



Vigilada Mineducación

EFFECTOS DE LA RELIGIÓN COMO FACTOR PROTECTOR EN UN GRUPO DE  
JÓVENES DE LA CIUDAD DE MEDELLÍN.

Effects of religion as a protective factor in a group of young people in Medellín city

SOFIA RUIZ PINEDA

Tesis

Asesor

Juan Carlos Espinal Uribe

UNIVERSIDAD EAFIT  
ESCUELA DE HUMANIDADES  
PSICOLOGÍA  
MEDELLÍN

2022

## CONTENIDO

INTRODUCCIÓN.....	5
OBJETIVOS .....	7
GENERAL.....	7
ESPECÍFICOS .....	7
MARCO TEÓRICO O MARCO CONCEPTUAL.....	8
<i>Antecedentes</i> .....	8
<i>Juventud</i> .....	10
<i>Espiritualidad y Religión</i> .....	12
<i>Factores de riesgo</i> .....	13
<i>Factores Protectores</i> .....	15
<i>Factores Protectores Biológicos y Psicológicos</i> .....	16
<i>Factores Protectores Socioculturales</i> .....	17
DISEÑO METODOLÓGICO .....	18
DESARROLLO DEL TRABAJO.....	23
CONCLUSIONES.....	28
REFERENCIAS.....	31
ANEXOS.....	34

## RESUMEN

**Objetivo.** Describir los efectos de la religión como factor protector en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín. **Marco de referencia conceptuales.** Se aborda el término de factores protectores que brinda la religión en tres aspectos: lo biológico, como el respeto y cuidado hacia su cuerpo y estilos de vida más sanos; lo social, sus relaciones interpersonales como su familia, amigos y personas de su alrededor y lo subjetivo, el sentido de vida. **Método.** Estudio de caso de tipo cualitativo descriptivo de corte transversal, basado en entrevista semiestructurada y grupos focales con 8 jóvenes de la ciudad de Medellín. **Resultados.** Las entrevistas realizadas brindaron información acerca de cómo la religión se encuentra presente en la vida de los jóvenes, ya que estas prácticas y creencias les brindan un cambio en diferentes aspectos de su vida, tanto Psicológicos, Biológicos y Psicosociales. Sin embargo, se nota una brecha entre las creencias espirituales a las creencias religiosas que tienen los jóvenes hoy en día, debido a diferentes circunstancias sociales o personales. **Conclusiones.** La religión puede llegar a ser un factor protector para los jóvenes, ya que la suma de sus principios y prácticas brinda sentimientos de bienestar, siendo un medio para afrontar problemas, replantear conductas, relaciones, pensamientos o hábitos que son perjudiciales para la vida de una persona.

Palabras clave: Espiritualidad, Religión, Factores Protectores, Grupos Juveniles, Jóvenes.

## ABSTRACT

**Objective.** Describe the effects of religion as a protective factor in a group of young people in Medellín city. **Conceptual frame of reference.** The term of protective factors provided by religion is approached in three aspects: the biological, such as respect and care for their body and healthier lifestyles; the social, their interpersonal relationships such as their family, friends and people around them; and the subjective, the sense of life. **Method.** Qualitative descriptive cross-sectional case study, based on semi-structured interviews and focus groups with 8 young people from the city of Medellín. **Results.** The interviews provided information about how religion is present in the lives of young people, since these practices and beliefs provide them with a change in different aspects of their lives, both Psychological, Biological and Psychosocial. However, there is a gap between spiritual and religious beliefs that young people have today, due to different social or personal circumstances. **Conclusions.** Religion can become a protective factor for young people, since the sum of its principles and practices provides feelings of well-being, being a means to face problems, rethink behaviors, relationships, thoughts or habits that are detrimental to a person's life.

Keywords: Spirituality, Religion, Protective Factors, Youth Groups, Young People

## INTRODUCCIÓN

Los factores protectores pueden definirse como aquellos recursos personales, sociales, institucionales y del ambiente (biológicos, psicológicos y socioculturales) que favorecen el desarrollo del ser humano y aumentan su resiliencia o capacidad para sobreponerse a los distintos contratiempos o tragedias a las que se enfrenta e incluso salir fortalecido de la experiencia.

Se ha encontrado que la religión, y concretamente el catolicismo, puede convertirse en ciertos casos y situaciones en un factor protector para quien lo ejerce o vivencia. La religión ofrece un sentido de propósito que otros tipos de apoyo social no pueden proveer. Puede ayudar a las personas a seguir adelante después de eventos traumáticos, así como ofrecer una fuente de esperanza a aquellos que lidian con sus problemas todos los días. Las creencias religiosas pueden incluso reajustar el significado de los problemas de la vida diaria para que estos parezcan más manejables, aumentando así los niveles generales de satisfacción con la vida. (Ellison et al., 1991, p.78)

Estos elementos, han sido abordado previamente en muy pocas investigaciones, en las cuales se ha podido encontrar que la espiritualidad y religión en la vida de las personas, tanto en jóvenes como adultos, puede ayudar como factor protector en diferentes ámbitos personales y situaciones sociales y cómo esta contribuye a mejorar el vacío existencial y la pérdida del sentido de vida de las personas posmodernas. Sin embargo, la mayoría de estos estudios, no tienen una aplicación ni fundamentación en un campo práctico, sino que tiene un enfoque más hacia una revisión teórica.

Por tal motivo, en el presente trabajo, enmarcado como requisito de grado de la universidad EAFIT, se busca describir los efectos de la religión como factor protector en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín. Pues, aunque se pueden encontrar investigaciones sobre estos temas, en la presente investigación, además de definirlos y relacionarlos, se observa y describe cómo la religión puede llegar a ser un factor protector en jóvenes con un alto nivel de riesgo psicosocial. Debido a esto, lo que se busca en la presente investigación es identificar si la religión permite generar un cambio de perspectiva de vida y volverse un factor protector, en este caso, en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín.

De acuerdo con lo anterior, se plantea como pregunta de investigación *¿Cuáles son los efectos de la religión como factor protector en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín?*

## **OBJETIVOS**

### **GENERAL**

Describir los efectos de la religión como factor protector en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín.

### **ESPECÍFICOS**

- Comprender el sentido atribuido a la religión por un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín.
- Describir los posibles efectos de la experiencia de fe en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín.
- Destacar los factores protectores asociados a la participación en un grupo juvenil en la ciudad de Medellín

## MARCO TEÓRICO O MARCO CONCEPTUAL

### *ANTECEDENTES*

El propósito de esta sección apunta a establecer el estado del arte, o mejor de la ciencia, respecto de la cuestión de los efectos de la religión como factor protector en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín, esto es, evidenciar las tendencias investigativas respecto de qué tanto la espiritualidad o religión se podría tomar como un factor protector frente a jóvenes en un alto riesgo psicosocial. Y los cuales se encuentran en un proceso grupal enmarcado en el creciente personal enfocado a un aspecto religioso y/o espiritual; para ello se señalarán y discutirán las tendencias generales, así como las excepcionales, respecto de: los problemas abordados, los propósitos trazados, los marcos de referencias o conceptos utilizados, los tipos de estudio desarrollados, los sujetos abordados, los instrumentos utilizados, las categorías de análisis usadas y los principales hallazgos encontrados.

Respecto de los problemas abordados se tiene que las principales tendencias que anteriormente se han estudiado con relación a este tema, se centran en estudios que resaltan la importancia de la religión como un factor esencial para el desarrollo de los jóvenes y adultos, ya sea en enfermedades mentales, drogadicción o simplemente como un factor protector para su vida cotidiana (Salgado, 2014. Pérez, Sandino & Gómez, 2005. Clark, 1995. Donas, 2001). Por otro lado, se encontró artículos que realizaban estudios con estudiantes universitarios sobre la importancia que tenía este ámbito en su vida cotidiana (Camargo, 2010), dichos estudios en particular se acercan al interés del presente trabajo en tanto se preguntan por la religión como factor protector o un factor importante en la vida de las personas, específicamente algunos por los jóvenes.

La tendencia de los artículos encontrados es dar a conocer los diferentes factores de riesgo que existe en la juventud y los posibles factores protectores que se le pueden brindar, entre esos la religión. (Vásquez, 2003. Taha et al. 2011. Salgado, 2014. Pérez 2005. Paramo, 2011. Donas, 2001. Camargo 2014, Arévalo et al. 2010. Armas & López, 2018)

En relación con los propósitos trazados, se pudo observar que la tendencia de los estudios es centrarse en la influencia de la religión sobre los diferentes aspectos de la vida cotidiana, ya sea como un factor protector o como una vía para la resiliencia de enfermedades mentales (Armas & López, 2018. Garicano, 2010. Pérez, Sandino & Gómez, 2005. Taha et al. 2011)

o drogadicción (Arévalo et al. 2010). Además, muchos de ellos tienen el fin de poner en evidencia la importancia de tener un buen apoyo frente a los jóvenes ya que son una población vulnerable frente a los factores de riesgo que se presentan en la sociedad de hoy en día. (Vásquez, 2003. Paramo, 2011. Clark, 2011. Arévalo et al. 2010).

En lo que corresponde al marco de referencias o conceptos utilizados, tales como: Factor protector, Factores de riesgo, Religión, Espiritualidad, Jóvenes, Resiliencia, Grupos juveniles, Sentido de vida.

Los tipos de estudio desarrollados en su gran mayoría son de tipo cualitativo, de carácter exploratorio y descriptivo (Clark, Taha et al. 2011. Vásquez, 2003. Paramo, 2011. Salgado, 2014. Donas, 2001). Sin embargo, algunos estudios también realizaron investigaciones cuantitativas (Pérez et.al 2005. Camargo, 2014. Armas & López 2018).

La tendencia en el abordaje de los sujetos es por lo general población de estudiantes universitarios, jóvenes o adultos en situaciones delicadas en cuanto que son una población mucho más vulnerable frente a los riesgos psicosociales. Generalmente, en las investigaciones con aspecto cuantitativo se toma una muestra entre 50 y 500 participantes para la aplicación de los instrumentos.

Los instrumentos principalmente utilizados son las encuestas (por lo general formulados por los mismos investigadores), la observación y fichas para la recolección de datos. En algunos casos para las investigaciones con un enfoque más cuantitativo se utilizaron: una escala de 8 ítems la cual se basa en la frecuencia de presentación de los síntomas depresivos presentados (Pérez et.at 2005), cuestionarios *ad hoc*, para recoger los datos de tipo religiosos y sobre las experiencias ante la muerte. Además, el test del propósito vital, purpose in life PIL (Armas & López 2018).

En suma, como punto de ruptura podría considerarse que la presente investigación se diferencia de las investigaciones que se han conducido hasta el momento (respecto del tema en cuestión), en tanto esta se preocupa por los efectos de la religión como factor protector en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín. Las principales características diferenciadoras que conducen al punto de ruptura son: por un lado, la mayoría de las investigaciones ya existentes, limitan las investigaciones a aspectos específicos, mientras que la presente investigación, quiere abarcar un contexto más general, pues al querer tratar con jóvenes con un alto riesgo psicosocial, conlleva a que se manejen una variedad de aspectos de factores protectores, desde la perspectiva, biológica, psicológica y sociocultural. Y se le da una gran

importancia a la participación en este grupo juvenil con un enfoque de superación personal y espiritual, pues esto conlleva a que los jóvenes sean más receptivos hacia estos temas. Por otro lado, la tendencia en investigaciones acerca de este tema, no suelen ser aplicadas a sujetos, sino más bien son investigaciones teóricas. Cabe aclarar que los artículos que se ha encontrado como antecedentes para la presente investigación, fueron escritos hace bastante tiempo y son pocas las investigaciones recientes acerca de este tema. Finalmente, la tendencia al respecto indica un interés por estudiar la importancia de la religión en aspectos específicos de la vida de las personas y como este ha servido para llevar una vida más amena y con un propósito más evidente. El presente trabajo, no se concentra en abordar aspectos específicos relacionados con la religión o factores protectores en jóvenes, sino más bien en qué puede provocar o cambiar en un joven con alto riesgo psicosocial, a causa de su acercamiento a la religión y cómo este puede convertirse en un factor protector para su potencialidad como persona.

Dado lo anterior, es posible plantearse como una cuestión interesante, indagar por cuáles son los efectos de la religión como factor protector en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín, Por todo lo anterior, se considera que la presente investigación plantea un interrogante novedoso, pues, aunque sí existan diferentes investigaciones con temas similares, no se ha encontrado algún artículo que relacione estos diferentes factores que se tratarán en la presente investigación.

## ***JUVENTUD***

Actualmente el humano vive en un mundo de prisas, de placer efímero y de consumismo sin sentido, donde los valores parece que han pasado al segundo plano, esta forma de vida ha generado psicopatologías como la ansiedad y la depresión, ya que, existe un vacío existencial. Vivir en una sociedad donde la abundancia ha alejado a las personas del sentido de su existencia, llevándolos a estado de búsqueda del efímero placer, se necesita una perspectiva positiva, que les llene de esperanza y metas en la vida. Además, se está generando una pérdida de fe en la religión, tan necesaria para dar sentido de la vida y a la muerte. El vacío existencial y la vida placentera sin valores acaba en la soledad del hombre promoviendo la infelicidad y provocando psicopatologías.

Baleriano, et. al (2015) promueven el renacer de los valores que tienen que ser transmitidos desde la escuela, la familia, la religión y la política para transmitir la moralidad que ha desaparecido.

“La juventud retrata siempre, con trazos fuertes, la sociedad global, a la cual, por otra parte, no siempre le gusta verse así retratada” (José L. cit. Por Carles Feixa, 2006). Mirar a los adolescentes y jóvenes desde el mundo adulto, implica correr el riesgo de equivocarse o malinterpretar signos y símbolos cuyos significados cambian (y han cambiado), por los acontecimientos históricos y sociales que llenan las distancias entre “nuestra juventud” y la época actual.

A primera vista, la noción de juventud se presenta como una categoría vinculada con la edad y por tanto remite a la biología, al estado y las capacidades del cuerpo: parecería invocar al reino de la naturaleza. Sin embargo, y por poco que se profundice, la significación de "juventud" se revela como sumamente compleja, proclive a las ambigüedades y simplificaciones. "Juventud" convoca a un marco de significaciones superpuestas, elaboradas históricamente, que refleja en el proceso social de construcción de su sentido la complicada trama de situaciones sociales, actores y escenarios que dan cuenta de un sujeto difícil de aprehender.

Los jóvenes de hoy en día se encuentran con retos y desafíos impuestos por la sociedad: desafíos políticos y de ciudadanía, donde podemos encontrar problemáticas como reconocimientos tanto políticos, de ciudadanía y diversidad. Desafíos de exclusión, donde se puede dar depravación educativa, de la salud, económica, recreativa y participación social. Además, se tiene unos grandes desafíos de la inclusión, desafíos en el ámbito de los valores, equidad y del futuro.

Al afrontar un análisis sobre la cuestión religiosa de la juventud hoy, es prácticamente inevitable hacerlo desde la referente histórico-cultural que constituye la posmodernidad. No todos los jóvenes y de todos los lugares se ven influenciados de la misma manera por aquellos aspectos que conforman una época que posee múltiples y complejos componentes. Lo que si es aceptado comúnmente es que un acercamiento simultáneo de todos los sucesos mundiales a la vida de cada sujeto y de cada pueblo ha venido haciendo posible lo que el hombre moderno pudo hacer visualizado apenas como una utopía: los medios de comunicación han convertido el planeta en una aldea global.

## ***ESPIRITUALIDAD Y RELIGIÓN***

El compromiso religioso y espiritual temprano desempeña un papel importante en la promoción de valores prosociales (Mattis et al., 2000), y la religiosidad se ha asociado, en niños y adolescentes, con menos actividades antisociales (Johnson, Larson, Li & Jang, 2000) y mejor rendimiento académico (Donahue & Benson, 1995). Los jóvenes con mayor grado de participación religiosa perciben el mundo como un lugar más coherente (Bjarnason, 1998), y diversos estudios ofrecen correlaciones positivas entre diversas medidas de espiritualidad y religiosidad y varios aspectos personales y familiares adaptativos (como se citó en Martínez, 2006).

La espiritualidad, como lo define Reed (1991), es la capacidad de auto trascendencia que permite a la persona ampliar las fronteras personales y orientarse hacia actividades y objetivos más allá de sí mismo, sin negarse el valor de ser en el contexto presente y favoreciendo su propia maduración. Varios estudios sugieren que el ejercicio de actividades espirituales puede influir a través de las emociones positivas como la esperanza, el perdón, la autoestima y el amor, las cuales pueden ser importantes para la salud mental, a través de mecanismos de acción psiconeuroinmunológicos y psicofisiológicos (Gastaud et al., 2006). Los expertos consideran la espiritualidad como elemento adicional y complementario a las intervenciones psicosociales tradicionales, para un mejor manejo de los cuadros depresivos con riesgo suicida (Taha et. al., 2011). Es por esto que La espiritualidad está asociada a una mayor calidad de vida, estilos de vida más saludables (Salgado, 2014).

Levin (1994). Plantea que “la religión, en especial, la asistencia a la iglesia brinda sentimientos de autoestima positiva y control como resultado de actividades de devoción públicas y privadas, tales como ritos religiosos, oración y meditación al establecer y sostener una relación personal con un ser divino” (Pp.78-79).

La religión, según Pargament (1997), constituye una estrategia de afrontamiento activo para superar mejor los problemas de la existencia, puesto que le permiten al individuo: buscar significado existencial para ciertas situaciones estresantes de la vida, construir o reconstruir los eventos o problemas de la vida en términos de significados, aportar un sistema de orientación existencial a los procesos de afrontamiento, trasladar el sistema de orientación en métodos específicos de afrontamiento, buscar significado en el proceso de afrontamiento

a través de mecanismos de conservación y transformación de significados de los acontecimientos vitales, tratar de solucionar los problemas mediante diversas formas que son convincentes para ellos, resolver los problemas a través de mecanismos que están insertados en su sistema cultural.

La religión ofrece un sentido de propósito que otros tipos de apoyo social no pueden proveer. Puede ayudar a las personas a seguir adelante después de eventos traumáticos, así como ofrecer una fuente de esperanza a aquellos que lidian con sus problemas todos los días. Las creencias religiosas pueden incluso reajustar el significado de los problemas de la vida diaria para que estos parezcan más manejables, aumentando así los niveles generales de satisfacción con la vida. (Ellison et al., 1991, p.78) .

Han surgido en el mundo de la ciencia, una serie de investigaciones acerca de los efectos que produce la religión y la espiritualidad en las vidas de los seres humanos, hallándose que son factores protectores que permiten aliviar y mitigar el sufrimiento, superar la adversidad, alcanzar un mayor bienestar, una mayor calidad de vida, una mayor capacidad de trascendencia, así como un sentido de plenitud y autorrealización (Salgado, 2014).

Las investigaciones científicas demuestran el rol fundamental que cumple la religión, religiosidad y espiritualidad como factores protectores en las vidas de las personas, lo cual se manifiesta no solo en su salud, sino también en su manera de relacionarse con el entorno, afectando sus relaciones familiares, de pareja, académicas, laborales y sociales, impactando su visión acerca de sí mismo y del mundo que les rodea.

### ***FACTORES DE RIESGO***

Los factores psicosociales son considerados eventos y/o condiciones de carácter psicológico y social que tienen una relación directa o indirecta con otros fenómenos o comportamientos y que pueden ser de orden causal, precipitante, predisponente o simplemente concurrente de los mismos, de acuerdo con su presencia o ausencia en circunstancias concretas. Esto los convierte en factores de tipo protector o de riesgo para la incidencia y prevalencia de las problemáticas (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2002b; Rojas, 2001).

Muchos valores que hoy se entrelazan y cultivan en forma cada vez más intensa y hasta obsesiva en muchos de nuestros adolescentes, crean una particular “cultura del riesgo”, tal como la denomina Donas Burak (2001).

De por sí, se podría decir que existen numerosos factores en el universo adolescente que estarían disparando ciertas conductas de riesgo e influenciando, en parte, en algunas de las patologías más frecuentes de esta edad. Estos factores tendrían un origen tanto interno como externo, y estarían implicados en ellos aspectos personales, familiares y sociales. Kazdin (2003) plantea que durante la adolescencia hay un incremento en el número de actividades consideradas como comportamientos problemáticos o de riesgo; como por ejemplo el uso ilícito de sustancias, ausentismo escolar, suspensiones, robos, vandalismo y sexo precoz y sin protección.

Donas Burak (2001) hace una distinción entre factores de riesgo de “amplio espectro” y factores o conductas de riesgo que son “específicos para un daño”. Entre los primeros encontramos: familia con pobres vínculos entre sus miembros; violencia intrafamiliar; baja autoestima; pertenecer a un grupo con conductas de riesgo; deserción escolar; proyecto de vida débil; locus de control externo; bajo nivel de resiliencia. Los factores o conductas de riesgo específico serían: portar un arma blanca; en la moto, no usar casco protector; tener hermana o amigas adolescentes embarazadas; consumir alcohol (emborracharse); ingesta excesiva de calorías; depresión.

Varios autores en distintos países han investigado diferentes facetas de factores o comportamientos de riesgo para la salud, entre los que se mencionan los síntomas depresivos, ser varón y tener baja religiosidad (Campo-Arias, Cogollo & Elena Díaz, 2008); trastornos del aprendizaje, de la conducta alimentaria y depresivos, conductas violentas, mayor consumo de tabaco, alcohol y drogas ilegales, episodios de embriaguez y mayor consumo de sustancias adictivas por amigos y familiares (Paniagua Repetto & García Calatayud, 2003); problemas emocionales en todas las áreas, en particular la familiar y la de salud, relacionados específicamente con la interacción y comunicación con los padres, la autoimagen (demasiada preocupación con la imagen corporal, especialmente en las mujeres), tendencia al aislamiento (no pertenecer a ningún grupo de pares ni tener amigos) y conductas de consumo de cigarro y alcohol (Barcelata, Durán & Lucio, 2004).

Se podría afirmar, a partir de todas las investigaciones anteriores, que las problemáticas adolescentes se reflejan en diferentes culturas y estratos sociales, sin diferenciación, y siguen

siendo causa de preocupación actual en todos los ámbitos en el que están implicados los adolescentes.

### ***FACTORES PROTECTORES***

Quienes trabajan actualmente en el tema de las SPA (consumo de sustancias psicoactivas) han identificado múltiples factores de riesgo o de protección, tanto psicológicos como sociales (Carballo et al., 2004; Graña y Muñoz, 2000; Kendler et al., 2003; Martínez, Fuertes, Ramos, y Hernández, 2003; Martínez y Robles, 2001; Mccrystal, Higgins, Percy y Thornton, 2003; Muñoz y Graña, 2001; Weinberg, 2001). Entre los factores psicológicos se encuentran la autoestima, las alteraciones psicológicas, los comportamientos perturbadores, el autocontrol, las habilidades sociales, emocionales, de afrontamiento y enfrentamiento, los preconceptos y la valoración de las SPA, las creencias religiosas y el maltrato, entre otros. En el campo de la salud, hablar de factores protectores, es hablar de características detectables en un individuo, familia, grupo o comunidad que favorecen el desarrollo humano, el mantenimiento o la recuperación de la salud; y que pueden contrarrestar los posibles efectos de los factores de riesgo, de las conductas de riesgo y, por lo tanto, reducir la vulnerabilidad, ya sea general o específica. Donas Burak (2001) plantea que existen dos tipos de *factores protectores: de amplio espectro*, o sea, indicativos de mayor probabilidad de conductas protectoras que favorecen el no acontecer de daños o riesgos; y *factores protectores específicos* a ciertas conductas de riesgo. Dentro de los *factores de amplio espectro*, nombra: familia contenedora, con buena comunicación interpersonal; alta autoestima; proyecto de vida elaborado, fuertemente internalizado; locus de control interno bien establecido; sentido de la vida elaborado; permanecer en el sistema educativo formal y un alto nivel de resiliencia. Como *factores protectores específicos*, encontramos: el uso de cinturón de seguridad (que reduce o evita accidentes automovilísticos); no tener relaciones sexuales, o tenerlas con uso de preservativo y no fumar

Por ejemplo, las creencias religiosas, que han sido relacionadas como factores de protección frente al consumo de SPA, previniendo el consumo inicial y facilitando la abstinencia en el proceso de recuperación de la adicción (Avants, Warburton y Margolin, 2001; Kendler, Gardner y Prescott, 1997; Stylianou, 2004). También, Los expertos

consideran la espiritualidad y religiosidad como elementos adicionales y complementarios a las intervenciones psicosociales tradicionales, para un mejor manejo de los cuadros depresivos con riesgo suicida. (Taha, N. et al. 2011). Pues actualmente se hace necesaria la espiritualidad, cargada del legado de la humanidad y de valores, se necesita la autosatisfacción personal sin olvidar los valores, no centrándonos en lo efímero, desarrollando una conciencia moral, para alcanzar el bienestar haciendo uso de la resiliencia ante las dificultades de la vida y no huyendo de ellas (Armas, 2016; Corbi, 2014; HeszenNiejodek, 2004; Rys, 2008).

Por otro lado, Clark (1995) define los factores protectores como «salvaguardas individuales o ambientales que potencian las habilidades de los adolescentes para resistir los acontecimientos estresantes de la vida y, a la vez, les ayuda a adaptarse a la situación y a desarrollar competencias para enfrentarse a estas situaciones».

Aquellas características que se pueden detectar, potencializar y desarrollar en un sujeto, familia, grupo o comunidad, favoreciendo el desarrollo humano, el mantenimiento o la recuperación de la salud en el sentido amplio de lo biológico, psicológico y social; y que además pueden contrarrestar los posibles efectos de los factores de riesgo, de las conductas de riesgo y, por lo tanto, reducir la vulnerabilidad, ya sea general o específica. (Donas, 2001, pp. 35)

Los factores protectores entonces los podríamos entender como aquellos recursos personales, sociales, institucionales y del ambiente (biológicos, psicológicos y socioculturales) que favorecen el desarrollo del ser humano y aumentan su resiliencia o capacidad para sobreponerse a los distintos contratiempos o tragedias a las que se enfrenta e incluso salir fortalecido de la experiencia.

### ***FACTORES PROTECTORES BIOLÓGICOS Y PSICOLÓGICOS***

Este tipo de factores dependen de la persona y de sus características. En el factor biológico se podría hablar de su cuerpo y de su organismo como tal, como puede ser tener un sistema inmunológico elevado, descendencia sana, nutrición adecuada, estilo de vida adecuado, ausencia de adicciones, entre otros. Y en los factores psicológicos, podríamos encontrar un

tipo de bienestar, pero dirigido a algo más subjetivo para la persona, como lo es la autoestima elevada, respeto hacia sí mismo y los demás, facilidad para comunicarse, empatía y optimismo, facilidad para superarse de las dificultades y problemas y una buena integración social y laboral.

### ***FACTORES PROTECTORES SOCIOCULTURALES***

Estos factores protectores son los que dependen de las relaciones interpersonales del individuo con los demás incluye los factores familiares o los factores comunitarios. En el aspecto familiar se presentan estrechas vinculaciones emocionales entre los miembros de la familia, facilidad para superar los problemas familiares, clima familiar armonioso, buena comunicación familiar y familia extensa. Y por el lado del aspecto comunitario se puede presentar, amigos empáticos y con facilidad para relacionarse con los demás, la facilidad para relacionarse con la comunidad e integrarse a sus actividades, los vínculos afectivos en la institución educativa y rodearse de personas con buena tolerancia al estrés y que gusten de actividades sanas.

## DISEÑO METODOLÓGICO

### *Tipo de estudio*

Este proyecto se plantea como un abordaje de tipo cualitativo, Según Hernández et al. (2006, pp. 16) “la investigación cualitativa permite estudiar la realidad de un fenómeno en su contexto natural, tal y como sucede, intentando sacar sentido de, o interpretar los fenómenos de acuerdo con los significados que tienen para las personas implicadas”. Una investigación cualitativa implica la implementación, utilización y recogida de una gran variedad de materiales tales como: entrevista, experiencia personal, historias de vida, observaciones, situaciones problemáticas, significados en la vida de las personas, entre otros. Además, se desarrolla con un abordaje transversal, pues no se busca hacer una recolección de datos en diferentes ocasiones, ni sacar inferencias con resultados tomados en diferentes momentos. En la presente investigación se hará uso de un diseño fenomenológico de estudio de casos. Para Hernández (2006) los diseños fenomenológicos tienen como propósito principal explorar, describir y comprender las experiencias de las personas con respecto a un fenómeno y descubrir los elementos en común y diferentes de tales vivencias. Según lo obtenido en las perspectivas de los participantes, se explora, describe y comprende lo que los individuos tienen en común de acuerdo con sus experiencias con un determinado fenómeno, así, los investigadores trabajan directamente las unidades o declaraciones de los participantes y sus vivencias.

Por otro lado, según Stake (1998, pp.35) este tipo de estudio permite abordar fenómenos específicos, en este caso el estudio de casos permite que se abarque la complejidad de un caso particular, se estudia un caso cuando existe un interés muy especial en sí mismo, buscando el detalle de la interacción en el contexto, se estudia la particularidad y la complejidad de un caso singular para llegar a comprender su actividad en circunstancias importantes, es por ello que el investigador cualitativo en el estudio de casos destaca las diferencias sutiles, secuencias de los acontecimientos en su contexto, y globalidad de las situaciones personales.

### *Participantes*

Para la presente investigación, se hizo la elección de trabajar con la corporación ABBA, la cual atiende a población juvenil en alto riesgo psicosocial, pues son jóvenes con tendencia a delinquir, prostitución, deserción escolar, bajos recursos económicos, entre otros. Se considera que es un lugar acorde a trabajar la temática planteada. La corporación ABBA, es una entidad sin ánimo de lucro, para la transformación humana integral de los niños, niñas y adolescentes de los municipios del Área Metropolitana del valle de Aburrá con acciones de refuerzo académico, formación en liderazgo, desarrollo de competencias sociales, espirituales, ambientales y artísticas, en el marco de los Derechos Humanos.

La población que participa de la investigación son 8 jóvenes, de estratos 1-3 pertenecientes a la corporación ABBA, entre los 18 y 22 años de edad, pues, aunque esta corporación trabaja con adolescentes y jóvenes de todas las edades, se consideró que esta etapa puede ser la más crítica para un joven, muchos de ellos están finalizando su etapa escolar o iniciando su proceso universitario.

### *Categorías*

Tabla 1: *Relación entre objetivos específicos y categorías de rastreo de la información*

<b>Objetivos específicos</b>	<b>Categorías de rastreo /análisis de datos</b>
Comprender el sentido atribuido a la religión por un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín.	Sentido atribuido a la religión por un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín.
Describir los posibles efectos de la experiencia de fe en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín.	Efectos de la experiencia de fe en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín.
Destacar los factores protectores asociados a la participación en un grupo juvenil.	Factores protectores asociados a la participación en un grupo juvenil.

## *Instrumentos*

La recolección de la información se hará por medio de dos tipos de entrevista, una entrevista grupal por medio de grupos de enfoque y la otra entrevista de manera individual. Se plantea de este modo, ya que en los grupos de enfoque los jóvenes pueden lograr un nivel de confianza más apto con el entrevistador, para lograr que las respuestas nos brinden la información que necesitamos para la presente investigación, ya que al estar con sus compañeros pueden sentirse más cómodos y desenvolverse de una mejor manera. Sin embargo, la entrevista individual también se plantea, ya que es el instrumento apropiado para que se pueda llegar a aspectos más profundos y sacar elementos que en las entrevistas con grupos focales no se habían planteado. Se debe tener en cuenta que, al ser una entrevista semiestructurada, se tendrán unas preguntas bases, pero puede tomar diferente curso y las preguntas variarán dependiendo de las respuestas de los participantes.

Los grupos focales, son una técnica cualitativa de investigación que consiste en la realización de entrevistas a grupos de 6 a 12 personas en las cuales el moderador desarrolla de manera flexible un conjunto de temas que tiene que ver con el objeto de estudio. En los grupos focales se lleva a cabo procesos de producción y reproducción de imágenes, sentimientos, actividades colectivas y discursos. El investigador explora una realidad multidimensional que tiene relación con las diferentes esferas intelectivas tales como: opiniones, percepciones, imágenes, en la esfera emotiva sentimientos, aversiones, simpatías y en la esfera volitiva actitudes o predisposiciones a asumir una acción frente a algo (Barragán 2003, pp.16). En los grupos focales que desarrollará la presente investigación se intentará indagar por aspectos más generales, como las experiencias, prácticas, acercamientos y percepciones frente a la religión.

Por otro lado, la entrevista individual semiestructurada, según Hernández (2006, p. 403), se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información. En la presente investigación, se plantea este tipo de entrevista ya que se piensa indagar por aspectos más personales sobre los sujetos, el primero corresponde a la relación con el cuerpo, en esta categoría se tratará de analizar la relación que tiene el sujeto con su cuerpo, con lo biológico y si el acercamiento a la religión ha cambiado su perspectiva y respeto hacia sí mismo. La

segunda categoría será las relaciones interpersonales, en esta se busca explorar la evolución en la forma de tratar y relacionarse con las personas de su alrededor: familia, amigos, compañeros, etc. La tercera y última se trata del impacto en el sentido de vida, el cambio que esto ha tenido en su aspecto subjetivo.

### ***Procedimiento***

Las fases por seguir en esta investigación se dividirán en tres momentos.

La primera, tiene como objetivo la contextualización teórica y empírica, Esta será una fase exploratoria en la que se indagará por la producción intelectual hecha en torno al tema que es objeto de estudio y además, se establecerá el material académico que será empleado, en un principio, en la investigación. Esta fase también permitirá establecer las clasificaciones donde se desarrollará algunos antecedentes a modo de estado del arte y referencias conceptuales encontradas para desarrollar el marco teórico, los cuales serán relevantes para la comprensión de los conceptos y objetivos que se desean abordar, y los cuales serán de gran ayuda para la construcción del texto final.

La segunda fase, conlleva la ejecución, donde se desarrollará el instrumento que se pretende aplicar a los sujetos, esto quiere decir, la construcción de las preguntas, las cuales serán las intervenciones en las entrevistas tanto individuales como en la entrevista de grupo focal. También se tendrá en cuenta en esta fase la aplicación del instrumento planteado y la transcripción de esta.

Para finalizar, la tercera fase se plantea como el análisis, la fase final, la cual buscará ejercer un análisis crítico de los resultados, al encontrar la relación de las prácticas religiosas como factores protectores en procesos de resocialización o por el contrario descubrir que no existe cierta relación en las categorías propuestas. En esta fase se plantea la recolección, organización y análisis de las respuestas obtenidas en las entrevistas por medio de una codificación, para que la información se comprima y agrupe, y sea más fácil el manejo de los datos. De manera que se hallarán nuevas comprensiones en un fenómeno anteriormente fragmentado y con el fin de poder llegar a una fase de conclusiones para la presente investigación.

### *Consideraciones éticas*

Esta investigación se basa en los parámetros establecidos en la resolución N° 8430 de 1993 del Ministerio de salud, ya que la psicología en Colombia se considera una profesión predominante en el área de la salud, se debe someter a esta ley la cual plantea la forma en la que se debe desarrollar las investigaciones científicas, donde el investigador debe tener en cuenta el respeto a la dignidad y la protección a los derechos y bienestar de los sujetos. Además, se utilizará la Ley 1090 del 2006, ya que, es el reglamento del ejercicio profesional del psicólogo según el Código Deontológico y Bioético, en este se plantea la forma de actuar para ciertas actividades en las que se está inmerso el profesional en psicología, dado que se considera que tienen ciertos efectos en el bienestar y la salud de quien estén afectados directa o indirectamente por la actividad.

Las entrevistas se pueden considerar como procedimientos de bajo riesgo a nivel psicológico. Al inicio de estos encuentros se le brinda un consentimiento informado a los sujetos con todos los lineamientos a tener en cuenta para la investigación, el cual debe firmar y entregar antes de iniciar la entrevista. Además, si algún participante considera que se pone en riesgo su integridad en algún momento con algunas preguntas de la entrevista, podrá expresarlo a las investigadoras y negarse a responder o retirarse del espacio.

Toda la información que los participantes brinden a la investigadora en el curso de esta investigación se mantendrá en anonimato y no será proporcionada a ninguna persona diferente a usted mismo en ninguna circunstancia. Mediante la confidencialidad se le garantizará al participante de la investigación la discreción y seguridad con respecto a la información otorgada, para que nadie más la conozca y sea utilizada solo para efectos de dicha investigación (Galeano, 2004). Por esta razón, la información será transcrita y analizada con el uso de códigos que permitan mantener la confidencialidad y el anonimato.

En la presentación de los resultados de la investigación y preparación de publicaciones nunca se menciona la identidad o datos personales de los participantes.

## DESARROLLO DEL TRABAJO

A continuación, se describen los resultados cualitativos más significativos de acuerdo a las

categorías de análisis propuestas:

Categoría 1: Sentido atribuido a la religión por un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín.

En esta categoría se busca entender el sentido que los jóvenes entrevistados le dan a la religión, como estos toman ese significado y lo aplican en diferentes aspectos de su vida o si por el contrario no se tiene una percepción clara acerca de este término.

S5 comienza mencionando la religión como el sentir un ser supremo como apoyo en situaciones difíciles, sin necesidad de su presencia física: “La compañía de un ser supremo como apoyo de situaciones difíciles, sin necesidad de estar con él físicamente”. Además, nos relata que, aunque sus situaciones familiares no sean las mejores, se refugia en la religión “no está mi familia, pero está él y hoy no quiero sentirme solo, así que hablo con él, es la compañía lo que más me importa”. Dándole entonces un significado más desde una percepción de acompañamiento y cierto apoyo en situaciones problemáticas de su cotidianidad.

En este mismo sentido, S8 lo define como una ayuda para entender el mundo y la realidad; “nos ayuda a entender el mundo y la realidad, a tener alguna idea de qué hacer con lo que pasa alrededor”. Igualmente, el sujeto 4 lo entiende como una guía o un apoyo, el cual ayuda a no perder el rumbo “tienes siempre una guía, te ayuda a no perderte, es como una brújula que te ayuda en el camino”. S8 y S4, tienen una percepción de la religión desde una perspectiva de ayuda frente a las situaciones de la vida y del ambiente la cual puede guiar a la persona desde una

En relación con las definiciones que brindan los sujetos, Pargament (1997), define la religión como una estrategia de afrontamiento activo para superar mejor los problemas de la existencia, puesto que le permiten al individuo: buscar significado existencial para ciertas situaciones estresantes de la vida, construir o reconstruir los eventos o problemas de la vida

en términos de significados, entre otros. En concordancia, la religión ofrece un sentido de propósito que otros tipos de apoyo social no pueden proveer. Puede ayudar a las personas a seguir adelante después de eventos traumáticos, así como ofrecer una fuente de esperanza a aquellos que lidian con sus problemas todos los días. Las creencias religiosas pueden incluso reajustar el significado de los problemas de la vida diaria para que estos parezcan más manejables, aumentando así los niveles generales de satisfacción con la vida, concepto brindado por Ellison et al., (1991).

Por otro lado, se puede evidenciar en el discurso de algunos jóvenes un sentido y conciencia de la religión tanto como significado generalizado o como significado personal, el cual aplican en su vida cotidiana. Esto comparado a lo definido en el marco conceptual del presente trabajo, muestra una relación evidente. Pues la religión se basa en ofrecerle a la persona que lo practica, un apoyo en diferentes aspectos de la vida. Sin embargo, cada persona es libre de tomar los fundamentos bases de las religiones y aplicarlos en su libre albedrío y la necesidad que se tenga en el momento; esto es algo que se evidencia en los sujetos que se estudiaron para el presente trabajo, pues, aunque les aporta sentimientos de bienestar, apoyo, esperanza, confianza, entre otros. Sin embargo, se puede percibir en los jóvenes una variedad de percepciones sobre la religión, unos encaminados a los lineamientos y dogmas y otros más enfocados a una percepción personal y general.

Categoría 2: Efectos de la experiencia de fe en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín.

Lo que se intenta indagar en esta categoría es la experiencia de fe que tenga cada uno de estos jóvenes, ya sea desde una religión en específico o practicas externas que cada uno realice de una manera subjetiva y que efectos producen en la persona y en que ámbito (biológico, psicológico o psicosocial) de una manera positiva o negativa.

Como lo plantea Gastaud et al. (2006), el ejercicio de actividades espirituales puede influir a través de las emociones positivas como la esperanza, el perdón, la autoestima y el amor, las cuales pueden ser importantes para la salud mental, a través de mecanismos de acción psiconeuroinmunológicos y psicofisiológicos. Esto puede evidenciarse en el sujeto 7 cuando expresa que, al sufrir de ansiedad, tomó la meditación como una herramienta para controlarlo

y le ha permitido tener una vida espiritual más amplia, se ha sentido en conexión con la naturaleza, con las personas de su alrededor y consigo mismo. Además, de que siente ese acompañamiento de un ser superior con el cual puede hablar y desahogarse cuando se siente en este estado de ansiedad: “yo sufro de ansiedad y ya en este momento llegué a un punto en el que he estado meditando tanto que debido a ello he tenido una vida espiritual más amplia, últimamente he tenido más conexión con lo natural, con lo que me rodea, con las personas. Además, me surge una sensación de que hay alguien con quien yo puedo hablar, contar y me acompaña a todos lados”. Asimismo, el sujeto 2 nos muestra un cambio de perspectiva de vida, tanto en un aspecto personal como social “yo me autolesionaba, no era consciente del daño que me estaba haciendo, pero al empezar en tener este proceso de transformación, empecé a tomar buenos hábitos, como hacer ejercicio, comer más saludable y consiente, y le daba más importancia a los pensamientos positivos lo que me llevó a mejorar en mi amor propio y ser feliz”. Pues tal como lo dice Salgado (2014), la espiritualidad está asociada a una mayor calidad de vida, estilos de vida más saludables.

Contrastando estos dos aspectos, se puede evidenciar una relación en la experiencia de fe como un factor protector tanto psicológico, psicosocial y biológico. Psicológicos debido a que su percepción de vida cambia y les da un fortalecimiento; se nota un cambio en la manera de percibir los problemas cotidianos, su adaptación al cambio, apreciación hacia los detalles del día a día sin vivir en “automático”, su salud mental mejora por medio de prácticas y pensamientos brindados por esta experiencia. De una manera psicosocial, ya que, su relacionamiento hacia sus familiares, amigos o pareja incrementa de manera positiva debido a que se desenvuelve de una mejor manera, percatándose de las situaciones y siendo conscientes de la manera en la que se comportan con ellos para brindar un mejor vínculo. Y por último Biológico, pues su percepción de sí mismos se transforma, brindándose un trato personal más valioso, la apreciación de su cuerpo se transforma y en ocasiones toman hábitos saludables como por ejemplo realizando actividad física y/o alimentándose de manera más consiente. Como lo mencionan los autores, esto suele suceder cuando existe una experiencia cercana con la religión o alguna práctica espiritual. Llegando a convertirse en un factor protector para cualquier persona, específicamente para un joven ya que, al apenas estar construyendo su personalidad, carácter y proyecto de vida, suelen ser vulnerables frente a los factores de riesgo presentados en su contexto.

### Categoría 3: Factores protectores asociados a la participación en un grupo juvenil.

Esta categoría fue pensada para entender si la corporación de la cual hacen parte los jóvenes también se puede considerar como un factor para ellos, brindándoles diferentes herramientas para su vida o si por el contrario no les genera ningún tipo de beneficio.

Clark (1995) define los factores protectores como salvaguardas individuales o ambientales que potencian las habilidades de los adolescentes para resistir los acontecimientos estresantes de la vida y, a la vez, les ayuda a adaptarse a la situación y a desarrollar competencias para enfrentarse a estas situaciones. El sujeto 3, por ejemplo, relata que estar en los espacios grupales de la corporación ABBA la hace despejar la mente, pues cuando ella siente que se encuentra en problemas y siente que su vida está “cargada”, le gusta ir a estos lugares, ya que le permite una tranquilidad mental brindándole distracción para no pensar en sus problemas, “Hasta el momento ha sido bueno, porque para mí estar allá es como un momento para despejar la mente, un ejemplo de esto es que cuando estoy en problemas, es un lugar para no pensar en las cosas malas, sino para distraerse”. También comenta que antes de unirse a este grupo no era una persona sociable debido a traumas de su pasado y gracias a este se logró integrar con los demás, además le ha brindado herramientas con su autoestima y pensar más en ella “yo no era casi sociable y gracias al grupo me logré integrar con otras personas, además nos han enseñado en querernos más, en pensar siempre en nosotros y eso lo he puesto en práctica y mejorado”. Como lo dice el sujeto 5 en relación con Donas Burak 2001, sobre los factores de riesgo de amplio aspecto, en su pasado se rodeaba de amistades que como él lo definió “no me aportaban muchas cosas para mi vida” pues era de un ambiente conflictivo y peligroso para sí mismo. Donde después, se une al grupo y se toma como un factor protector, ya que este lo llevó a percatarse del peligro que podría vivir si seguía relacionándose con este tipo de amistades. Y como él lo expresó “yo creo que ha sido un cambio radical en mi vida” pues de enfocarse en asuntos tribales, ha aportado de manera positiva en su futuro académico, ya que lo ayudó a enfocarse en lo que en realidad quiere ser, con las herramientas necesarias para lograr sus objetivos.

De esto se puede deducir, que el brindar espacios seguros y de activación par los jóvenes puede ayudarlos y guiarlos hacia diferentes objetivos que tengan estos grupos, sin importar sus bases espirituales o proyecciones. En este caso, el grupo el cual se eligió para la presente investigación tiene un enfoque religioso, sin embargo, aunque no se desenlaza de este,

muchas veces se enfocan más en la persona y en elementos relacionados a su crecimiento personal, como el estudio, el buen relacionamiento, también formándolos en toma de decisiones consientes y certeras para su vida. Mediante actividades de reflexión, empoderamiento, generando un espacio donde los jóvenes conviven con iguales haciéndolos sentir en un lugar ameno y familiar, así mismo, este espacio para algunos de ellos se convierte en un escape de la realidad y de sus problemas. De modo que les permite decidir si iniciar con un camino espiritual, lo cual anteriormente fue tomado como un factor protector y también se da una formación del ser en sus diferentes ámbitos, entendiéndolo, así como un segundo factor protector para estos jóvenes.

## CONCLUSIONES

La religión ha sido entendida a lo largo de los años como un conjunto de creencias o dogmas, en la cual se presentan varias normas morales para la conducta individual y colectiva, generando en ocasiones temor o sentimientos de veneración en diferentes rituales. Sin embargo, en el presente trabajo gracias a los resultados que se evidenciaron en esta investigación y algunos otros estudios que se tomaron como antecedentes, se contempla como una estrategia de afrontamiento, ya que permiten al individuo principalmente buscar significado existencial para ciertas situaciones estresantes de la vida y construir o reconstruir los eventos o problemas de la vida en términos de significados. Además, es claro que en el siglo XXI existe una amplia gama de significados y opiniones sobre la religión, esto, permitiendo tener variedad de conceptos y percepciones, donde cada persona le da su significado y decide qué aspectos aplicar y cuales no van con su estilo de vida.

Se reconoce que, aunque las religiones no sean una prioridad en la vida de los jóvenes, la espiritualidad por otro lado siempre será uno de los fundamentos principales del ser humano, ya que este se basa en tres pilares: Cuerpo, Mente y Espíritu, donde se deja en evidencia que el ser humano necesita esa conexión espiritual independientemente de sus prácticas. Por esta razón, se toma más en cuenta la experiencia de fe, que una religión en específico, pues la experiencia de cada persona es subjetiva y cada una de ellas decide en qué creer y en qué prácticas e ideales coloca su fe y sus creencias. La experiencia actual de los jóvenes no se puede comparar a la experiencia que se tenía hace unos años, esto debido a muchos factores tanto del ambiente como internos, aunque se puede percibir que uno de esos es la sociedad en la que hoy en día estamos inmersos, el ritmo de vida, las prioridades, el cambio de pensamiento y la evolución que se está teniendo hoy en día, deja a la religión muchas veces de lado y no es una prioridad en la vida del ser humano. No obstante, se puede afirmar por lo investigado y por estudios anteriores, que, al tener una creencia religiosa o espiritual, sea cual sea su significado o prácticas, la calidad de vida de las personas se desarrolla positivamente, brindándole diferentes ayudas en aspectos claves en su vida.

Como se mencionó anteriormente, aunque los jóvenes hoy en día tengan percepciones diferentes y amplias sobre la religión y/o espiritualidad y realicen una variedad de prácticas diferentes en relación a esta conexión espiritual, se puede llegar a concluir, que sin importar

cuales sean los fundamentos de las creencias, se llega a brindar un sentido de bienestar. Ya que se puede notar una relación al iniciar o fortalecer un camino espiritual en diferentes factores de la vida, que son claves para el crecimiento tanto personal y profesional de un joven, como: mejora de hábitos de estudio, concientización en sus amistades, control en el consumo de sustancias psicoactivas, aumento de autoestima, fortalecimiento en la salud mental, proyecto de vida más amplio y buen relacionamiento con sus familiares. Estos aspectos mencionados se basan en los tres conceptos claves en los que se fundamentan los factores protectores: Biológico, Psicológico y Psicosocial, demostrando entonces la espiritualidad como un factor protector frente a los factores de riesgo que se pueden presentar en la juventud, ya sean de carácter ambiental o personal.

Los grupos juveniles por otro lado son una herramienta valiosa para el desarrollo de los jóvenes sin importar el contexto o el riesgo en el que la población se vea inmersa. Pues, como se sabe, la etapa de la juventud es una etapa decisiva para la vida de un ser humano, se establecen relaciones fundamentales, se construye una parte importante de la personalidad y el carácter, y se toman decisiones trascendentales frente al proyecto de vida, lo que quiere decir que es una etapa esencial para cualquier persona. Por esta razón, este tipo de grupos pueden llegar a ser un espacio seguro, pues, se les brinda un escape de la cotidianidad, donde pueden desahogarse y disponer de personas cuya experiencia y conocimiento posibilitan nuevas resignificaciones o percepciones sobre la vida misma, conocen gente nueva y establecen relaciones cercanas con iguales. En los mencionados grupos se suelen hacer actividades diferentes en cada sesión, dependiendo del objetivo del grupo se abordan temas trascendentales de autoconocimiento, autoestima, relaciones, proyecto de vida, concientización sobre sustancias psicoactivas, académicas, políticas, espirituales y/o religiosas, aportándole a los jóvenes fundamentos en diferentes aspectos de su vida que le servirán como herramientas para su crecimiento personal. Según lo anterior, los grupos juveniles también se pueden tomar como un factor protector sin importar el motivo u objetivo del grupo, si sea religioso o no, o sus preferencias políticas.

Finalmente, tomando en cuenta un panorama general de lo evaluado y analizado en el presente trabajo, se puede tomar entonces la religión/espiritualidad, como un factor protector para un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín. Este concepto, desencadena varios efectos

positivos para el ser humano; primero y donde se pueden evidenciar más transformación, es el psicológico, ya que la persona demuestra un cambio en la percepción de vida y su futuro, en el que se encuentra un sentido y propósito a sus acciones; los pensamientos destructivos son modificados por el optimismo, por esta razón, los problemas y las dificultades no se toman desde un punto de vista pesimista, sino por el contrario se tiene una perspectiva diferentes para el afrontamiento de estos. La salud mental, por otro lado, es un aspecto que se ve favorecido gracias a este hábito espiritual, al brindar cierto fortalecimiento mental y cambiar sus pensamientos, disminuye algunas conductas que ocasiona crisis o una disminución anímica. Agregando a lo anterior, el respeto hacia si mismo aumenta, lo cual quiere decir que su autoestima y autoconcepto mejora, aquí se puede entonces relacionar con el segundo efecto: el biológico, al aumentar el autoestima y temas relacionados a la mentalidad de la persona, se toma un valor diferente del cuerpo, ya que, al cambiar su percepción de sí mismo se comienza a tomar más conciencia sobre hábitos saludables como realizar actividad física, eliminar el consumo de sustancias perjudiciales, alimentación más consiente, en general retirar hábitos que no favorecen a la persona. Y por último, está el psicosocial, las relaciones se replantean, dejando de lado las amistades o personas que no les favorecen a su vida, ya sea porque los conducen a conductas que no son moralmente correctas o se vuelven consientes acerca del daño psicológico que estos generan en el individuo. Generando más conciencia acerca de las relaciones que tienen mayor importancia, creando vínculos y conexiones más profundas, de mejor calidad; esto aplica para amigos, pareja, conocidos y familia, este último, es donde se evidencia mayor cambio pues en la juventud se suele desplazar al círculo familiar por personas externas, de modo que se llegue a valorar más a la familia cambiando acciones de desprecio por actos de paciencia y cariño. Para finalizar, es claro que estos tres aspectos se interrelacionan entre sí, pues al mejorar alguno de estos se puede llegar a desarrollar los demás, formando una conexión entre estos efectos que se genera en los factores protectores, específicamente factores protectores que en este caso son brindados por la religión/espiritualidad para poder ofrecerle a la persona una clase de resiliencia en diferentes aspectos de su vida. Sin embargo, al finalizar esta investigación, surgen más cuestionamientos de ciertos temas que no se pudieron encontrar respuesta y se trataron, ¿existe algún sesgo frente a la religión en el siglo XXI? Ya que se pudo notar que esta no es tan acogida por los jóvenes ¿sucede algún fenómeno en la sociedad que hoy en día está evitando este tipo de conexión?, dando paso entonces a que esta investigación debe ser la primera de muchas para poder llegar a tener una percepción más amplia sobre este tema tan extendido y del cual surgen tantos enigmas, percepciones u opiniones.

## REFERENCIAS

- Armas, M.M. & López, A. (2018). El sentido de la vida: factor protector de ansiedad y depresión. *Cauriensa*, Vol. XIII (2018) 57-72, DOI: <https://doi.org/10.17398/2340-4256.13.57>
- Arévalo Varela, M. T., Torres Salazar, C. I., Rodríguez Cáceres, E. D., & Rafael José, C. T. (2010). Consumo de sustancias psicoactivas ilegales en jóvenes : factores psicosociales asociados. *Pensamiento Psicológico*, (pp, 3(8). Recuperado a partir de <https://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/pensamientopsicologico/article/view/70>
- Baleriano, J. M. A., Pinzón, D. P. F., Gaona-Pérez, E. & Hernández, D. R. (2015). Evaluación del juicio moral en estudiantes de psicología de la universidad INCCA de Colombia. *Revista Evaluación e Intervención Psicológica REIP*, 1(1), 26-33
- Barcelata, B., Durán, C. & Lucio, E. (2004). Indicadores de malestar psicológico en un grupo de adolescentes mexicanos. *Revista Colombiana de Psicología*, 13, 64-73.
- Barragán, R. (2001). Guía para la formulación y ejecución de proyectos de investigación. Editorial Fundación PIEB. Recuperado de: <https://dpp2016blog.files.wordpress.com/2016/08/barragan-roxana-guc3ada-para-laformulacic3b3n-y-ejecucic3b3n-de-proyectos-de-investigacion.pdf>
- Clark, P. (1995). Risk and Resiliency in Adolescence: The Current Status of Research on Gender Differences. Ohio State University, Columbus Dept. of Home Economics Education. Recuperado de: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED387714.pdf>
- Camargo, A. (2014). Los jóvenes y la religión hoy. *Quaestiones Disputatae: Temas En Debate*, 3(6). Recuperado a partir de <http://revistas.ustatunja.edu.co/index.php/qdisputatae/article/view/276>
- Campo-Arias, A., Cogollo, Z., & Elena Díaz, C. (2008). Comportamientos de riesgo para la salud en adolescentes estudiantes: Prevalencia y factores asociados. *Salud Uninorte*, 24, 226-234.
- Donas, S. (2001). Adolescencia y juventud en América Latina. Costa Rica. Libro Universitario Regional. Recuperado de: <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Adolescencia%20y%20juventud%20en%20Am%C3%A9rica%20Latina%20Solum%20Donas%202001.pdf>
- Ellison, C. G. (1991). Religious Involvement and Subjective Well-Being. *Journal of Health and Social Behavior*, 32(1), 80–99. <https://doi.org/10.2307/2136801>

- Feiza, C. (2006). Ser Jove: avui, ahir; dema. En joves i valors, la clan per a la societat del futur. (pp. 39-67). Obra Social, Obra la Caixa, Barcelona.
- Garicano, S. (2010). Los factores protectores de la salud mental, la clave para tener la psique sana. España. ISEP clinic. Recuperado de <https://isepclinic.es/blog/articulo-isepclinic-psiquesana/#:~:text=Se%20entienden%20como%20factores%20protectores,contratie mpos%20o%20tragedias%20a%20las>
- Galeano, M,E. (2004). Diseño de proyectos en la investigación cualitativa. Revista Teoría y praxis investigativa. CID/Fundación Universitaria de Área Andina. 2 (2), 7-9. Recuperado de: [https://books.google.es/books?id=Xkb78OSRMI8C&printsec=copyright&hl=es#v=one\\_page&q&f=false](https://books.google.es/books?id=Xkb78OSRMI8C&printsec=copyright&hl=es#v=one_page&q&f=false)
- Gastaud, M., Souza, L., Braga, L., Horta, C., De Oliveira, F., Sousa, P. & Da Silva, R. (2006). Bem-estar espiritual e transtornos psiquiátricos menores em estudantes de Psicologia: estudo transversal. Rev. Psiquiatria, 28 (1), 12-8
- González, T. (2004). Las creencias religiosas y su relación con el proceso salud/enfermedad. Revista Electrónica de Psicología Iztacala Vol. 7 (2), 19-29. Recuperado de [www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/.../vol7no2art2.pdf](http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/.../vol7no2art2.pdf)
- Hernández, R. Fernández, C. & Baptista, P. (2006). Metodología de la investigación. México. McGraw-Hill. Interamericana. Recuperado de: [https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-laInvestigaci%C3%83%C2%B3n\\_Sampieri.pdf](https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-laInvestigaci%C3%83%C2%B3n_Sampieri.pdf)
- Martínez, M. (2006). El estudio científico de las fortalezas trascendentales desde la Psicología Positiva. Clínica y Salud, 17 (3), 245-258.
- Organización Mundial de la Salud. (2002b). The World Health Report. Recuperado Octubre 17, 2003, de <http://www.who.int/whr/2002/download/en/>
- Paramo, M,A. (2011). Factores de Riesgo y Factores de Protección en la Adolescencia: Análisis de Contenido a través de Grupos de Discusión. Terapia Psicológica 2011, Vol. 29, N° 1, 85-95. Doi: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082011000100009>
- Paniagua Repetto, H., & García Calatayud, S. (2003). Signos de alerta de trastornos alimentarios, depresivos, del aprendizaje y conductas violentas entre adolescentes de Cantabria. Revista Española de Salud Pública, 77, 411-422.
- Pérez, A., Sandino, C. & Gómez, V. (2005). Relación entre depresión y práctica religiosa: un estudio exploratorio. Suma psicológica, 12 (1), 77-86. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134219072005>

Salgado, A. (2014). Revisión de estudios empíricos sobre el impacto de la religión, religiosidad y espiritualidad como factores protectores. *Propósitos y Representaciones*, 2(1), 121-159. doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2014.v2n1.55>

Taha, N. Florenzano, R. Sieverson, C. Aspillaga, C & Alliende L. (2011). La espiritualidad y religiosidad como factor protector en mujeres depresivas con riesgo suicida: consenso de expertos. *Rev Chil Neuro-Psiquiat* 2011; 49 (4): 347-360. Recuperado de: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnp/v49n4/art06.pdf>

## ANEXOS

### ANEXO 1

#### **Entrevista semiestructurada sobre factores protectores de la religión en conductas delictivas en jóvenes en proceso de resocialización**

#### **Guía de preguntas**

**Tesis de grado en Psicología de la universidad EAFIT**

**Entrevistadora: Sofia Ruiz Pineda**

**Tema:** Efectos de religión como factor protector en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín

**Objetivo:** Describir los efectos de la religión como factor protector en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín.

**Dirigido a:** jóvenes de la ciudad de Medellín

**Tiempo aproximado de entrevista:** 30-60 minutos

**Recursos:** Guía de preguntas, dispositivo móvil para el audio y consentimiento informado

**Observación:** Actividad investigativa solamente para fines académicos

#### **Contextualización:**

Al inicio se le agradecerá al entrevistado por estar presente y la importancia de su presencia en la investigación

Después se hará la presentación de la entrevistadora (nombre, edad, ocupación)

Acto seguido se hará una pequeña contextualización a los participantes acerca de la investigación (el motivo de la investigación, objetivo, explicación de términos relevantes, etc).

Finalizando con un breve recordatorio acerca de las consideraciones éticas y el consentimiento informado. Además, mencionar que si en algún momento la pregunta no le queda clara, puede hacerlo saber para explicársela de una manera diferente, ya que es de suma importancia que la pregunta le quede clara al entrevistado para una adecuada respuesta y un posterior análisis.

**Preguntas sociodemográficas:**

¿Cuál es tu nombre?

¿Cuántos años tienes?

¿Cuál es tu nivel educativo?

¿Dónde vives?

**Categoría:** La perspectiva religiosa de los jóvenes desde su propia experiencia

**Preguntas:**

¿Cómo ha sido su experiencia con la religión?

¿Qué prácticas religiosas realiza?

¿Qué es lo que más le gusta de tener una creencia espiritual?

¿Qué factores cree usted que facilitan o promueven las prácticas religiosas?

¿Qué factores cree usted que obstaculizan las prácticas religiosas?

**Categoría:** Las prácticas religiosas y su relación con los elementos protectores en los jóvenes:

**Preguntas:**

¿Puedes notar alguna diferentes antes y después de tener una creencia religiosa?

¿Ha tenido cambios en su perspectiva de vida desde que tienes alguna creencia religiosa?  
¿por qué?

¿Ha tenido cambios en su forma de cuidarse y apreciar su cuerpo? ¿por qué?

¿Ha tenido cambios en el comportamiento con amigos o familiares? ¿por qué?

**Categoría:** Factores protectores de un grupo juvenil en jóvenes

**Preguntas:**

¿Desde qué edad ingresaste a la corporación?

¿Cuál fue el motivo por el cual ingresaste a la corporación?

¿Cómo era tu vida antes de ingresar a la corporación?

¿En qué aspectos sientes que el grupo te ha ayudado? ¿por qué?

¿Qué es lo que más te gusta de pertenecer a un grupo juvenil?

**Nota final:** Agradecimientos por la participación y aporte para la construcción de conocimientos de este proceso de formación.

## **ANEXO 2**

### **FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**

#### **TESIS DE GRADO EN PSICOLOGÍA**

#### **UNIVERSIDAD EAFIT**

#### **TÍTULO DEL PROYECTO: EFECTOS DE LA RELIGIÓN COMO FACTOR PROTECTOR EN UN GRUPO DE JOVENES DE LA CIUDAD DE MEDELLÍN**

#### **1. INTRODUCCIÓN**

La presente investigación es conducida por la **estudiante Sofia Ruiz Pineda con cédula de ciudadanía 1040759613**, del pregrado de psicología de la universidad EAFIT sede Medellín.

Quiero que usted conozca que:

- La participación en esta investigación es absolutamente voluntaria, esto quiere decir que si usted lo desea puede negarse a participar o retirarse del estudio en cualquier momento, sin tener que dar explicaciones.
- En todo momento se protegerá la confidencialidad y el anonimato frente a la información que usted nos comparta; esto quiere decir que nadie conocerá su nombre o sus datos personales.
- No recibirá beneficios económicos por su participación en el estudio o por la información suministrada.

## **2. INFORMACIÓN DEL ESTUDIO**

**Objetivo:** Describir los efectos de la religión como factor protector en un grupo de jóvenes de la ciudad de Medellín.

**Procedimiento:** para poder recolectar la información se tiene programado realizar una serie de entrevistas a jóvenes pertenecientes a la corporación ABBA.

Una vez usted haya aceptado participar en el estudio se hará lo siguiente:

- Será invitado a participar en una o dos entrevistas, con una duración aproximada de una hora cada una a través de la plataforma Teams de Microsoft. La técnica anterior será desarrollada por la investigadora encargada del trabajo y serán grabadas en audio con el fin de ser absolutamente fieles a la información que usted nos aporte sobre su experiencia.
- La información recolectada en las conversaciones con usted será digitada en un texto. Se le asignará un número o código de registro, el cual lo identificará en toda la documentación que se utilice y que se recoja durante la investigación y que garantizará su anonimato.
- Al finalizar la investigación, la investigadora compartirá y discutirá con usted los resultados obtenidos.

**Riesgos:** Esta investigación contempla los parámetros establecidos en la resolución N° 8430 de 1993 del Ministerio de salud y la Ley 1090 del 2006—Código Deontológico y Bioético en Psicología—.

Las entrevistas se consideran procedimientos de bajo riesgo a nivel psicológico. Si usted considera que se pone en riesgo su integridad con algunas preguntas de la entrevista, podrá expresarlo a las investigadoras y negarse a responder o retirarse del estudio.

**Beneficios:** la presente investigación no brinda ayuda económica a sus participantes. Sin embargo, a partir de su valiosa y solidaria participación, numerosas personas podrán beneficiarse de los conocimientos adquiridos a través del estudio.

**Reserva de la información y secreto profesional:** toda la información que usted dará a las investigadoras en el curso de esta investigación permanecerá en anonimato y no será proporcionada a ninguna persona diferente a usted mismo en ninguna circunstancia. La información será transcrita y analizada con el uso de códigos que permitan mantener la confidencialidad y el anonimato. En la presentación de los resultados de la investigación y preparación de publicaciones nunca se menciona la identidad o datos personales de los participantes.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma.

De tener preguntas sobre la participación en este estudio, puedo contactar a Sofia Ruiz Pineda al correo electrónico [sruizp@eafit.edu.com](mailto:sruizp@eafit.edu.com)

## **FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**

## **TESIS DE GRADO EN PSICOLOGÍA**

**UNIVERSIDAD EAFIT**

### **TÍTULO DEL PROYECTO: EFECTOS DE LA RELIGIÓN COMO FACTOR PROTECTOR EN UN GRUPO DE JOVENES DE LA CIUDAD DE MEDELLÍN**

Yo \_\_\_\_\_ identificado/a con cedula de ciudadanía número \_\_\_\_\_ después de leer y comprender la información suministrada en relación con la investigación “EFECTOS DE LA RELIGIÓN COMO FACTOR PROTECTOR EN UN GRUPO DE JOVENES DE LA CIUDAD DE MEDELLÍN”, de recibir de la investigadora Sofia Ruiz Pineda explicaciones verbales sobre la misma y respuestas satisfactorias a mis inquietudes, y de haber reflexionado sobre las implicaciones, beneficios y posibles inconvenientes de mi decisión libre, consciente y voluntaria, acepto participar voluntariamente en esta investigación.

Autorizo a las investigadoras a utilizar la información aportada sobre la temática en futuras investigaciones y a la utilización de los resultados en la publicación de informes y artículos científicos.

En constancia, firmo este documento de CONSENTIMIENTO INFORMADO y doy fe de mi libre decisión de participar de esta investigación.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando este haya concluido. Para esto, puedo contactar a Sofia Ruiz Pineda al correo electrónico [sruizp@eafit.edu.com](mailto:sruizp@eafit.edu.com)

<b>Nombre del Participante</b>	<b>Firma del Participante</b>	<b>Fecha</b>
--------------------------------	-------------------------------	--------------

<b>Nombre de la investigadora</b>	<b>Firma de la investigadora</b>	<b>Fecha</b>
-----------------------------------	----------------------------------	--------------

<b>Nombre del testigo</b>	<b>Firma del testigo</b>	<b>Fecha</b>
---------------------------	--------------------------	--------------