCEPTUALES	METODO			
				Tipo de Estudio	Sujetos	Instrumento	Procedimiento
		<p><u>General</u></p> <p>Describir la percepción de factores emocionales que influyen en la aparición de síntomas psicológicos o físicos en un grupo de jóvenes universitarios de la ciudad de Medellín.</p>					
<p>PERCEPCIÓN DE FACTORES EMOCIONALES QUE INFLUYEN EN LA APARICION DE SINTOMAS PSICOLOGICOS O FISICOS EN UN GRUPO DE JOVENES UNIVERSITARIOS DE MEDELLÍN (COLOMBIA)</p>	<p><i>Describir la percepción de factores emocionales que, según su propia percepción, influyen en la aparición de síntomas psicológicos o físicos en un grupo de jóvenes universitarios de la ciudad de Medellín.</i></p>	<p><u>Específicos</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterizar los factores de riesgo emocionales en una población de un grupo de jóvenes universitarios de la ciudad de Medellín, desde su propia percepción.</li> <li>• Identificar los síntomas físicos y psicológicos activados por la influencia de las emociones en un grupo de jóvenes universitarios de la ciudad de Medellín, desde su propia percepción.</li> <li>• Identificar diferentes factores protectores de un grupo</li> </ul>	<p>Las emociones y los factores emocionales: Definición y Generalidades</p> <p>Las enfermedades y los síntomas físicos y psicológicos</p> <p>Bienestary felicidad: Definición y generalidades</p> <p>Las técnicas de autoconocimiento</p>	<p>Cualitativo Descriptivo o Transversal al Estudio de caso</p>	<p>6 profesionales, tres con enfermedades psicológicas, tres con enfermedades físicas.</p>	<p>Entrevista semi estructurada</p>	<p>Fase I: Contextualización</p> <p>Fase II: trabajo de campo</p> <p>Fase III: Análisis</p> <p>y discusión de los resultados</p>

		de jóvenes universitarios para dar cuenta de sus propias emociones y que, desde su percepción, funcionan como factores que protegen de la activación de síntomas, desde su percepción.					
--	--	--	--	--	--	--	--

*Anexo 1: Cuadro síntesis de Anteproyecto de investigación*

**Anexo 2**

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

## PARA MAYORES DE EDAD

Yo, \_\_\_\_\_ Tel \_\_\_\_\_ Email \_\_\_\_\_

Notifico que he sido informado de los objetivos de la presente investigación: factores emocionales que influyen en la creación de enfermedades de nivel psicológico o físico de un grupo de adolescentes de Medellín y que de manera libre y consciente he decidido participar respondiendo a la entrevista, que constara de una serie de preguntas para determinar los factores de riesgo, los síntomas físicos y psicológicos y todas las técnicas de autoconocimiento que influyen estas enfermedades.

Autorizo a Alejandro Rodríguez Lampión para la recolección y utilización de los datos proporcionados para favorecer la investigación.

FIRMA entrevistado

\_\_\_\_\_

Firma entrevistador

Tel

Email