

# Vivencias de adolescentes en pandemia: un abordaje fenomenológico-hermenéutico

## Adolescent Experiences During the Pandemic: A Phenomenological- Hermeneutic Approach

### **Maria Fernanda Acosta Romo<sup>1</sup>**

Magíster en Epidemiología, Candidata a Doctorado en Salud Pública  
Universidad Mariana, Colombia  
Correo electrónico: [macosta@umariana.edu.co](mailto:macosta@umariana.edu.co)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0772-8021>

### **Nancy Cabrera Bravo<sup>2</sup>**

Magíster en Epidemiología  
Universidad Católica del Sur, Colombia  
Correo electrónico: [nancycabrerabravo@yahoo.es](mailto:nancycabrerabravo@yahoo.es)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6985-1581>

### **Lina Fernanda Montoya Acosta<sup>3</sup>**

Estudiante de Medicina  
Universidad San Martín, sede Pasto, Colombia  
Correo electrónico: [linafer0401@gmail.com](mailto:linafer0401@gmail.com)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7144-3624>

### **Hna. Aylem Yela Romo<sup>4</sup>**

Doctora en Educación  
Rectora Colegio Santa María Goretti, Colombia  
Correo electrónico: [ayer9999@gmail.com](mailto:ayer9999@gmail.com)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6923-5463>

Recibido: 21/10/2025  
Evaluado: 02/05/2026  
Aprobado: 05/05/2026

1 CRediT: visualización, redacción del borrador original, conceptualización e investigación.

2 CRediT: visualización, redacción del borrador original, conceptualización e investigación.

3 CRediT: conceptualización, investigación y redacción del borrador original.

4 CRediT: validación, análisis formal, redacción, revisión y edición.

\* Para citar este artículo: Acosta-Romo, M. F., Cabrera-Bravo, N., Montoya-Acosta, L. F. y Yela-Romo, A. (2026). Vivencias de adolescentes en pandemia: un abordaje fenomenológico-hermenéutico. *Informes Psicológicos*, 26(1), 135-150. <https://doi.org/10.18566/infpsic.v26n1a09>

## Resumen

La propagación del SARS-CoV-2, causante de la Covid-19, llevó a la implementación de medidas de salud pública como el aislamiento social, ocasionando alteraciones en la salud mental de los adolescentes. El objetivo del estudio fue comprender las percepciones y experiencias de los adolescentes de 15 a 19 años en aislamiento social por pandemia en dos Instituciones de Educación Superior y una de secundaria en Pasto, Colombia. El estudio fue de tipo cualitativo con enfoque fenomenológico-hermenéutico. Se realizaron entrevistas en profundidad a 11 adolescentes, seleccionados mediante muestreo por conveniencia. El análisis se realizó con ATLAS.ti. Los resultados evidencian que los adolescentes experimentaron alteraciones psicoemocionales, entre ellas estrés, ansiedad, depresión, alteraciones del ciclo del sueño, incertidumbre, desesperanza y pensamientos suicidas. El aislamiento social impactó en la salud mental de los adolescentes, lo que pone de relieve la urgencia de desarrollar estrategias de intervención en situaciones de crisis que fomenten el bienestar y garanticen una vida saludable.

---

Palabras clave:

Adolescencia, Aislamiento social, Síntomas afectivos, Síndrome post-agudo de Covid-19, Salud mental.

---

## Abstract

The spread of SARS-CoV-2, the causative agent of COVID-19, led to the implementation of public health measures such as social isolation, which in turn produced alterations in adolescent mental health. The objective of this study was to understand the perceptions and experiences of adolescents aged 15 to 19 years during pandemic-related social isolation at two higher education institutions and one secondary school in Pasto, Colombia. A qualitative design with a phenomenological-hermeneutic approach was employed. In-depth interviews were conducted with 11 adolescents selected through convenience sampling. Data analysis was performed using Atlas.ti. Results revealed that adolescents experienced a range of psychoemotional disturbances, including stress, anxiety, depression, sleep cycle disruptions, uncertainty, hopelessness, and suicidal ideation. Social isolation had a profound impact on adolescent mental health, underscoring the urgent need to develop crisis intervention strategies that promote well-being and ensure healthy lives.

---

Keywords:

adolescence; social isolation; affective symptoms; post-acute COVID-19 syndrome; mental health.

---

## Introducción

Para controlar la propagación mundial del virus de la Covid-19 y evitar la morbilidad, se implementaron diversas medidas de salud pública, entre ellas el aislamiento social obligatorio (Guanche Garcell, 2020). Esta estrategia, aunque efectiva desde una perspectiva epidemiológica, generó consecuencias significativas en la salud, trascendiendo los límites de la afectación física para incidir también en el bienestar emocional y mental de las personas, siendo los adolescentes uno de los grupos más susceptibles, debido a los cambios físicos, emocionales y sociales que se presentan durante esta etapa (United Nations, 2020). Por lo tanto, uno de los desafíos más cruciales fue proteger su salud mental (Loades et al., 2020).

De acuerdo con datos proporcionados por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2025), aproximadamente uno de cada siete adolescentes de 10 a 19 años, a nivel global, experimenta algún tipo de trastorno mental, siendo la ansiedad y la depresión los más prevalentes. En este escenario, se ha indicado que es fundamental implementar estrategias de prevención y mantenimiento de la salud mental (Organización Panamericana de la Salud [OPS] y Organización Mundial de la Salud [OMS], 2017). Al respecto, el United Nations International Children's Emergency Fund ha señalado que, durante los primeros meses de aislamiento, el 27 % de los jóvenes presentó ansiedad y el 15 % depresión. La situación económica fue el factor que más impactó su bienestar emocional; se destaca que el 73 % de ellos requirió asistencia para alcanzar estabilidad mental (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2020).

Estudios a nivel internacional, como los de del Castillo y Pando (2020), Hernández (2020) e Imran et al. (2020), y a nivel nacional, como el de Escobar (2020), han evidenciado que el confinamiento efectivamente causó efectos en la salud mental de los adolescentes, entre los cuales predominan el estrés, la depresión y la ansiedad (García y Trujillo, 2022; Jiao et al., 2020; Nearchou et al., 2020; Ochoa-Fuentes et al., 2022; Yeasmin et al., 2020), situación que resulta preocupante por el incremento del riesgo de suicidio (Dsouza et al., 2020; Palacio-Ortiz et al., 2022).

Estos efectos podrían estar relacionados con el cierre de las instituciones educativas, lo que, a su vez, llevó a que los adolescentes perdieran el contacto con sus pares, alterando su entorno psicosocial.

Además, se ha indicado que la salud mental de los adolescentes no solo está determinada por factores individuales, sino también por factores sociales, económicos y familiares que afectan su estado emocional (Díaz y Donoso, 2022; Palacio et al., 2020). Por ello, resulta importante comprender e interpretar el significado de las percepciones y experiencias vividas por las adolescentes relacionadas con su salud mental en aislamiento social por pandemia, ya que aún la investigación científica con este diseño y en esta población no se ha abordado lo suficiente.

Estudios previos sobre salud mental en la adolescencia temprana y en la adolescencia tardía han reportado que, durante esta etapa, los jóvenes afrontan cambios a nivel social,

emocional y biológico que influyen en su desarrollo psicosocial (Blakemore y Mills, 2014). Estos cambios incrementan su vulnerabilidad a problemas de salud mental y a la aparición de crisis emocionales (de Wit et al., 2020; Tatsiopoulou et al., 2025).

En esta investigación se formuló la siguiente interrogante: ¿cómo percibieron y experimentaron su salud mental los adolescentes de 15 a 19 años durante el aislamiento social por pandemia de Covid-19? En relación con esta pregunta, el objetivo de la investigación fue comprender el significado de las percepciones y experiencias vividas de los adolescentes de 15 a 19 años sobre su salud mental en aislamiento social en instituciones educativas de la ciudad de Pasto, Colombia. El estudio se abordó desde un diseño cualitativo de carácter fenomenológico-hermenéutico, que permitió comprender en profundidad la salud mental de los adolescentes a nivel emocional y psicológico, siendo este un escenario propicio para investigar estas experiencias, considerando su diversidad cultural y social.

Conocer las experiencias de los adolescentes en relación con su salud mental durante el aislamiento social contribuye a promover su bienestar psicológico y a protegerlos de experiencias adversas y factores de riesgo que puedan afectar su capacidad para desarrollar su potencial, lo cual resulta esencial tanto para su bienestar en la adolescencia como para su salud mental en la adultez.

## Método

### Diseño

Este estudio adoptó un enfoque cualitativo de carácter interpretativo (Finol de Franco y Vera, 2020), con un diseño fenomenológico-hermenéutico (Fuster, 2019), lo cual permitió interpretar las experiencias vividas y comprender los significados atribuidos por los participantes, así como describir y entender lo que vivenciaron en común frente al fenómeno de estudio (Duque y Aristizábal, 2019).

### Participantes

Al realizar las entrevistas a los adolescentes, la saturación de la información se alcanzó con 11 participantes escolarizados de 15 a 19 años de edad, pertenecientes a dos IES privadas con programas de pregrado en Administración en Servicios de Salud, Fisioterapia, Terapia Ocupacional, Enfermería, Nutrición y Dietética, así como a una institución privada de educación básica secundaria del municipio de Pasto, Colombia. La muestra se eligió mediante muestreo no probabilístico por conveniencia de tipo intencional (Martínez-Salgado, 2012).

Se excluyeron los adolescentes que no firmaron el asentimiento informado y cuyos padres no otorgaron el consentimiento informado, así como aquellos que presentaban alteraciones patológicas de la comunicación que impedían la realización de la entrevista.

## Consideraciones éticas

En la investigación, en todo momento se respetaron los principios éticos establecidos en la Resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud de Colombia (1993). A nivel internacional, se tuvieron en cuenta los principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos señalados en la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial, 2013). Además, se consideraron los requisitos éticos para la investigación cualitativa, los cuales incluyen el valor social, la validez científica, la razón riesgo-beneficio, el consentimiento informado, el respeto por los participantes, la evaluación independiente y la selección equitativa de los sujetos (Suárez, 2015). La investigación fue aprobada mediante la Resolución 009 de 2021 del Comité de Ética de la Fundación Universitaria Católica del Sur.

## Instrumentos

La recolección de la información se llevó a cabo mediante la entrevista fenomenológica (Burns y Grove, 2019), que permitió una comunicación orientada a la construcción conjunta de significados sobre el fenómeno de estudio (Hernández y Mendoza, 2018). Además, esta técnica permitió obtener información completa y profunda, ya que facilitó el diálogo entre el investigador y el participante, y estimuló el surgimiento de nuevas áreas de exploración (Burns y Grove, 2019), mediante preguntas abiertas y exploratorias que posibilitaron conocer en detalle las descripciones que los adolescentes suministraron en torno a su experiencia vivida (Smith y Osborn, 2008).

## Procedimiento

Se diseñó un guion predefinido de preguntas para guiar las entrevistas, el cual tuvo como objetivo identificar datos de caracterización sociodemográfica. Una segunda parte permitió abordar las vivencias y perspectivas de los adolescentes en relación con su salud mental en aislamiento social. Estas preguntas se agruparon en categorías, focalizadas en la pregunta orientadora previamente formulada.

Una vez gestionado y autorizado el permiso para la recolección de la información en las instituciones educativas, se eligieron por conveniencia los adolescentes participantes, considerando los criterios de selección.

Posteriormente, las investigadoras establecieron un contacto inicial con los adolescentes, con el propósito de crear un vínculo. Se dio a conocer la finalidad del estudio y se proporcionaron los formatos de consentimiento y asentimiento informado, los cuales fueron devueltos debidamente firmados el día de las entrevistas.

Las entrevistas se realizaron de forma individual y en línea, a través de plataformas digitales de comunicación sincrónica. Durante las sesiones se mantuvo la cámara encendida con el fin de establecer contacto visual directo con los participantes y observar sus expresiones corporales. Asimismo, las entrevistas fueron grabadas previa autorización de los participantes y padres.

Seguidamente, se recopiló información sociodemográfica, abordando aspectos como la edad, la institución educativa, el programa de estudios, su afiliación en salud y el lugar de residencia. Posteriormente, se invitó a los participantes a que narraran sus vivencias, centrándose específicamente en su salud mental durante el periodo de aislamiento social por pandemia. Las entrevistas se llevaron a cabo mediante un diálogo participativo, brindándoles a los adolescentes la oportunidad de expresar abiertamente sus experiencias. Este enfoque permitió aclarar dudas y, al mismo tiempo, facilitó al entrevistador formular preguntas adicionales para obtener información más precisa. Las entrevistas tuvieron una duración aproximadamente de 45 minutos cada una.

## Análisis de los datos

El análisis de los discursos se llevó a cabo mediante el análisis fenomenológico propuesto por Ayala (2008): análisis temático. En un primer momento, se recogieron las experiencias y las percepciones de los adolescentes, se realizó una lectura iterativa de los discursos transcritos y se analizaron sus significados de forma trivial, a fin de identificar si era necesario continuar con el proceso de recolección o si, por el contrario, no aparecían nuevas categorías o descripciones.

Posteriormente, para la interpretación de las experiencias, se realizó un análisis temático que permitió identificar los temas significativos mediante interpretación macro y microtemática, con el fin de reconocer los temas que describía el fenómeno. Dichos temas fueron trasladados al *software* ATLAS.ti, donde se establecieron relaciones entre ellos y se agruparon con base en sus similitudes conceptuales. Consecutivamente, se desarrolló la fase de codificación y finalmente se procedió al análisis fenomenológico de la información, para comprender el fenómeno de estudio (Fereday y Muir-Cochrane, 2006).

Para garantizar el rigor metodológico en la investigación, se realizó un proceso de verificación con algunos de los adolescentes participantes, a quienes se les presentaron los resultados con el fin de asegurar su concordancia con sus experiencias vivenciadas durante el aislamiento social. Además, se realizó la validación de las narrativas y la descripción del fenómeno con un investigador experto en investigación cualitativa (Erazo, 2011).

## Resultados

*Características sociodemográficas de la muestra:* en relación con las características de los adolescentes que participaron en la investigación, la mayoría eran estudiantes de la

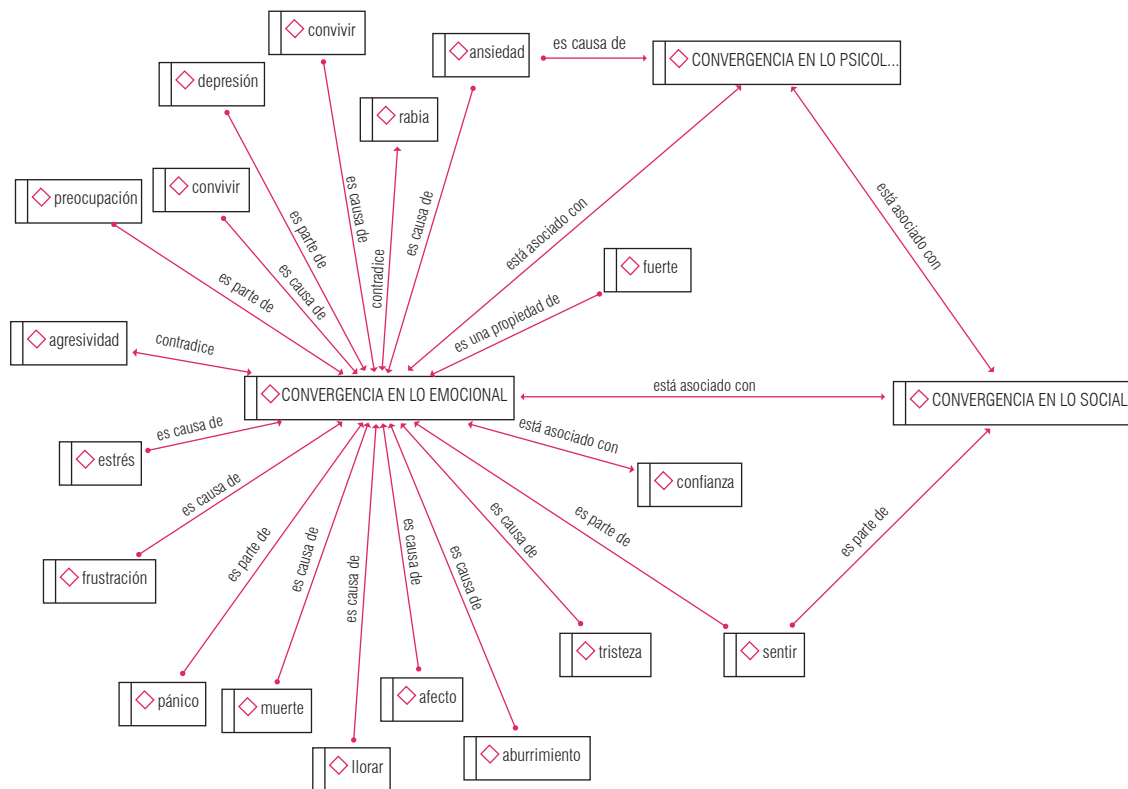
Universidad Mariana (54,55 %), seguidos por estudiantes de la Fundación Universitaria Católica del Sur (25 %) y por un grupo de una institución educativa de básica secundaria de carácter privado de la ciudad de Pasto, Colombia (18,19 %).

La unidad de análisis estuvo compuesta tanto por hombres como por mujeres, con predominio del género femenino (90,90 %). La edad promedio fue de 18 años. En cuanto a al lugar de residencia, la gran mayoría (72,73 %) vivía en la zona urbana.

En el análisis de la información se identificaron dos categorías principales: alteraciones a nivel emocional y alteraciones a nivel psicológico, representadas mediante redes semánticas, tal como se muestra en las Figuras 1 y 2.

El análisis de la estructura de la red semántica revela aspectos emocionales relacionados con la salud mental de los adolescentes. En esta, se evidencian las fuertes interrelaciones entre estos dos aspectos, así como la interconexión con nodos clave como ansiedad, frustración, pánico, muerte, aburrimiento, tristeza, convivencia y rabia. Estos nodos se entrelazan mediante líneas que representan relaciones de asociación, causalidad y pertenencia. La estrecha interconexión sugiere que la inestabilidad en uno de estos aspectos puede desencadenar desequilibrios en los otros y, como consecuencia, afectar la salud mental de los adolescentes (ver Figura 1).

Figura 1  
Red semántica para trastornos de salud mental a nivel emocional de los adolescentes en aislamiento social por pandemia por Covid-19.

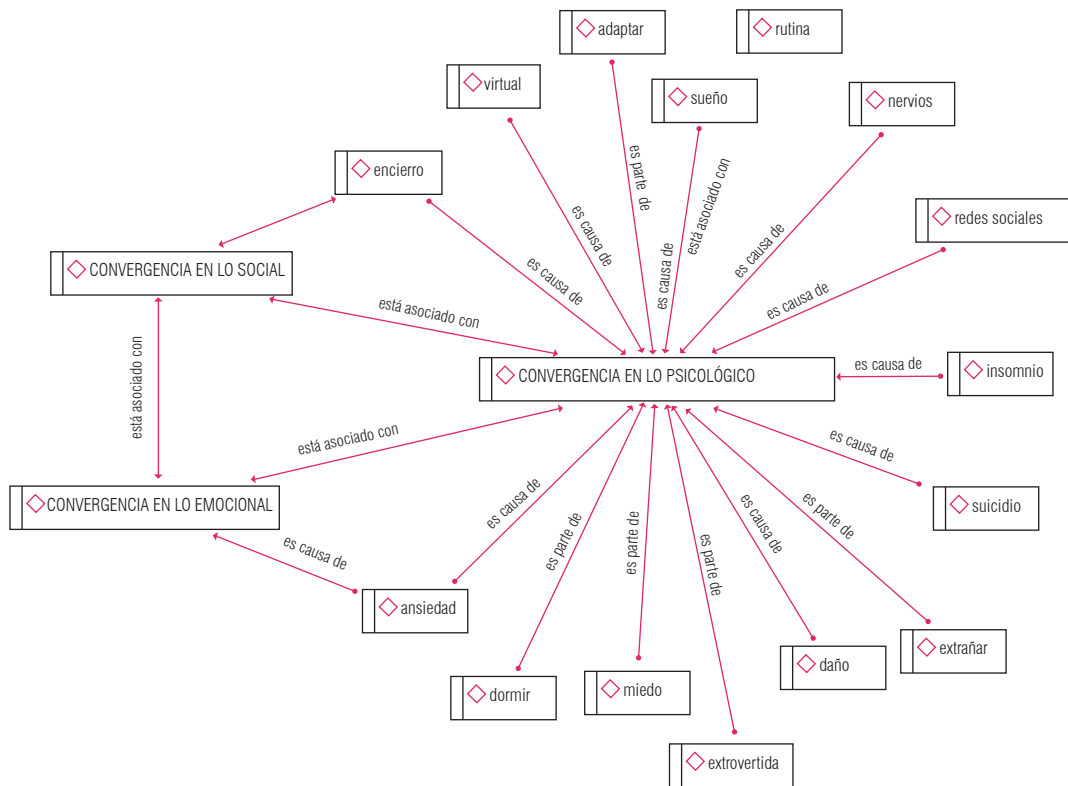


Fuente: Elaboración propia.

El análisis de la estructura de la red semántica de trastornos a nivel psicológico en los adolescentes evidencia fuertes interrelaciones entre nodos que se entrelazan, como insomnio, suicidio, miedo, ansiedad, alteraciones del sueño, virtualidad y nerviosismo. Esta fuerte interrelación indica la importancia de abordar la salud mental de manera integral (ver Figura 2).

Figura 2

Red semántica para trastornos de salud mental a nivel psicológico de los adolescentes en aislamiento social por pandemia por Covid-19.



Fuente: Elaboración propia.

La distribución de frecuencias de códigos por categoría resalta las emociones negativas que experimentaron los adolescentes durante el periodo de confinamiento debido a la pandemia. Entre estas, se destacan el estrés, el pánico y la tristeza, las cuales han tenido un impacto significativo en su salud mental emocional.

Dentro del ámbito psicológico, se enfatiza el deseo de salir del aislamiento. La rutina, el sueño y el encierro son temas afines al cambio inesperado en el estilo de vida. La virtualidad y la comunicación señalan que, durante esta época, fue necesario adaptarse a la tecnología como una nueva forma de interacción con el entorno (ver Tabla 1).

Tabla 1  
Distribución de frecuencias de códigos por categoría

Categorías	Códigos	Frecuencia de códigos	Porcentaje (%)
Emocional	Estrés	17	0,21
	Pánico	16	0,12
	Tristeza	17	0,13
	Afecto	11	0,08
	Ansiedad	11	0,08
	Muerte	11	0,08
	Depresión	10	0,08
	Aburrimiento	8	0,06
	Agresividad	7	0,05
Psicológico	Salir	45	0,34
	Miedo	36	0,27
	Rutina	26	0,2
	Redes sociales	23	0,17
	Sueño	22	0,17
	Encierro	21	0,16
	Cambio	21	0,16
	Virtual	17	0,13
	Tristeza	17	0,13
	Comunicación	13	0,10
	Sentir	11	0,08

Fuente: Elaboración propia.

*Adolescentes en aislamiento social. El desafío de la salud mental psicoemocional durante la pandemia por Covid-19:* la pandemia constituyó una crisis sanitaria de gran magnitud. Una de las estrategias adoptadas a nivel global fue el aislamiento social obligatorio. Este contexto tuvo un impacto significativo en la vida cotidiana de los adolescentes, siendo la transición a la educación virtual el cambio que más afectó su salud mental, lo que los llevó a pasar más tiempo en familia y, con ello, a vivenciar con mayor intensidad los conflictos en el hogar, según puede observarse en las siguientes declaraciones: “[...] Al comienzo [...] comentábamos, vamos a poder compartir, estar todo el día juntos [...] luego por estar juntos tuvimos bastantes choques [...] llorábamos, mi mamá, mi hermano y mi papá, nos estábamos desesperando [...]” (Participante 9, comunicación personal, 2021); “[...] Al principio yo estaba feliz con la noticia, porque estaba en mi casa. Luego, cuando me puse a ver todas las noticias, me desanimé mucho, que ya no podía salir y hablar con nadie [...]” (Participante 10, comunicación personal, 2021).

Además, el análisis de los discursos reveló que el aislamiento social debido a la pandemia influyó considerablemente en el estado psicológico de los adolescentes. Durante este periodo se agudizaron los problemas de salud mental preexistentes, tales como la ansiedad, el estrés y la depresión. Así lo expresaron los adolescentes en sus testimonios:

[...] Antes de la pandemia ya venía diagnosticada con ansiedad y recibiendo tratamiento con pastillas [...], estaba perfectamente mi salud, pero cuando fueron pasando los días sentí estrés [...] De tanto estar encerrada mi mente empezó a tener muchos pensamientos y desarrollé niveles altos de ansiedad y más ataques de pánico [...]. (Participante 10, comunicación personal, 2021)

[...] Hace cuatro años aproximadamente tuve un cuadro de depresión y, debido a la pandemia, volvió y más fuerte, se acentuó un poco más la depresión y la ansiedad [...]” (Participante 6, comunicación personal, 2021); “[...] Había días que solo quería estar en la habitación, sentí mucha ansiedad, fue muy difícil [...]” (Participante 9, comunicación personal, 2021); “[...] solía salir cada fin de semana, obviamente el encierro a mí me afectó demasiado” (Participante 6, comunicación personal, 2021).

Se identificaron otros factores que influyeron en el estado emocional de los adolescentes, como las dificultades económicas y educativas, el temor a perder a un ser querido y el miedo al contagio del virus. Los testimonios recopilados revelan que los adolescentes perciben que estas situaciones vividas tuvieron un efecto negativo en su salud mental: “[...] No había ingresos [...] mis padres comenzaron a frustrarse, teníamos que pagar el arriendo, como hijo ver a los papás así también afecta” (Participante 9, comunicación personal, 2021); “[...] miedo a la muerte” (Participante 10, comunicación personal, 2021); “[...] Temor por el virus, aburrimiento [...]” (Participante 9, comunicación personal, 2021).

El aislamiento durante la pandemia también afectó el bienestar psicológico de los adolescentes. Los resultados muestran que uno de los efectos más frecuentes fue la alteración del ciclo del sueño. En los siguientes fragmentos, relatan sus vivencias en relación con este fenómeno de estudio: “[...] Trataba de dormir [...], pero la mente estaba en otro lado, no dormía casi nada, bastantes noches y semanas que pasaba así [...]” (Participante 9, comunicación personal, 2021); “[...] Los horarios de sueño se me cambiaron horrible, no sé qué me pasó, yo me acostaba a las once y me sabía dormir, pero últimamente no podía conciliar el sueño, me estaba afectando [...]” (Participante 1, comunicación personal, 2021).

Los adolescentes también experimentaron otros efectos, como la incertidumbre, la desesperanza y los sentimientos de no existencia, los cuales se intensificaron a medida que el aislamiento se prolongaba. Estos aspectos fueron mencionados en algunos de los discursos recopilados durante el estudio: “[...] Soy de las personas que pienso mucho en mi futuro, sobre lo que va a pasar, por lo que en las noches no me permitía conciliar el sueño, por no saber lo que iba a pasar [...]” (Participante 5, comunicación personal, 2021); “No podía creer lo que estaba pasando, por qué tantas personas la estaban pasando tan mal, sentía angustia, mucha angustia” (Participante 10, comunicación personal, 2021); “[...] Impotencia al saber que no podía hacer nada por mis seres queridos o que no podía ayudar a mi familia para que no se contagiara” (Participante 5, comunicación personal, 2021).

Los signos de desesperanza mencionados previamente pueden actuar como predictores o advertir sobre conductas suicidas. En el contexto de este estudio, algunos adolescentes manifestaron haber experimentado pensamientos suicidas: “[...] Pensé en el suicidio, porque si la situación va a seguir así en este mundo [...], pero hacerme daño, cómo cortarme, no [...]” (Participante 9, comunicación personal, 2021); “[...] Me afectó mi salud, me remitieron al psiquiatra, pero decidí no ir, porque me dio miedo. Pensaba que de pronto me iban a decir que estaba loca” (Participante 6, comunicación personal, 2021).

## Discusión

Los hallazgos del presente estudio revelan que la mayoría de los adolescentes experimentó efectos psicoemocionales significativos derivados del aislamiento social. Estos efectos incluyeron altos niveles de estrés, depresión, angustia y ansiedad. La diversidad de estas respuestas emocionales subrayó no solo la complejidad y el alcance del efecto que la pandemia tuvo en la salud mental de los jóvenes, sino también la interacción entre los factores individuales, familiares y contextuales que influyeron en dicha condición. Esto evidenció una vulnerabilidad latente en este grupo de estudio, el cual, en esta etapa del desarrollo, presenta mayor sensibilidad ante situaciones de estrés, cambios en la rutina, reducción del contacto social y exposición a la incertidumbre (Blakemore y Mills, 2014). Estos hallazgos coinciden con lo reportado por Tatsiopoulou et al. (2025), quienes en su estudio reportan una alta prevalencia de trastornos mentales en esta población a nivel global.

Otros estudios también han reportado resultados similares, indicando que este tipo de alteraciones están directamente vinculadas a la crisis sanitaria mundial provocada por la pandemia. Actualmente, se confirma que el confinamiento prolongado tendría efectos en la salud mental de los más jóvenes, tal como lo afirmaron Palacio-Ortiz et al. (2022) y Yeasmin et al. (2020).

Una de las enfermedades mentales más prevalentes en la población joven, que aumentó en un 25 % durante la pandemia, fue la depresión, seguida de la ansiedad (Nearchou et al., 2020; Naciones Unidas, 2022). Este incremento significativo es motivo de preocupación, ya que la depresión en los adolescentes no solo afecta su calidad de vida, sino que también se ha identificado como un factor de riesgo para la ideación suicida y el suicidio (Dsouza et al., 2020; Organización Panamericana de la Salud [OPS] y Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021).

Los resultados de la presente investigación respaldan esta afirmación: los adolescentes experimentaron interrupciones en la rutina escolar y una exposición más alta a sensaciones de incertidumbre y miedo, presentando pensamientos suicidas asociados a la depresión y la ansiedad. Estos descubrimientos subrayan la relevancia de priorizar la salud mental en el contexto de emergencias sanitarias.

Además, los participantes manifestaron emociones como frustración, aburrimiento y pánico. Estas son consideradas, a su vez, factores de riesgo para lesiones autoinfligidas, agravando aún más la vulnerabilidad de los adolescentes frente a consecuencias negativas en su salud mental. Estos hallazgos se alinean con investigaciones previas que han establecido la relación entre dichas emociones y comportamientos autodestructivos en la población objeto de estudio (Dsouza et al., 2020), utilizados como una forma de escape o regulación emocional.

De igual manera, los hallazgos de este estudio corroboran que el aislamiento social agravó en los jóvenes ciertos trastornos mentales preexistentes, como la depresión y la ansiedad. Según el modelo social de la salud mental, este efecto podría estar vinculado con la dificultad de adaptación a los cambios en el entorno y con la falta de interacciones sociales (Palacio-Ortiz et al., 2020).

La OMS menciona que la prevención y el tratamiento oportuno de estas emociones son esenciales para evitar el intento de suicidio y el suicidio en los adolescentes; por lo tanto, resulta urgente reconocer la necesidad de implementar intervenciones específicas en salud mental dirigidas a mitigar los efectos adversos de la depresión y la ansiedad (OPS y OMS, 2017).

En la actualidad, se ha hecho evidente el efecto que generó la pandemia sobre la salud mental de los adolescentes, observándose aumento en las cifras de suicidio e intento de suicidio en comparación con periodos anteriores. Algunos autores señalan que este fenómeno se atribuye a la crisis económica, social y familiar vivida durante este periodo (Dsouza et al., 2020; Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2020). Resultados similares se encontraron en esta investigación, ya que los adolescentes también se vieron afectados por factores externos, siendo una de las causas más recurrentes la situación económica y laboral de sus padres.

Al respecto, la Defensoría del Pueblo de Colombia (2022) y Lange et al. (2023) señalan que, para comprender este fenómeno, es necesario no solo abordar factores individuales, sino también reconocer los factores sociales externos al individuo (Díaz y Donoso, 2022), los cuales deben tenerse en cuenta para la formulación de estrategias de salud pública que resulten menos disruptivas o traumáticas para la salud mental de esta población (Jiao et al., 2020).

Esta situación pone de manifiesto la necesidad de encontrar soluciones inmediatas a este fenómeno, por lo que resulta prioritario comprender las necesidades de salud mental de la población infantojuvenil y, de esta manera, intervenir los efectos negativos a nivel emocional, psicológico y social, con un enfoque centrado en las personas (García y Trujillo, 2022).

El estudio permitió comprender las vivencias de los adolescentes en relación con su salud mental durante el confinamiento social debido a la pandemia. Los hallazgos evidencian que esta medida de salud pública generó impactos significativos en su salud mental. A nivel psicoemocional, presentaron temor a la muerte y al contagio del virus, depresión,

ansiedad, preocupación, pánico, estrés, problemas para conciliar el sueño y pensamientos suicidas (Tatsiopoulou et al., 2025).

Una de las limitaciones identificadas en este estudio fue la imposibilidad de contar con la participación de algunos adolescentes de educación secundaria. Aunque expresaron su deseo de hacerlo, no fue posible incluirlos debido a la falta de consentimiento por parte de sus padres.

Los autores de esta investigación sugieren que se sigan llevando a cabo investigaciones cualitativas, ya que permiten profundizar en la comprensión y en el abordaje más eficaz de los desafíos en este campo. Esto permitirá desarrollar estrategias preventivas para trastornos mentales en etapas tempranas de la vida.

## Conclusiones

El presente estudio permitió comprender las vivencias de los adolescentes durante el aislamiento social en la pandemia de Covid-19, evidenciándose que dicha situación generó impactos significativos en la salud mental de los adolescentes. A nivel psicoemocional, presentaron estados depresivos, ansiedad, temor al contagio y a la muerte, estrés, dificultades para conciliar el sueño y pensamientos suicidas, lo que sugiere que estas alteraciones resultan de la interacción de múltiples factores, tanto individuales como del entorno. Estos hallazgos resaltan la importancia de diseñar e implementar programas de intervención que brinden apoyo a los adolescentes durante emergencias sanitarias, con el fin de mitigar los efectos adversos en su salud mental.

**Agradecimientos:** los autores agradecen a las instituciones educativas que apoyaron esta investigación, así como a los adolescentes participantes, cuyo compromiso fue fundamental para el desarrollo del estudio.

**Financiación:** recursos propios.

**Conflicto de intereses:** los autores declaran que no presentan ningún conflicto de interés.

## Referencias

Asociación Médica Mundial. (2013). *Declaración de Helsinki de la AMM. Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. <https://www.wma.net/es/policias-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>

- Ayala, R. (2008). La metodología fenomenológico-hermenéutica de M. Van Manen en el campo de la investigación educativa: Posibilidades y primeras experiencias. *Revista de Investigación Educativa*, 26(2), 409-430. <https://revistas.um.es/rie/article/view/94001>
- Blakemore, S. J. y Mills, K. L. (2014). Is adolescence a sensitive period for sociocultural processing? *Annual Review of Psychology*, 65, 187-207. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115202>
- Burns, S. y Grove, S. K. (2019). *Investigación en enfermería. Desarrollo de la práctica enfermera basada en la evidencia* (7.ª ed.). Elsevier Health Sciences.
- Defensoría del Pueblo de Colombia. (20 de septiembre de 2022). *Defensor advierte un aumento del suicidio de menores de edad*. <https://www.defensoria.gov.co/-/defensor-advierte-un-aumento-del-suicidio-de-menores-de-edad>
- de Wit, E., Feldmann, F., Cronin, J., Jordan, R., Okumura, A., Thomas, T., Scott, D., Cihlar, T. y Feldmann, H. (2020). Prophylactic and Therapeutic Remdesivir (GS-5734) Treatment in the Rhesus Macaque Model of MERS-CoV Infection. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 117(12), 6771-6776. <https://doi.org/10.1073/pnas.1922083117>
- del Castillo, P. y Pando, M. F. (2020). Salud mental infanto-juvenil y pandemia de COVID-19 en España: cuestiones y retos. *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 37(2), 30-44. <https://doi.org/10.31766/revpsij.v37n2a4>
- Díaz, F. y Donoso, A. (2022). Infancia y COVID-19: los efectos indirectos de la pandemia COVID-19 en el bienestar de niños, niñas y adolescentes. *Andes Pediátrica*, 93(1), 10-18. [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S2452-60532022005000321&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S2452-60532022005000321&script=sci_arttext)
- Duque, H. y Aristizábal, E. E. (2019). Análisis fenomenológico interpretativo. Una guía metodológica para su uso en la investigación cualitativa en psicología. *Pensando Psicología*, 15(25), 1-24. <https://doi.org/10.16925/2382-3984.2019.01.03>
- Dsouza, D. D., Quadros, S., Hyderabadwala, Z. J. y Mamun, M. A. (2020). Aggregated COVID-19 Suicide Incidences in India: Fear of COVID-19 Infection is the Prominent Causative Factor. *Psychiatry Research*, 290, 113145. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113145>
- Erazo, M. S. (2011). Rigor científico en las prácticas de investigación cualitativa. *Ciencia, Docencia y Tecnología*, (42), 107-136. [https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1851-17162011000100004&lng=es&tlng=es](https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-17162011000100004&lng=es&tlng=es)
- Escobar, S. (2020). *Situación de salud mental en el área metropolitana del Valle de Aburrá durante el aislamiento preventivo decretado en Colombia por la pandemia del COVID-19: un análisis exploratorio* [Trabajo de grado, Universidad EAFIT]. Repositorio Institucional Universidad Eafit. [https://repository.eafit.edu.co/bitstream/handle/10784/17450/Santiago\\_EscobarToro\\_2020.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://repository.eafit.edu.co/bitstream/handle/10784/17450/Santiago_EscobarToro_2020.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
- Fereday, J. y Muir-Cochrane, E. (2006). Demostrar rigor mediante el análisis temático: un enfoque híbrido de codificación inductiva y deductiva y desarrollo de temas. *International Journal of Qualitative Methods*, 5(1), 80-92. <https://doi.org/10.1177/160940690600500107>
- Finol de Franco, M. y Vera, J. L. (2020). Paradigmas, enfoques y métodos de investigación: análisis teórico. *Revista Científica Mundo Recursivo*, 3(1). <https://www.atlantic.edu.ec/ojs/index.php/mundor/article/view/38>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2020). *El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes*. <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes>
- Fuster, D. E. (2019). Investigación cualitativa: método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*, 7(1), 201-229. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n1.267>

- García, M. y Trujillo, A. (2022). Niveles de ansiedad durante el confinamiento obligatorio por COVID-19 en estudiantes de una universidad estatal del Caribe colombiano. *Psicogente*, 25(47), 1-22. <https://doi.org/10.17081/psico.25.47.4421>
- Guanche Garcell, H. (2020). COVID-19. Un reto para los profesionales de la salud. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 19(2), e\_3284. <https://revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3284>
- Hernández, J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Medicentro Electrónica*, 24(3), 578-594. <http://medicentro.sld.cu/index.php/medicentro/article/view/3203/2587>
- Hernández, R. y Mendoza, C. P. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Interamericana.
- Imran, N., Aamer, I., Sharif, M. I., Bodla, Z. H. y Naveed, S. (2020). Psychological Burden of Quarantine in Children and Adolescents: A Rapid Systematic Review and Proposed Solutions. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(5), 1106-1116. <https://doi.org/10.12669/pjms.36.5.3088>
- Jiao, W. Y., Wang, L. N., Liu, J., Jiao, F. Y., Pettoello-Mantovani, M. y Somekh, E. (2020). Behavioral and Emotional Disorders in Children during the COVID-19 Epidemic. *Journal of Pediatrics*, 221, 264-266. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2020.03.013>
- Lange, S., Cayetano, C., Jiang, H., Tausch, A. y Souza, R. O. (2023). Contextual Factors Associated with Country-Level Suicide Mortality in the Americas, 2000–2019: A Cross-Sectional Ecological Study. *The Lancet Regional Health Americas*, 20, 100450. <https://doi.org/10.1016/j.lana.2023.100450>
- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., McManus, M. N., Borwick, C. y Crawley, E. (2020). Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 59(11), 1218-1239.e3. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.05.009>
- Martínez-Salgado, C. (2012). El muestreo en investigación cualitativa: principios básicos y algunas controversias. *Ciência & Saúde Coletiva*, 17(3), 613-619. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012000300006>
- Naciones Unidas. (2 de marzo de 2022). *La pandemia de COVID-19 dispara la depresión y la ansiedad*. <https://news.un.org/es/story/2022/03/1504932>
- Nearchou, F., Flinn, C., Niland, R., Subramaniam, S. S. y Hennessy, E. (2020). Exploring the Impact of COVID-19 on Mental Health Outcomes in Children and Adolescents: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 8479. <https://doi.org/10.3390/ijerph17228479>
- Ochoa-Fuentes, D. A., Gutiérrez-Chablé, L. E., Méndez-Martínez, S., García-Flores, M. A. y Ayón-Aguilar, J. (2022). Confinamiento y distanciamiento social: estrés, ansiedad, depresión en niños y adolescentes. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 60(3), 338-344. <https://europepmc.org/backend/ptpmcrender.fcgi?accid=PMC10396026&blobtype=pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (1 de septiembre de 2025). *La salud mental de los adolescentes*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud. (2017). *Depresión y otros trastornos mentales comunes: Estimaciones sanitarias mundiales*. Repositorio Institucional de la OPS. <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34006/PAHONMH17005-spa.pdf>
- Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud. (2021). *La OPS insta a priorizar la prevención del suicidio tras 18 meses de pandemia por COVID-19*. OPS. <https://www.paho.org/es/noticias/9-9-2021-ops-insta-priorizar-prevencion-suicidio-tras-18-meses-pandemia-por-covid-19>

- Palacio-Ortiz, J. D., Londoño-Herrera, J. P., Nanclares-Márquez, A., Robledo-Rengifo, P. y Quintero-Cadavid, C. P. (2020). Trastornos psiquiátricos en los niños y adolescentes en tiempo de la pandemia por COVID-19. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 49(4), 279–288. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2020.05.006>
- Resolución 8430 de 1993 [Ministerio de Salud de Colombia]. Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. 4 de octubre de 1993.
- Smith, J. A. y Osborn, M. (2008). The Fearfulness of Chronic Pain and the Centrality of the Therapeutic Relationship in Containing It: An Interpretative Phenomenological Analysis. *Qualitative Research in Psychology*, 5(4), 276-288. <https://doi.org/10.1080/14780880701826143>
- Suárez, F. (2015). Un marco ético amplio para la investigación científica en seres humanos: más allá de los códigos y las declaraciones. La propuesta de Ezekiel J. Emanuel. *Perspectivas en Bioética*, 19(2), 182-197. <https://doi.org/10.5294/PEBI.2015.19.2.2>
- Tatsiopoulou, P., Serdari, A., Bonti, E. y Zilikis, N. (2025). Trastornos mentales en la infancia y la adolescencia: una revisión sistemática y metaanálisis de datos epidemiológicos. *BMC Psychiatry*, 25, 1087. <https://doi.org/10.1186/s12888-025-07532-6>
- United Nations. (2020). *Policy Brief: COVID-19 and the Need for Action on Mental Health*. ReliefWeb. <https://reliefweb.int/report/world/policy-brief-covid-19-and-need-action-mental-health-13-may-2020>
- Yeasmin, S., Banik, R., Hossain, S., Hossain, M. N., Mahumud, R., Salma, N. y Hossain, M. M. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on the mental health of children in Bangladesh: A cross-sectional study. *Child and Youth Services Review*, 117, 105277. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105277>