



ESCUELA DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

Desempleo y bienestar emocional en jóvenes ecuatorianos

Profesor

Carlos Benigno Burneo Garcés, PhD.

Autor

Viviana Nathaly Almeida Sarasti

2024

Resumen

El desempleo es un fenómeno socioeconómico que afecta a diversas poblaciones, de manera particular a los jóvenes que inician su vida laboral. La inestabilidad general secundaria a la inexistencia de una fuente de ingresos estable se convierte en un factor de riesgo de la salud mental, debido a su impacto en distintas áreas de desarrollo del individuo, como la económica, emocional y social. En esta materia, la literatura sobre los efectos del desempleo en el bienestar emocional de los jóvenes es amplia. Sin embargo, no se ha estudiado en nuestro país esta relación, cuyas consecuencias, en términos de salud integral y productividad, en una proporción importante de la población son considerables. Por esta razón, se plantea un proyecto de investigación dirigido a estudiar la relación entre el desempleo y el bienestar emocional de jóvenes ecuatorianos. El estudio adopta un enfoque no experimental, cuantitativo, de corte transversal y de alcance descriptivo-correlacional. Participarán en el estudio una muestra de 400 jóvenes desempleados, quienes aportarán información sociodemográfica, clínica y laboral mediante una encuesta en línea. Con base en la literatura, se espera que los resultados muestren una relación directa entre las variables de estudio. A partir de los resultados esperados, se diseña un plan de prevención en salud mental, destinado a fortalecer el bienestar emocional de jóvenes ecuatorianos que se encuentren en situación de desempleo. El desarrollo del proyecto de investigación y del plan de intervención representan dos iniciativas pioneras en su género en el contexto ecuatoriano, que beneficiarán a un porcentaje importante de la población ecuatoriana, además de servir como modelo de futuras investigaciones e intervenciones relacionadas con la población que se encuentra en condición de desempleo.

Palabras clave: Trabajo, Comportamiento, Salud mental, Economía, Ecuador.

Abstract

Unemployment is a socioeconomic phenomenon that affects various populations, particularly young people who are starting their working life. The general instability secondary to the lack of a stable source of income becomes a risk factor for mental health, due to its impact on different areas of individual development, such as economic, emotional, and social. In this area, the literature on the effects of unemployment on the emotional well-being of young people is extensive. However, this relationship has not been studied in our country, the consequences of which, in terms of comprehensive health and productivity, are considerable in a significant proportion of the population. For this reason, a research project is proposed aimed at studying the relationship between unemployment and the emotional well-being of young Ecuadorians. The study assumes a non-experimental, quantitative, cross-sectional approach, and a descriptive-correlational scope. A sample of 400 unemployed young people will participate in the study, who will provide sociodemographic, clinical, and work information through an online survey. Based on the literature, the results are expected to show a direct relationship between the study variables. Based on the expected results, a mental health prevention plan is designed, aimed at strengthening the emotional well-being of young Ecuadorians who are unemployed. The development of the research project and the intervention plan represent two pioneering initiatives of their kind in the Ecuadorian context, which will benefit a significant percentage of the Ecuadorian population, in addition to serving as a model for future research and interventions related to the unemployed population.

Keywords: Work, Behavior, Mental health, Economy, Ecuador.

Índice de contenidos

1. Introducción	5
2. Planteamiento del problema	6
3. Justificación y relevancia del tema	7
4. Objetivos	7
5. Marco teórico	8
6. Marco metodológico	15
6.1. Diseño del estudio.....	15
6.2. Contexto	15
6.3. Participantes y muestreo	16
6.4. Instrumentos	16
6.5. Procedimiento	18
6.6. Análisis de datos	18
6.7. Planificación de actividades por cada objetivo específico	19
6.8. Reflexibilidad de los investigadores	19
6.9. Consideraciones éticas	20
6.10. Viabilidad.....	20
6.11. Resultados esperados.....	21
7. Propuesta de intervención psicológica	21
7.1. Nivel de intervención.....	21
7.2. Fundamentación	22
7.3. Descripción de la propuesta	23
7.4. Objetivos de la intervención	26
7.5. Población objetivo	26
7.6. Actividades de la intervención.....	27
7.7. Recursos necesarios para implementar la intervención	27
7.8. Plan de evaluación de la intervención	27
7.9. Viabilidad.....	28
8. Discusión, conclusiones y recomendaciones	29
8.1. Implicaciones de los resultados esperados	29
8.2. Fortalezas y limitaciones del proyecto de investigación y plan de intervención.....	30
8.3. Conclusiones.....	31
8.4. Recomendaciones	31
9. Referencias	32

1. Introducción

El desempleo es un fenómeno socioeconómico que afecta a diversas poblaciones. A nivel mundial, la tasa de desempleo ascendió al 5,2 % (Fernández, 2024), mientras que en Ecuador la tasa de desempleo se situó en un 3,1% (INEC, 2024). Estas estadísticas consideran toda la población laboralmente activa que no cuenta en determinado momento con un empleo, incluida la población más joven. Desde una perspectiva legal, en el Ecuador se define como jóvenes a los cuidados que tienen entre 18 y 29 años, los cuales constituyen el 20 % de la población total (Del Fierro et al., 2021). Esta población tiene grandes dificultades para ingresar al mercado laboral, debido a varios factores que interactúan, entre las cuales sobresale la exigencia de contar con experiencia laboral para incorporarse a un puesto de trabajo en una empresa (Campuzano et al., 2023). Este requisito resta de posibilidades de acceso al mercado laboral a miles de jóvenes. En este sentido, los jóvenes presentan una tasa del 59,32 % de desempleo, mientras que, en el caso de los adultos, este porcentaje no supera el 40,68 % (Mullo y Marcatoma, 2018).

El desempleo se convierte en un factor de riesgo de la salud mental en toda población que se ve afectada por él. En efecto, la situación de desempleo repercute en distintas áreas de desarrollo del individuo, como la económica, emocional y social, debido a la inestabilidad general secundaria a la inexistencia de una fuente de ingresos (OMS, 2022). La privación de las funciones psicológicas que el empleo proporciona, como la estructura del tiempo, la identidad laboral, las interacciones sociales, la rutina y la participación en objetivos comunes, afecta y tiene secuelas en la salud mental a corto y largo plazo en los jóvenes desempleados (Strandh et al., 2015). Se ha observado que el desempleo no solo impacta en las dimensiones económica individual y social, sino también en la salud física y mental. Estudios previos han demostrado que el desempleo en edades tempranas puede tener efectos duraderos en la salud, que se manifiestan hasta la adultez, especialmente en hombres (Brydsten et al., 2018). Además, los efectos negativos que provoca estar sin empleo, relacionados con la salud mental o el bienestar emocional, están asociados con el estrés, la ansiedad, la depresión, la ideación suicida y los trastornos del estado de ánimo. Estos efectos adversos se hacen visibles mucho después de haber superado la etapa de desempleo y, en algunos casos, se extiende hasta la edad adulta (Strandh et al., 2015; Mamun et al., 2020; Kaçay et al., 2023). Finalmente, se ha observado que el desempleo desemboca en diversos problemas sociales relacionados con fenómenos como la delincuencia y el crimen organizado (Tello, 2023).

En definitiva, el desempleo juvenil en el Ecuador no solo representa una preocupación económica, sino también un grave problema de salud pública. La alta tasa de desempleo entre los jóvenes limita su desarrollo profesional y económico e impacta negativamente su bienestar emocional y mental. Por lo tanto, es fundamental implementar políticas y programas que proporcionen formación a los jóvenes, generen más oportunidades y faciliten su inserción laboral. Al abordar este problema, se contribuye a la construcción de una sociedad más justa y equitativa, donde los jóvenes puedan desarrollar todo su potencial y contribuir activamente al desarrollo del país.

2. Planteamiento del problema

Aunque existe literatura a nivel mundial que visibiliza las consecuencias del desempleo en materia de salud mental, como malestar emocional, estrés, ansiedad, entre otros problemas psicológicos y del comportamiento, en nuestro país existe un vacío de conocimiento relacionado con esta problemática. Esto se debe a que las investigaciones realizadas en nuestro contexto focalizan el aspecto socioeconómico del desempleo, pero no su impacto en la salud mental de la población juvenil afectada.

La literatura sobre los efectos del desempleo en el bienestar emocional de los jóvenes desempleados es amplia. Por ejemplo, los resultados de un estudio longitudinal de 27 años, desarrollado con jóvenes suecos de 18 a 21 años desempleados, sugieren que existe una asociación significativa entre el desempleo juvenil y las secuelas en su salud mental a corto y largo plazo (Strandh et al., 2015). Otros investigadores reportaron una alta prevalencia de angustia mental (61,3 %) y un posible trastorno mental (40,9 %) en jóvenes belgas desempleados, de 18 a 29 años, en comparación con sus pares que no se encontraban en la misma situación (Huegaerts et al., 2017). Además, el desempleo tiene profundas repercusiones en la salud mental, que varían según el género y el rango de edad, siendo las mujeres y los jóvenes los más vulnerables. En un estudio reciente se encontró que el impacto del desempleo en el bienestar mental puede variar entre jóvenes y adultos debido a las diferencias en las responsabilidades financieras y familiares (Bartelink et al., 2020). Asimismo, en una investigación realizada con jóvenes universitarios desempleados de entre 22 a 29 años, se sugiere que las mujeres son más propensas que los hombres a padecer trastornos de salud mental (Mamun et al., 2020).

El empleo brinda múltiples beneficios psicológicos al individuo, fomenta la identidad personal, la integración social y la construcción de relaciones interpersonales. En el caso de los jóvenes, el empleo ofrece un sentido de logro y competencia, que puede verse afectado por el desempleo (Bartelink et al., 2020). Aquellos jóvenes que perdieron su

empleo durante la pandemia por COVID-19 experimentaron altos niveles de ansiedad en comparación con quienes mantenían una ocupación, siendo los aspectos familiares y domésticos los principales desencadenantes de esta sintomatología (Abdel-Al Ibrahim et al., 2022). Así, se evidencia que el trabajo tiene un impacto considerable en el bienestar emocional, vinculado con la vida laboral y social (Tan et al., 2024). En este sentido, la seguridad financiera que ofrece el empleo disminuye el estrés y la ansiedad relacionados con la incertidumbre económica, permitiendo una mayor estabilidad emocional. En contrapartida, a medida que disminuye el nivel de ingresos, aumentan los niveles de ansiedad (Kaçay et al., 2023). Además, el desempleo puede generar problemas con el consumo de alcohol, siendo los hombres los más propensos (Them et al., 2024).

La literatura científica revisada anteriormente, muestra consistentemente que el desempleo tiene un impacto significativo en la salud mental y la calidad de vida de la población juvenil, relacionados a problemas psicológicos y la prevalencia de trastornos mentales. Estos hallazgos revelan la necesidad de abordar este fenómeno dentro del contexto ecuatoriano para abrir posibilidades en cuanto a la creación de estrategias enfocadas a mejorar la salud mental de los jóvenes.

3. Justificación y relevancia del tema

El desempleo juvenil afecta a la estabilidad financiera individual e impacta en la calidad de vida del individuo, en términos de bienestar psicológico y emocional. Dada la creciente tasa de desempleo entre los jóvenes, a nivel nacional e internacional, es esencial comprender cómo este fenómeno influye en su salud mental, por los problemas que puede desencadenar (estrés, ansiedad, depresión, entre otros). Esta información puede ser un valioso recurso en distintas esferas como el diseño de políticas y programas sociales y de formación adaptados a las necesidades del mercado laboral que promuevan la inclusión de los jóvenes desempleados, al igual que la prevención de problemas de salud mental, a través de intervenciones clínicas más efectivas, que se centren en brindar al joven desempleado apoyo psicológico y estrategias específicas para el manejo de estrés, la ansiedad y la depresión, entre otras psicopatologías asociadas al desempleo.

Pregunta de investigación

A partir de los aspectos abordados, surge la pregunta de investigación siguiente: ¿Cómo se relaciona el desempleo con el bienestar emocional de jóvenes ecuatorianos?

4. Objetivos

Para atender la pregunta de investigación, se plantean un objetivo general y tres objetivos específicos, que son descritos a continuación.

Objetivo general

Estudiar la relación entre el desempleo y el bienestar emocional en jóvenes ecuatorianos.

Objetivos específicos

- Identificar las características sociodemográficas de una muestra de 400 jóvenes desempleados, de 18 a 25 años, de diferentes provincias del Ecuador.
- Recabar información sobre la historia laboral de una muestra de 400 jóvenes desempleados, de 18 a 25 años, de diferentes provincias del Ecuador.
- Explorar el estado de salud mental, en particular su bienestar emocional, previo y posterior al momento del desempleo en una muestra de 400 jóvenes desempleados, de 18 a 25 años, de diferentes provincias del Ecuador.

Hipótesis

En función de la literatura revisada, se espera que los resultados de esta investigación revelen una asociación directa y moderada entre el desempleo juvenil y el bienestar emocional en la muestra de estudio.

5. Marco teórico

El desempleo es una problemática que afecta de manera desigual a los grupos poblacionales y sectores económicos de cada país. Al hablar de desempleo, se hace referencia a la situación en la cual personas en edad y capacidad de trabajar no encuentran un empleo remunerado, a pesar de estar activamente buscando trabajo (Bustamante et al., 2020). La tasa de desempleo global proyectada para 2024 se fijó en un 4,9 %, algo menor que el 5,0 % proyectado para 2023. Si bien los datos sobre el mercado mundial son estables, persisten grandes déficits en materia de empleo (OIT, 2024).

La situación laboral en Ecuador presenta diversas facetas. Según datos recientes, en junio de 2024, de la población económicamente activa, el 3,1 % se encontraba en situación de desempleo. Respecto a la población empleada, apenas el 35,4 % trabaja en condiciones adecuadas, ya sea en términos de tiempo completo o de ingresos. Por otro lado, el desempleo juvenil es un asunto prioritario en el Ecuador. La población juvenil, que abarca individuos de 18 a 29 años, enfrenta tasas de desempleo más altas en comparación con la población general. La tasa de desempleo juvenil se situó en el 8,2 %, lo que indica que los jóvenes tienen más del doble de probabilidades de estar desempleados en comparación con otros intervalos etarios (INEC, 2024).

Factores asociados al desempleo

El panorama sociolaboral de Ecuador se caracteriza por una elevada tasa de desempleo y subempleo, agravada por diversos factores y eventos globales. Entre estos se encuentran problemas económicos internos, como la inflación y la falta de inversión pública y extranjera, así como eventos globales, como la pandemia de COVID-19, que impactaron gravemente la economía y las oportunidades laborales en el país; limitando la capacidad de generar empleo estable (Bustamante et al., 2020). Esto se refleja en una disminución de los ingresos laborales y un incremento en la tasa de pobreza extrema por ingresos (Grupo FARO, 2019). Esta situación subraya la necesidad urgente de desarrollar políticas específicas que aborden los desafíos que enfrenta la población ecuatoriana en el mercado laboral. Además de estas variables, también se considera las características personales, redes relacionales, educación, competencias laborales y capital social de origen (Campos et al., 2020). En este sentido, los datos indican que aquellos jóvenes con redes de contacto tienen una mayor probabilidad de estar empleados (Campos et al., 2020). Asimismo, uno de los predictores del desempleo juvenil es tener bajo rendimiento escolar durante la adolescencia. Un estudio longitudinal demostró que los jóvenes que tuvieron bajo rendimiento escolar en la secundaria tenían más probabilidades de tener una trayectoria de desempleo en comparación con aquellos que tenían un excelente rendimiento académico (Doku et al., 2019).

Desempleo y diferencias de género

En términos de género, las mujeres en comparación con los hombres enfrentan mayores tasas de desempleo, que se puede deber a factores culturales y discriminación de género en el ámbito laboral. Pertener al sexo masculino aumenta las probabilidades de empleo, debido a que la mayoría de las oportunidades laborales están relacionadas a trabajos de fuerza física (Campos et al., 2020). En Ecuador, el porcentaje de desempleo entre las mujeres alcanza el 3,7 % (INEC, 2024). La participación laboral femenina sigue siendo baja, y muchas mujeres se ven relegadas al sector informal, que no ofrece las mismas garantías y beneficios que el empleo formal (Bustamante et al., 2020). Esta situación se refleja en la tasa de empleo adecuado, que es del 28,1% para las mujeres, en comparación con el 40,7 % para los hombres (INEC, 2024). Esto evidencia no solo la dificultad para que las mujeres encuentren empleo, sino también la precariedad y la informalidad de muchos trabajos disponibles para este colectivo.

A nivel mundial, esta situación no es diferente, ya que las mujeres enfrentan barreras significativas en el mercado laboral. Esta disparidad también se refleja en la

brecha salarial de género, la cual ONU Mujeres estima en un 23 % a nivel mundial y que no se cerrará hasta 2086 sin medidas correctivas (Cisne, 2023). Además, se estima que el 45,6 % de las mujeres (de 15 años en adelante) están empleadas, en comparación con el 69,2 % de los hombres. Esta desigualdad se ve más marcada en los países en desarrollo, ya que la tasa laboral de mujeres en los países de bajos ingresos es de un 22,8 %, mientras que la de los hombres se ubica en un 15,3 %. Esta brecha se atribuye en gran medida a las responsabilidades familiares y al trabajo no remunerado, que limitan las oportunidades laborales para las mujeres (OIT, 2024). Asimismo, al considerar el desempleo juvenil, la situación se agrava para las mujeres jóvenes. La tasa de desempleo entre mujeres de 15 a 24 años es del 13,48 % (Fernández, 2024), lo que representa una barrera significativa para su integración en el mercado laboral.

Desempleo y salud mental

El desempleo es un fenómeno que afecta a individuos y sociedades en múltiples dimensiones, siendo una de las más graves su influencia en la salud mental. La salud mental es un derecho humano esencial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico de cualquier país o región. Se considera un estado de bienestar que permite a las personas afrontar el estrés cotidiano, desarrollar sus habilidades, aprender y trabajar de manera eficaz, y contribuir al progreso de su comunidad (OMS, 2022). El riesgo de padecer problemas de salud mental se incrementa debido a la exposición de situaciones sociales, económicas, geopolíticas y ambientales adversas (OMS, 2022). Por tanto, el impacto del desempleo va más allá de la pérdida de ingresos, repercutiendo profundamente en el bienestar psicológico y emocional de las personas afectadas.

Uno de los efectos más evidentes del desempleo es el aumento del estrés y la ansiedad. La incertidumbre sobre el futuro y la preocupación constante por la estabilidad financiera generan una presión significativa sobre los individuos. Este estrés prolongado puede desencadenar problemas del sueño y trastornos mentales, como la depresión y la ansiedad, afectando la capacidad de las personas para funcionar de manera efectiva en su vida diaria. En países como China, los investigadores encontraron que los jóvenes desempleados presentan una prevalencia significativa de insomnio asociado al estrés percibido, revelando que la desregulación emocional y estructura del tiempo actúan como mediadores (Hua et al., 2022). Además, el desempleo no solo se asocia a un incremento del estrés en jóvenes, sino también que presentan una menor autoestima comparado con sus pares (Wade et al., 2020). Esto se debe a que el trabajo otorga un sentido de propósito

y pertenencia, el desempleo puede llevar a sentimientos de inutilidad y falta de dirección, exacerbando problemas emocionales y psicológicos.

En América Latina, la salud mental de la población está profundamente afectada por una serie de factores socioeconómicos, entre los cuales el desempleo juega un papel crucial. Algunos datos apuntan a que las personas empleadas presentan mejor salud mental que los adultos jóvenes desempleados (Blanco y Garzón, 2020). Además, los efectos del desempleo en el bienestar físico y emocional no siempre se resuelven con la recuperación del empleo. Las personas que han estado desempleadas durante periodos prolongados pueden experimentar un deterioro duradero en su salud (Brydsten et al., 2018; Strandh et al., 2015). La falta de empleo está vinculada a la pérdida de habilidades, la reducción en la red de apoyo social y la disminución de la capacidad de generar ingresos, lo que puede perpetuar un ciclo de dificultades económicas y problemas de salud.

La salud mental es un elemento fundamental del bienestar general, y en las últimas décadas, tanto a nivel mundial como en América Latina, se ha reconocido la importancia de desarrollar políticas y estrategias integrales para abordarlas. La pandemia de COVID-19 ha aumentado la urgencia de la atención en salud mental, exponiendo debilidades en los sistemas de salud y destacando la necesidad de una respuesta coordinada y efectiva. Entre los principales retos en salud mental se encuentran la falta de financiamiento adecuado, la poca integración de los servicios de salud mental en la atención primaria y las interrupciones en los servicios esenciales debido a la pandemia (OPS, 2023). Esto resalta la necesidad de mejoras estructurales, administrativas y legislativas en el sistema de salud mental, una mejor financiación y distribución de recursos y una mayor integración y evaluación de los servicios brindados.

Desempleo y repercusiones psicopatológicas y criminológicas

El desempleo es un fenómeno multifacético que va más allá de la simple falta de trabajo. Sus repercusiones se extienden a diversos aspectos de la vida de los individuos, afectando su salud mental, sus relaciones sociales y, en algunos casos, aumentando el riesgo de comportamientos delictivos. La percepción en torno al desempleo también juega un papel importante en la salud mental. Después de un año de estar sin empleo, los individuos perciben el fenómeno de manera exclusivamente negativa, lo que los hace más propensos a padecer problemas de salud mental. Por otro lado, aquellos que estuvieron desempleados menos de un año tienden a percibir el desempleo de manera más positiva y utilizan diferentes estrategias para mantener su salud mental (Thill et al., 2019). Asimismo, el deterioro de la salud física se acelera con el desempleo prologando,

especialmente en personas mayores, mientras que en los jóvenes su salud mental empeora, aunque ligeramente (Stauder, 2019). Esto muestra que el desempleo tiene efectos diferenciados en la salud física y mental de los individuos y que está influenciado no solo por la duración del desempleo, sino también por el grupo etario.

Desde una perspectiva psicopatológica, el desempleo puede tener serias repercusiones en la salud mental de los jóvenes. La falta de empleo a menudo conduce a la pérdida de autoestima y confianza en sí mismos (Wade et al., 2020). La incapacidad para encontrar trabajo puede hacer que los jóvenes se sientan poco valiosos, lo que puede desencadenar problemas de salud mental como la depresión y la ansiedad (Tassone et al., 2024). Además, durante la pandemia de COVID-19, el desempleo y la precariedad económica se han identificado como factores significativos en la probabilidad de ideación suicida. Las dificultades financieras, como la incapacidad para pagar el alquiler, se asociaron fuertemente con la ideación suicida (Raifman et al., 2023). Los acontecimientos socioeconómicos vinculados al desempleo tienen grandes repercusiones en los individuos, fomentando el uso de drogas como una forma de lidiar con este fenómeno (Mwanri y Mude, 2021), por lo que siempre será fundamental la identificación de dichos factores.

El impacto criminológico del desempleo juvenil también es significativo. La falta de empleo y las dificultades económicas pueden empujar a algunos jóvenes hacia actividades delictivas como una forma de obtener ingresos. La teoría de la tensión, propuesta por Robert Merton, sugiere que cuando las personas no pueden alcanzar sus objetivos mediante medios legítimos, pueden recurrir a medios ilegítimos. En este contexto, el desempleo y otros factores sociales y culturales pueden ser una fuente de estrés que lleva a los jóvenes a involucrarse en organizaciones criminales y de narcotráfico, participando en actividades delictivas, como el robo, el tráfico de drogas y otros comportamientos antisociales (Tello, 2023).

Desempleo y relacionamiento social

El impacto del desempleo se extiende también en el ámbito social, afectando la dinámica familiar, las relaciones interpersonales y la cohesión comunitaria. La falta de trabajo no solo limita los recursos económicos, sino que también reduce las oportunidades para interactuar y construir relaciones. La participación en actividades sociales suele estar relacionada con tener un empleo (Tan et al., 2024), ya que muchas interacciones sociales ocurren en el entorno laboral o están facilitadas por los ingresos obtenidos del trabajo. Esto puede llevar a los jóvenes a sentirse aislados socialmente, empeorando el bienestar emocional de los jóvenes. Además, el desempleo juvenil puede tener repercusiones

duraderas en el desarrollo económico. La falta de empleo en jóvenes tiene consecuencias no solo inmediatas, sino también duraderas en la economía (Ralston et al., 2022) ya que la fuerza laboral impulsa la productividad y la innovación en la economía de un país.

Desempleo y políticas públicas

El desempleo juvenil tiene profundas consecuencias en distintas dimensiones, las cuales afectan la salud mental, contribuyen a la erosión social y aumenta la probabilidad de comportamientos delictivos. El abordaje de esta problemática requiere de políticas integrales que aborden tanto las causas como las consecuencias del desempleo en jóvenes para mitigar sus impactos negativos a corto y largo plazo. En América Latina y el Caribe, las políticas de empleo están enfocadas en enfrentar los importantes desafíos derivados del bajo crecimiento económico. Se fomenta una mayor inclusión de mujeres y jóvenes en el mercado de trabajo, desarrollando la economía del cuidado e implementando políticas que promuevan la formalización del empleo. Además, se busca mejorar la protección social para los trabajadores, crucial en un contexto donde la informalidad laboral sigue siendo alta. Sin embargo, la desaceleración económica global, junto con la inestabilidad en los mercados financieros y los altos niveles de endeudamiento, empeoran la situación laboral. Las tasas de desempleo juvenil son notablemente más altas que las tasas generales de desempleo, agravadas por la falta de experiencia laboral y las habilidades específicas demandadas en el mercado laboral actual (CEPAL, 2023).

El gobierno ecuatoriano ha implementado estrategias y políticas públicas para fomentar el empleo, enfrentándose a varios desafíos económicos y estructurales. Una de las principales acciones ha sido la reforma de la legislación laboral, para facilitar la contratación y protección de los trabajadores. Asimismo, el gobierno ha lanzado programas como *Mi primer empleo* y ha otorgado incentivos económicos a las empresas que contraten a jóvenes, buscando reducir la tasa de desempleo juvenil. También se han creado modalidades contractuales específicas para sectores como el bananero, turístico, agrícola, y de la construcción, con el objetivo de formalizar el empleo y reducir los costos operativos para los empleadores (Grupo FARO, 2019). Aunque se han implementado diversas estrategias y políticas para mejorar el empleo, Ecuador enfrenta significativos desafíos económicos que afectan especialmente a la población joven debido a la rigidez legislativa y las condiciones económicas adversas (Bustamante et al., 2020). Es crucial que el gobierno continúe ajustando estas políticas para mejorar la flexibilidad del mercado laboral y fomentar un entorno que favorezca la creación de empleo adecuado y sostenible.

Desempleo y cultura

El desempleo en Ecuador está marcado por varias particularidades culturales y un desarrollo sociolaboral complejo, influenciado por factores económicos y políticos. Según la ley ecuatoriana, se establece que el trabajo es tanto un derecho como una obligación social y económica. Sin embargo, en los últimos años, los niveles de empleo adecuado han disminuido, mientras que la informalidad y el desempleo han aumentado, exacerbando la crisis social, económica y de seguridad, así como al aumento de las tasas de emigración que actualmente impactan en el país (Cisne, 2023). Históricamente, dentro del contexto ecuatoriano, han existido varias olas migratorias en búsqueda de empleo o mejores ingresos, los principales destinos de migración han sido España, Estados Unidos e Italia. Este fenómeno se caracteriza por un creciente número de mujeres migrantes, lo que ha influido en la dinámica familiar y en la construcción de comunidades que operan más allá de las fronteras nacionales (Melella, 2014). En este sentido, el problema del desempleo en Ecuador es estructural, revelando desigualdades históricas y falta de políticas transformadoras en materia de disparidades por edad, género y ubicación geográfica.

El empleo se ha visto como una medida de éxito y respeto en la sociedad ecuatoriana. La capacidad de un individuo para mantener a su familia y contribuir a la comunidad está directamente vinculada a su acceso a un empleo digno. Esta percepción cultural intensifica el impacto emocional del desempleo, creando una sensación de vergüenza o fracaso entre aquellos que no pueden encontrar empleo (Melella, 2014). El desempleo también se ve influenciado por características culturales y personales; esto debido a que muchas personas que declaran estar "*buscando trabajo*" imponen condiciones exigentes para aceptar empleo y, al encontrar uno, pueden demostrar inestabilidad y altos niveles de ausentismo. Asimismo, contribuyen al desempleo, posiblemente debido a desmoralización o porque cuentan con algún medio de subsistencia alternativa (Bustamante et al., 2020).

Desempleo y vacíos en la literatura

Las limitaciones y los vacíos de los estudios previos no solo contextualizan la relevancia del nuevo estudio, sino que también identifican áreas donde se necesita más investigación. En este sentido, se analizaron las limitaciones de las investigaciones estudiadas y se identificó que muchas de ellas carecen de métodos longitudinales, cuentan con tamaños de muestra insuficientes y utilizan una variedad limitada de instrumentos de medición que no consideran adecuadamente factores cognitivos y psicológicos.

La mayoría de los estudios existentes se han realizado en países desarrollados o en contextos socioeconómicos que difieren significativamente de la realidad ecuatoriana, ya que al ser un país con sus propias particularidades económicas, culturales y sociales; dichos estudios impiden una comprensión precisa de cómo el desempleo juvenil afecta el bienestar emocional. Además, se destaca la oportunidad de llevar a cabo investigaciones locales que exploren estas dinámicas en profundidad. Esto incluye el análisis de como el desempleo afecta a diferentes subgrupos dentro de la juventud ecuatoriana. Por ejemplo, jóvenes indígenas y afroecuatorianos, que pueden enfrentar barreras adicionales en el mercado laboral debido a la discriminación racial, la falta de acceso a educación de calidad, o a la marginación social.

6. Marco metodológico

El marco metodológico tiene como objetivo explicar la forma en que se desarrolla la investigación. Para facilitar su comprensión, se ha estructurado esta sección en diferentes temas, que se abordarán a continuación.

6.1. Diseño del estudio

El proyecto emplea un diseño no experimental, de enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo-correlacional y de corte transversal. La ausencia de manipulación de variables clasifica el estudio como no experimental. El enfoque cuantitativo, en cambio, se debe a que se recogerán medidas sobre las variables de estudio a través de instrumentos de evaluación psicológica, proporcionando los datos estadísticos necesarios para determinar si existe una relación entre las variables. Además, el propósito del proyecto, que es describir y correlacionar las variables clave, define su alcance. Finalmente, el corte transversal del diseño se debe a que se recogerán datos en un solo momento en el tiempo.

6.2. Contexto

En el Ecuador existen muchas investigaciones sobre el desempleo, en diferentes poblaciones, provincias, rango de edad, etc., pero no sobre la relación entre el desempleo y el bienestar emocional en jóvenes. En un contexto donde los jóvenes representan gran parte de la población, su inserción laboral y estabilidad emocional son fundamentales para el progreso nacional. La economía ecuatoriana se caracteriza por altos niveles de informalidad laboral o subempleo, lo que puede limitar las oportunidades de crecimiento profesional y económico de las personas (Silva et al., 2022). Además, la cohesión familiar y comunitaria, que son características culturales de la sociedad ecuatoriana, agravan, en cierta medida, las consecuencias del desempleo. Por lo tanto, la falta de empleo en los jóvenes puede provocar tensiones dentro de las familias, ya que los jóvenes

desempleados suelen depender económicamente de sus padres por más tiempo (Bustamante et al., 2020). Por último, no hay que perder de vista la relación entre desempleo, consumo de sustancias, migración forzada y delincuencia, entre otras repercusiones sociales de este fenómeno (Tello, 2023).

6.3. Participantes y muestreo

El estudio contará con la participación de 400 jóvenes, de entre 18 y los 25 años, de tres provincias de Ecuador (Pichincha, Guayas y Azuay), que se encuentran desempleados, por lo menos, tres meses y que no realicen desde entonces ninguna actividad retribuida. Para seleccionar la muestra de estudio se aplicará la técnica de muestreo *bola de nieve*, debido a la dificultad logística y estratégica para realizar un muestreo probabilístico y de mayor rigurosidad. Esta estrategia consiste en que cada participante sugiere otros posibles participantes, facilitando así el contacto en casos de difícil acceso (Morone, 2013).

Para ser parte de esta investigación, se aplicarán, a los potenciales interesados, los criterios de inclusión siguientes:

- Tener entre 18 a 25 años.
- Estar desempleado/a al momento de la recolección de datos.
- No tener condiciones de salud mental y física severas, que pueden interferir con su capacidad para responder los instrumentos de evaluación.
- Residir en las provincias de Pichincha, Guayas o Azuay.
- Proporcionar información detallada sobre su historia laboral y bienestar emocional.
- Firmar el Consentimiento Informado.

6.4. Instrumentos

Para obtener los datos necesarios que permitan cumplir el objetivo del estudio, se aplicará el siguiente protocolo de evaluación.

Características sociodemográficas

Cuestionario de características sociodemográficas ad hoc. Se trata de un cuestionario de tipo autoinforme, adaptado al contexto ecuatoriano y la población elegida para este estudio. Tendrá como objetivo recolectar información sociodemográfica relevante para una comprensión profunda de las características de la muestra. Este instrumento consta de 15 ítems y cubre diversas áreas clave como datos demográficos (edad, sexo, género, estado civil y nivel educativo), lugar de residencia (provincia y ciudad, área de residencia urbana o rural), composición familiar (número de miembros en el hogar, parentesco de los

miembros del hogar), y condiciones de vivienda (tipo de vivienda, acceso a servicios básicos), situación económica (ingresos familiares mensuales y principales fuentes de ingreso). La administración del cuestionario tendrá una duración estimada de 15 a 20 minutos, y se aplicará por medios digitales, para una mayor accesibilidad.

Historia laboral

Cuestionario de historia laboral ad hoc. Se trata de un instrumento de autoinforme, diseñado para recopilar información detallada e identificar patrones en la historia laboral de jóvenes desempleados ecuatorianos. Consta de 20 ítems y abarca los siguientes temas: datos básicos (edad de inicio en el mercado laboral, última ocupación y duración del último empleo), historia de empleo (número de empleo, duración promedio de los empleos previos, tipo de contrato, motivo de finalización de empleo), condiciones laborales (nivel de satisfacción con empleos anteriores, condiciones laborales, remuneración en empleos anteriores), búsqueda de empleo (duración de desempleo actual, métodos de búsqueda de empleo actualizado, número de entrevistas de trabajo realizadas en los últimos tres meses), capacitación y formación (participación en programa de formación durante el desempleo, relevancia de las capacitaciones recibidas para el mercado laboral actual). La duración aproximada será de 15 a 20 minutos. Los resultados son sometidos a un análisis cuantitativo de las respuestas, permitiendo identificar patrones y correlaciones entre las variables. Cada ítem será clasificado en categorías predefinidas para facilitar el análisis. Las respuestas se agruparán por temas, como condiciones laborales, duración del desempleo y métodos de búsqueda de empleo, para un análisis detallado y estructurado.

Estado de salud mental, en particular su bienestar emocional

Escala de Bienestar Psicológico (EBP; Sánchez- Cánovas, 2021). Este instrumento está diseñado para medir el bienestar general basado en la percepción subjetiva de la satisfacción en diversos aspectos de la vida. La escala consta de 65 ítems distribuidos en cuatro subescalas: bienestar psicológico subjetivo, bienestar material, bienestar laboral y relaciones con la pareja. En este estudio, se omitirá la subescala de Relaciones con la Pareja, la cual aplica a partir de los 26 años. Cada ítem posee una escala Likert de cinco puntos, con puntuaciones que van del 1 al 5. El EBP facilita la evaluación concisa y rápida del nivel general de felicidad de la persona, así como de su satisfacción con ingresos económicos, bienes materiales y trabajo, como aspectos cruciales para el bienestar psicológico global, en 20 minutos de aplicación. Finalmente, esta herramienta ha mostrado buenas características psicométricas ya que la muestra de tipificación está formada por 1.885 sujetos (Sánchez- Cánovas, 2021). Aunque la escala no se ha adaptado al contexto

ecuatoriano, ha mostrado excelentes índices de validez y fiabilidad en el contexto latinoamericano, particularmente en Venezuela, donde se validó en una muestra de empleados del sector formal (Constant y Aubeterre, 2011).

6.5. Procedimiento

En primer lugar, se seleccionará la muestra de 400 jóvenes ecuatorianos en condición de desempleo, gracias a la combinación de la técnica *bola de nieve* y encuestas en línea. Las encuestas en línea tendrán como objetivo ampliar el alcance y la accesibilidad del estudio, y facilitar la incorporación de nuevos participantes al proceso de investigación. Inicialmente, se identificará y contactará a un grupo pequeño de jóvenes desempleados a través de redes sociales, instituciones de educación superior, grupos comunitarios y contactos personales. A estos participantes iniciales se les solicitará que refieran a otros jóvenes desempleados que conozcan, creando así una cadena de referencias que permitirá ampliar la muestra de manera efectiva y alcanzar una diversidad demográfica representativa. Paralelamente, se distribuirá una encuesta en línea que permita llegar a una población más amplia y diversa de jóvenes, quienes pueden encontrarse dispersos geográficamente y no ser fácilmente accesibles a través de métodos tradicionales de recolección de datos. Dicha encuesta se distribuirá a través de plataformas digitales populares, como redes sociales y foros en línea, utilizando estrategias de publicidad dirigida para asegurar que la encuesta llegue a la población objetivo. Estas encuestas incluirán preguntas detalladas sobre el estado emocional, el tiempo de desempleo y las circunstancias personales de los participantes; y para incentivar la participación en el estudio. Las encuestas en línea incluirán información detallada sobre el propósito y la importancia de la investigación, así como los beneficios potenciales de su participación. Finalmente, se incluirán recordatorios y actualizaciones periódicos para mantener el interés y la motivación de los participantes a lo largo del estudio. La combinación de estas dos metodologías garantizará la recolección de datos de una muestra suficientemente grande y diversa. Por último, a los interesados en participar en el estudio se les explicará detalladamente las características y el procedimiento de la investigación. Una vez firmado el Consentimiento Informado, se procederá a agendar la fase de evaluación.

6.6. Análisis de datos

El análisis de datos es un proceso metódico que implica examinar, limpiar, transformar e interpretar conjuntos de datos para descubrir patrones, preferencias y relaciones significativas, proporcionando así información valiosa para la toma de decisiones (Peña, 2017). Para procesar los datos obtenidos se utilizará el paquete

estadístico IBM SPSS.22 para Windows (IBM, 2022), y se aplicarán diversos análisis (descriptivos, *t* Student y *r* de Pearson), con niveles de significancia de $p < .001$. Se interpretará los datos a la luz de la literatura existente, discutiendo sus implicaciones tanto para la práctica como para futuras investigaciones. Por último, se presentarán los resultados de manera clara y precisa, resaltando los principales hallazgos.

6.7. Planificación de actividades por cada objetivo específico

El estudio se desarrollará en seis meses, cuyas principales actividades se describen en la Tabla 1.

Tabla 1

Actividades esenciales del proyecto de investigación, por objetivo específico

Objetivo específico	Actividades por objetivo	Inicio	Fin
O.1 <i>Identificar las características sociodemográficas de una muestra de 400 jóvenes desempleados, de 18 a 25 años, de diferentes provincias del Ecuador.</i>	A.1.1 Diseño del cuestionario sociodemográfico.	M0	M1
	A.1.2 Promoción del estudio en redes sociales.	M0	M4
	A.1.3 Recolección de datos sociodemográficos.	M1	M5
	A.1.4 Análisis e interpretación de datos.	M5	M6
O.2 <i>Recabar información sobre la historia laboral de una muestra de 400 jóvenes desempleados, de 18 a 25 años, de diferentes provincias del Ecuador.</i>	A.2.1 Diseño del cuestionario de historia laboral.	M1	M1
	A.2.2 Aplicar el cuestionario a los participantes.	M1	M5
	A.2.3 Analizar e interpretar los datos recolectados.	M5	M6
O.3 <i>Explorar el estado de salud mental, en particular su bienestar emocional, previo y posterior al momento del desempleo en una muestra de 400 jóvenes desempleados, de 18 a 25 años, de diferentes provincias del Ecuador</i>	A.3.1 Seleccionar y adaptar la EBP al contexto ecuatoriano	M2	M3
	A.3.2 Aplicación de la EBP	M3	M5
	A.3.3 Analizar los datos de la EBP	M5	M6
	A.3.4 Comparar y correlacionar los datos de bienestar emocional con la historia laboral y las características sociodemográficas	M6	M6

Nota. O = Objetivo; A= Actividad; M= Mes

6.8. Reflexibilidad de los investigadores

En este estudio, la investigadora y sus colaboradores reflexionarán sobre la intersubjetividad, es decir, la manera en que sus propias experiencias y percepciones puede influir en su interpretación de los datos y en su relación con los participantes. Para mitigar este impacto, se emplearán estrategias como el mantenimiento de un diario de campo donde registrarán sus reflexiones personales y experiencias durante el proceso de investigación, discusiones y reuniones regulares en equipo, donde se analizarán las percepciones y experiencias individuales en el contexto del estudio. Dichas estrategias permitirán identificar posibles sesgos y, como consecuencia, ajustar el procedimiento, de manera adecuada, para garantizar la objetividad y la validez de los datos recopilados.

Asimismo, la supervisión externa y la búsqueda activa de *feedback* por parte de los participantes, quienes proporcionarán sus percepciones sobre las interacciones y la investigación en general, será fundamental para mantener una perspectiva imparcial y ajustar continuamente el enfoque del estudio, en caso de ser necesario.

6.9. Consideraciones éticas

El estudio deberá contar con el visto bueno de un Comité de Ética para la investigación con seres humanos. En este estudio se garantizará la participación voluntaria de los interesados, quienes recibirán información detallada de todos los aspectos del estudio. Los participantes tendrán derecho a ser tratados con respeto y dignidad, recibir información completa antes de decidir participar en el estudio, la confidencialidad de sus datos, y retirarse en cualquier momento. Aquellos que decidan participar, deberán firmar un consentimiento informado que detalla claramente los objetivos, procedimientos, riesgos y beneficios del estudio, destacando que la información recopilada se utilizará exclusivamente con fines académicos. Los datos recolectados se codificarán para proteger la identidad de los participantes, según las políticas de manejo de datos sensibles. El estudio contribuirá al conocimiento sobre el impacto del desempleo en el bienestar emocional de los jóvenes, enriqueciendo la literatura científica en el contexto ecuatoriano y visibilizando esta problemática, lo que podría fomentar el desarrollo de políticas públicas, programas e intervenciones adecuadas. En cuanto a los posibles riesgos para los participantes se clasificarán como leves y moderados. No se anticipan riesgos graves en este estudio. Los riesgos leves incluyen posibles molestias temporales al responder preguntas personales, mientras que los moderados podrían implicar estrés emocional al recordar experiencias laborales negativas. Para abordar estos riesgos, se proporcionará información de contacto de servicios gratuitos de apoyo psicológico.

6.10. Viabilidad

La viabilidad del presente estudio se ha evaluado cuidadosamente, considerando factores clave como recursos humanos, materiales, financieros y de tiempo. Aunque se trata de una propuesta de proyecto para la finalización de estudios de posgrado, el proyecto se puede llevar a cabo en el futuro. Además, la recolección de datos se realizará principalmente a través de medios digitales. Los recursos materiales necesarios incluyen computadoras, acceso a internet, y software para la creación y administración de encuestas online. El uso de plataformas digitales también facilitará el almacenamiento seguro y el manejo de los datos. Aunque el presupuesto disponible para el estudio es limitado, el uso de herramientas digitales gratuitas o de bajo costo permitirá minimizar los

gastos, que se cubrirán a través de subsidios o apoyos institucionales. La posible dificultad para contactar a jóvenes desempleados en diferentes provincias del Ecuador o una baja tasa de respuesta de los participantes se contrarrestará con la técnica *bola de nieve*, la creación de materiales informativos atractivos sobre el estudio y el envío de recordatorios periódicos a los participantes.

6.11. Resultados esperados

En función de la literatura revisada sobre el tema de estudio, se espera que los resultados de esta investigación revelen una asociación significativa entre el desempleo juvenil y las dificultades en la salud mental, específicamente en términos de bienestar emocional, en la muestra de jóvenes ecuatorianos. Se anticipa que los jóvenes desempleados presenten niveles altos de estrés, ansiedad y depresión en comparación con sus pares empleados, evidenciando así el impacto negativo del desempleo en su bienestar emocional. En cuanto a la literatura sobre la materia, estudios previos han encontrado una relación significativa entre el desempleo juvenil y diversas psicopatologías relacionadas con la depresión, ansiedad, el estrés, los problemas de sueño, la disminución de la autoestima y valía personal, e ideación suicida (Abdel-Al Ibrahim et al., 2022; Hugaerts et al., 2017; Kaçay et al., 2023; Mamun et al., 2020; Strandh et al., 2015). Además, se espera identificar factores sociodemográficos y antecedentes laborales que puedan influir en esta relación, proporcionando una visión integral del problema y destacando áreas clave para intervenciones futuras y la formulación de políticas públicas orientadas a mejorar la salud mental de los jóvenes desempleados en Ecuador.

7. Propuesta de intervención psicológica

A partir de los resultados del proyecto *Desempleo y bienestar emocional en jóvenes ecuatorianos*, se plantea el plan *Estar desempleado y no morir en el intento*, destinado a brindar a jóvenes desempleados herramientas y recursos para cuidar su salud mental y prevenir el desarrollo de psicopatologías asociadas al estado de desempleo.

7.1. Nivel de intervención

El plan de intervención *Estar desempleado y no morir en el intento* se sitúa en el ámbito de la prevención. Existen tres niveles de prevención. La prevención primaria busca impedir la aparición inicial de una enfermedad a través de la promoción de hábitos saludables y la reducción de riesgos. La prevención secundaria se enfoca en la detección precoz y el tratamiento oportuno de una enfermedad para evitar su progresión. Por último, la prevención terciaria tiene como objetivo reducir las complicaciones y mejorar la calidad

de vida de quienes ya padecen una enfermedad, a través de la rehabilitación y el manejo adecuado de los síntomas (Julio et al., 2011).

7.2. Fundamentación

La propuesta se basa en la evidencia, que sugiere que la situación laboral es una problemática compleja y multifacética. A nivel global, la tasa de desempleo se proyecta en un 4,9 % (OIT, 2024). En Ecuador, la tasa de desempleo general es de 3,1%, siendo las mujeres las más afectadas, con una tasa de 3,7 %. Esto es más preocupante en la población juvenil, con una tasa de desempleo del 8,2 %. Además, solo el 35,4 % de la población en edad de trabajar lo hace en condiciones adecuadas (INEC, 2024). Las estadísticas reflejan las dificultades que enfrentan los jóvenes en el mercado laboral, debido a factores como falta de experiencia y oportunidades adecuadas, informalidad, brechas salariales y discriminación de género. En efecto, la investigación evidencia una correlación directa, moderada y significativa entre el desempleo juvenil y el deterioro del bienestar emocional. Estudios previos han destacado que la falta de empleo puede tener un impacto negativo en el bienestar emocional, generando estrés, ansiedad, depresión, problemas del sueño, ideación suicida y baja autoestima, derivados de la incertidumbre financiera y la falta de propósito que el empleo otorga (Abdel-Al Ibrahim et al., 2022; Bartelink et al., 2020; Huegaerts et al., 2017; Kaçay et al., 2023; Mamun et al., 2020; Thern et al., 2024; Strandh et al., 2015). El desempleo prolongado puede deteriorar la salud física, llevar al aislamiento social, fomentar actividades delictivas, marginación y el uso de drogas como mecanismos de afrontamiento (Mwanri y Mude, 2021; Stauder, 2019; Tan et al., 2024; Tello, 2023).

Las políticas públicas de empleo buscan enfrentar los desafíos derivados del bajo crecimiento económico, incluyendo la mayor inclusión de mujeres y jóvenes en el mercado de laboral y la promoción de la formación del empleo (CEPAL, 2023). En nuestro contexto, se ha implementado reformas laborales y programas como *Mi primer empleo* para reducir el desempleo juvenil (Grupo FARO, 2019). Sin embargo, la economía ecuatoriana enfrenta desafíos estructurales que limitan la efectividad de estas políticas, como la dependencia del petróleo, la alta deuda externa y las crisis sociales recurrentes (Bustamante et al., 2020).

En relación con la salud mental, en las últimas décadas, se ha reconocido la importancia de desarrollar políticas y estrategias integrales para abordarlas. La pandemia de COVID-19 ha aumentado la urgencia de la atención en salud mental, exponiendo debilidades en los sistemas de salud y destacando la poca integración de los servicios de

salud mental en la atención primaria y las interrupciones en los servicios esenciales debido a la pandemia (OPS, 2023). Por lo tanto, es necesario mejorar la financiación y distribución de recursos y asegurar una mayor integración y evaluación de los servicios de salud mental (MSP, 2022). Por tanto, la implementación de programas preventivos serán una gran oportunidad para mitigar el impacto negativo del desempleo en los jóvenes y así, contribuir positivamente a la población ecuatoriana.

7.3. Descripción de la propuesta

Estar desempleado y no morir en el intento es una iniciativa de prevención en salud mental que busca fortalecer el bienestar emocional de jóvenes ecuatorianos que se encuentren en situación de desempleo. El plan tiene una duración de cinco meses y tres fases, abarcando un total de nueve sesiones, a razón de una por semana, excepto la sesión de seguimiento. Cada sesión tendrá una duración aproximada de dos horas, a excepción de la semana 5, que tendrá una duración aproximada de tres horas. Las sesiones se llevarán a cabo una vez por semana, excepto la última sesión de seguimiento. La intervención se llevará a cabo con jóvenes desempleados que residen en la ciudad de Quito. Para el reclutamiento de participantes, se utilizará la técnica *bola de nieve* y la difusión de publicidad dirigida a través de medios digitales. El plan no tendrá ningún costo y los participantes deberán cumplir los criterios de inclusión siguientes:

1. Ser mayor de edad.
2. Estar en situación de desempleo.
3. Residir en la ciudad de Quito.
4. Tener disponibilidad de tiempo.
5. Disponer de acceso a medios digitales.
6. Firmar el Consentimiento Informado.

El plan de intervención se realizará de manera presencial en establecimientos que reúnan las características necesarias para trabajar con el número de participantes propuesto. Para ello, se suscribirán acuerdos con universidades privadas de la ciudad de Quito, de tal modo que sus docentes y estudiantes de últimos años de la carrera de Psicología puedan realizar sus prácticas preprofesionales de vinculación con la comunidad, bajo supervisión. También se contará con la participación de psicólogos, mayormente voluntarios, encargados en la ejecución de la intervención a lo largo del programa. Además, se buscará el apoyo económico y social de organizaciones sin fines de lucro que estén alineadas con el desarrollo de esta propuesta, con el fin de minimizar el

riesgo de sostenibilidad y cubrir los costos de la intervención. A continuación, se describe una síntesis de cada sesión.

Fase 1

Sesión 1 (Semana 1)

Introducción y evaluación inicial. Se presentará el programa y sus objetivos a los participantes y luego se llevará a cabo una evaluación inicial utilizando el cuestionario estandarizado de la Escala de Bienestar Psicológico (Sánchez- Cánovas, 2021), y cuestionarios *ad hoc*, de tipo autoinforme, para recolectar información sociodemográfica y laboral. Además, se reservará un espacio al finalizar la sesión, donde se podrá responder preguntas y preocupaciones de los participantes. Los datos recolectados se analizarán cuantitativamente para obtener una línea base sobre el estado de salud mental, situación laboral y sociodemográfica de los participantes antes de la intervención.

Sesión 2 (Semana 2)

Introducción a conceptos claves. El objetivo de esta sesión será introducir conceptos claves como desempleo, impacto del desempleo en el bienestar emocional, impacto económico y social del desempleo juvenil e importancia de la resiliencia. Esta sesión tendrá una duración aproximada de dos horas y se realizará mediante la presentación de diapositivas y la incentivación activa para la participación del grupo para compartir experiencias y asimilar conceptos.

Fase 2

Sesión 3 (Semana 3)

Gestionando el estrés. Durante la sesión, se realizará una presentación sobre el estrés y sus efectos en el bienestar emocional, para que los participantes puedan identificar factores estresores y desarrollar un plan de manejo del estrés. Tendrá como objetivo enseñar técnicas de manejo del estrés y autocuidado, mediante la práctica de técnicas de relajación, como la respiración profunda y la meditación. Además de brindar una breve introducción teórica al *Mindfulness* y la práctica de estrategias del *Mindfulness* como el escaneo corporal. Al finalizar, se dará paso a la reflexión y discusión como grupo sobre los hábitos de autocuidado y bienestar.

Sesión 4 (Semana 4)

Navegando tempestades. Durante la sesión, se explicará la importancia de la resiliencia y la resolución de problemas en la vida diaria. Se tomará en consideración los componentes de la resiliencia y los pasos para la resolución de problemas. Esto se realizará mediante

actividades prácticas como dinámicas de grupo (role-playing, brainstorming), ejercicios individuales (diario de resiliencia) y lecturas recomendadas sobre la temática.

Fase 3

Sesión 5 (Semana 5)

Prepárate para el éxito. Esta sesión tendrá una duración de tres horas y el objetivo es proporcionar orientación y asesoramiento sobre la búsqueda de empleo. Se identificará las características del currículum vitae, carta de presentación y las habilidades y competencias laborales. Asimismo, se brindarán estrategias para la búsqueda de empleo como el uso de redes y portales de empleo. En la última hora, se realizará con participantes voluntarios, simulaciones de entrevistas para que puedan cimentar el conocimiento adquirido.

Sesión 6 (Semana 6)

Tejiendo oportunidades. Esta sesión tendrá como objetivo fomentar la creación y el fortalecimiento de redes de apoyo social en los participantes, mediante la explicación sobre la importancia del *networking* y las redes de apoyo, sus beneficios y las estrategias para construirlas. Esto, mediante el uso de simulaciones y actividades grupales para identificar fuentes de apoyo dentro de su comunidad y círculo social además de la construcción de confianza y cooperación entre los participantes.

Sesión 7 (Semana 7)

Camina hacia el futuro. En esta sesión se busca que cada participante identifique y establezca metas para su futuro repartidas en corto, mediano y largo plazo en áreas de empleo, educación y bienestar, además de la revisión y evaluación para reconocer recursos personales y apoyos necesarios para implementar su plan de metas.

Sesión 8 (Semana 8)

Evaluación final y cierre. Esta sesión tendrá como objetivo evaluar los resultados del programa y proporcionar retroalimentación a los participantes. Por tanto, se realizará una evaluación postintervención utilizando los mismos cuestionarios utilizados en la evaluación inicial. Los participantes completarán nuevamente los cuestionarios para medir cualquier cambio en su bienestar emocional y situación laboral.

Sesión 9 (Semana 9)

Seguimiento. Esta sesión será realizada por medios digitales posterior a la finalización del programa de intervención en un lapso de tres meses para ver el efecto positivo de la intervención a largo plazo.

7.4. Objetivos de la intervención

El plan de intervención *Estar desempleado y no morir en el intento* se plantea un objetivo general y tres objetivos específicos, que se detallan a continuación.

Objetivo general

Fortalecer el bienestar emocional de jóvenes ecuatorianos que se encuentran en situación de desempleo.

Objetivos específicos

- Evaluar las características sociodemográficas, bienestar emocional y situación laboral de una muestra de jóvenes ecuatorianos desempleados.
- Aplicar un ciclo de sesiones destinado a dotar a jóvenes ecuatorianos desempleados de recursos y estrategias para prevenir la aparición de psicopatologías habitualmente asociadas al desempleo.
- Realizar un seguimiento posterior a la aplicación del ciclo de sesiones, para valorar su efecto y estabilidad en el tiempo.

7.5. Población objetivo

Se trabajará con una muestra de 300 jóvenes ecuatorianos, mayores de edad, residentes en la ciudad de Quito y desempleados más de tres meses.

Tabla 2

Actividades del plan de intervención *Estar desempleado y no morir en el intento*

Objetivo específico	Actividades por objetivo	Inicio	Fin
O.1. Evaluar las características sociodemográficas, bienestar emocional y situación laboral en la muestra de estudio.	A.1.1. Realizar la promoción del plan preventivo por medios digitales para receptor participantes	M1	M1
	A.1.2. Realizar la recolección de documentación con relación al consentimiento informado de todos los participantes	M1	M1
	A.1.4. Recolección de datos de las características sociodemográficas, historia laboral y bienestar emocional.	M1	M1
	A.1.5. Analizar los datos recolectados y preparar un informe preliminar de la situación de los participantes.	M1	M1
O.2. Aplicar un ciclo de sesiones destinado a dotar a jóvenes ecuatorianos desempleados de recursos y estrategias para prevenir la aparición de psicopatologías habitualmente asociadas al desempleo.	A.2.1. Implementación de la primera fase: <i>Introducción y evaluación inicial e Introducción a conceptos claves.</i>	M1	M1
	A.2.2. Implementación de la segunda fase: <i>Gestionando el estrés y Navegando Tempestades.</i>	M1	M1
	A.2.3. Implementación de la tercera fase: <i>Prepárate para el Éxito, Tejiendo oportunidades, Camina hacia el futuro y Evaluación final y cierre.</i>	M2	M2
O.3. Realizar un seguimiento posterior a la aplicación del ciclo de sesiones, para valorar su efecto y estabilidad en el tiempo.	A.3.1. Aplicación de los instrumentos de evaluación y recolección de datos de las características sociodemográficas, historia laboral y bienestar emocional.	M2	M5
	A.3.2. Elaboración del informe final y análisis de los resultados del plan de intervención.	M5	M5

Nota. O= Objetivo; A= Actividad; M= Mes

7.6. Actividades de la intervención

El plan de intervención *Estar desempleado y no morir en el intento* se desarrollará en un lapso cinco meses, con un total de nueve actividades, distribuidas en cuatro actividades dirigidas a cumplir el primer objetivo, tres actividades orientadas al segundo objetivo y dos actividades para alcanzar el tercer objetivo (ver Tabla 2).

7.7. Recursos necesarios para implementar la intervención

Para el desarrollo del plan *Estar desempleado y no morir en el intento* son necesarios recursos humanos y materiales. Como parte de los recursos humanos, se considera a psicólogos y estudiantes de los últimos años de la carrera de Psicología, además de supervisores y coordinadores. Los materiales necesarios van desde el equipo tecnológico y audiovisual hasta espacios físicos (ver Tabla 3).

Tabla 3

Recursos para implementar la intervención Estar desempleado y no morir en el intento

Componente	Recursos	
	Humanos	Materiales
Evaluar las características sociodemográficas, bienestar emocional y situación laboral.	Psicólogos clínicos, laborales o generales (4) Asistentes de coordinación, estudiantes de los últimos años de psicología (3) Coordinadores de proyecto (2)	Cuestionarios estandarizados en papel y digital Equipo tecnológico (almacenamiento en discos duros portátiles, computadoras, etc.) Espacios que reúnan las características necesarias para la aplicación de instrumentos de evaluación Equipo tecnológico y audiovisuales (almacenamiento en discos duros portátiles, computadoras, proyectores, parlantes, micrófono, etc.)
Aplicar un plan preventivo destinado a dotar a jóvenes ecuatorianos desempleados de recursos y estrategias	Psicólogos (6) Asistentes logísticos y administrativos, estudiantes de los últimos años de la carrera de Psicología (5) Supervisores (5)	Espacios que reúnan las características necesarias para la aplicación de instrumentos de evaluación Cuadernos y folletos informativos para participantes Materiales digitales y físicos (hojas, cuadernos, diapositivas, pizarra, marcadores, etc.)
Realizar un seguimiento posterior a la aplicación del plan preventivo	Psicólogos clínicos, laborales o generales (4) Asistentes logísticos y administrativos, estudiantes de los últimos años de psicología (3) Supervisores (3) Coordinadores de seguimiento (2)	Equipo tecnológico (almacenamiento en discos duros portátiles, computadoras, etc.) Plataformas digitales (Google, Google Forms, etc.) Cuestionarios digitales Material digital (diapositivas, infografías, informes, etc.)

7.8. Plan de evaluación de la intervención

Para evaluar de manera integral el plan de intervención, se considerarán varios parámetros: organización de la intervención, desarrollo de las sesiones, satisfacción de los participantes, impacto de la intervención, desempeño y la eficacia de los colaboradores en la implementación de la intervención, sostenibilidad de los efectos positivos a largo plazo.

La organización de la intervención se evaluará a través de registros de planificación que permitan identificar la adherencia al cronograma y la disponibilidad de recursos. Esto se llevará a cabo de manera continua durante toda la intervención, con una revisión semanal. De este modo, se garantizará el desarrollo correcto de la intervención y la posibilidad de realizar ajustes necesarios de manera oportuna. La evaluación del desarrollo de las sesiones se realizará mediante el registro de sesiones y observaciones del facilitador, que serán recibidas al final de cada sesión. El objetivo es evaluar el cumplimiento de los contenidos programados, la duración de cada sesión y el manejo de los recursos. Por otro lado, se evaluará la satisfacción de los participantes mediante cuestionarios cortos y concretos. Esto se realizará al finalizar cada sesión y al concluir la intervención completa, asegurando así que la intervención sea relevante y valiosa para los participantes. Para evaluar el desempeño de los colaboradores y su eficacia en la implementación de la intervención, se realizarán evaluaciones continuas de desempeño y se recogerá *feedback* de los participantes, con una revisión final al término del programa. Esto, asegura que los colaboradores desempeñen su papel de manera efectiva y profesional, contribuyendo al éxito de la intervención. El impacto de la intervención en el bienestar emocional de los participantes se evaluará mediante la aplicación de la Escala de Bienestar Psicológico (EBP; Sánchez-Cánovas, 2021), antes y después de la intervención. Esto permitirá medir la efectividad de la intervención en términos de mejoras en el bienestar emocional de los participantes. Finalmente, se evaluará la sostenibilidad de los efectos positivos de la intervención a largo plazo, mediante la aplicación de la Escala de Bienestar Psicológico (EBP; Sánchez- Cánovas, 2021). Esto se realizará por medios digitales tres meses después de la finalización de la intervención. De este modo, se busca determinar si los beneficios de la intervención son duraderos y qué aspectos pueden necesitar refuerzos adicionales para futuras intervenciones.

7.9. Viabilidad

La propuesta de intervención *Estar desempleado y no morir en el intento* es viable y necesaria, porque existe una carencia de programas específicos que aborden el bienestar emocional de los jóvenes desempleados en el contexto ecuatoriano. Esta propuesta llena un vacío importante en los servicios de salud mental disponibles, ofreciendo un recurso especializado, accesible y con un potencial impacto positivo. La intervención contará con el respaldo de universidades privadas, lo cual no solo facilita la implementación logística del programa, sino que también ofrece una oportunidad valiosa para que los estudiantes de la carrera de Psicología realicen sus prácticas preprofesionales

bajo supervisión. Además, la participación de psicólogos voluntarios asegura que los jóvenes recibirán apoyo profesional de alta calidad. También, la búsqueda de apoyo económico y social de organizaciones alineadas con los objetivos de la propuesta minimiza los riesgos financieros y garantiza la sostenibilidad del programa. Este respaldo es crucial para cubrir los costos y asegurar la continuidad de las sesiones. Asimismo, la intervención está organizada en tres fases claramente delineadas, con un total de nueve sesiones que abordan desde la introducción al programa hasta la implementación de estrategias de empleo y seguimiento. Esta estructura asegura una cobertura integral de las necesidades de los participantes. Los posibles obstáculos incluyen la baja tasa de respuesta y desinterés de los participantes, que se abordarán mediante la técnica de bola de nieve y la creación de materiales informativos atractivos. El compromiso con la transparencia y la flexibilidad en la planificación asegurarán la implementación exitosa de la intervención.

8. Discusión, conclusiones y recomendaciones

Este apartado tiene como objetivo definir las implicaciones esperadas de los resultados del proyecto en la investigación y la práctica clínica, identificar las fortalezas y limitaciones de la propuesta de investigación y la intervención, y formular conclusiones y recomendaciones derivadas del desarrollo del proyecto.

8.1. Implicaciones de los resultados esperados

Los resultados esperados de esta investigación tienen implicaciones significativas para el Ecuador en términos de salud pública y atención psicológica para la población joven. Esto debido a que los resultados esperados podrían guiar la creación de programas de intervención dirigidos a mejorar el bienestar emocional de los jóvenes desempleados. La identificación de factores protectores y de riesgo específicos en este grupo permitirá a los profesionales de la salud mental desarrollar y aplicar estrategias de prevención y tratamiento más efectivas y culturalmente adecuadas para el contexto ecuatoriano. Además, los resultados del proyecto podrían influir en la capacitación de terapeutas y otros profesionales de la salud, promoviendo un enfoque más centrado en el contexto socioeconómico del consultante. Las organizaciones de salud y las instituciones académicas podrían incorporar estos hallazgos en sus currículum y programas de formación, asegurando que los nuevos profesionales estén mejor preparados para abordar los desafíos emocionales relacionados con el desempleo. De igual forma, el proyecto propuesto aportará significativamente a la investigación relacionada al impacto del desempleo en la salud mental de los jóvenes ya que se contribuirá a llenar un vacío en la literatura científica actual, donde la mayoría de los estudios se han realizado en contextos

diferentes o con poblaciones variadas. Además, los hallazgos podrían utilizarse como base para futuras investigaciones que exploren mecanismos de intervención más específicos o amplíen la muestra a otras regiones o grupos etarios.

8.2. Fortalezas y limitaciones del proyecto de investigación y plan de intervención

Dentro de las fortalezas, la propuesta de investigación aborda una problemática poco investigada en Ecuador, como es el impacto del desempleo en el bienestar emocional de los jóvenes. Esta información permitirá llenar un vacío en la literatura existente y podría servir de base para el desarrollo de políticas públicas y programas de intervención. En este sentido, el uso de un enfoque cuantitativo, con herramientas validadas y confiables como la Escala de Bienestar Psicológico (EBP), garantizará la recolección de datos precisos y la posibilidad de establecer relaciones estadísticas entre las variables de estudio. Al incluir participantes de tres provincias de Ecuador, el estudio tendrá una cobertura geográfica que permitirá capturar una visión más amplia y representativa del fenómeno en distintas regiones del país. Además, la planificación cuidadosa de los recursos, tanto humanos como materiales y financieros, y el uso de herramientas digitales de bajo costo, son buenas fortalezas para el desarrollo del proyecto. Como fortalezas de la propuesta de intervención se pueden señalar que, al ser gratuita y presencial, reducirá la barrera económica para los jóvenes desempleados, lo que aumentaría la posibilidad de participación y el alcance del programa. También, la propuesta incluye un plan de evaluación exhaustivo que contempla no solo la satisfacción de los participantes y la efectividad inmediata de la intervención, sino también el impacto a largo plazo, lo que permitirá hacer ajustes y mejorar futuras implementaciones.

En relación con las limitaciones del proyecto de investigación, se pueden mencionar el uso de una muestra no probabilística, ya que podría limitar la generalización de los resultados. También, la utilización de cuestionarios autoadministrados podría introducir sesgos de respuesta, ya que los participantes podrían no ser completamente honestos o precisos al reportar su historia laboral o su bienestar emocional. De la misma manera, se identificaron limitaciones dentro de la propuesta de intervención. Una de ellas es que el programa preventivo se llevará a cabo exclusivamente en Quito, lo que limitaría la posibilidad de replicar el programa en otras regiones de Ecuador donde los jóvenes también enfrentan altos niveles de desempleo y problemas asociados al bienestar emocional. Además, el éxito de la intervención depende, en gran medida, de la disponibilidad y el compromiso de psicólogos voluntarios y estudiantes de la carrera de Psicología. La falta de disponibilidad o el alto índice de rotación en este grupo podría

afectar la calidad y consistencia de la implementación del programa. A pesar del respaldo de universidades y organizaciones sin fines de lucro, la intervención depende de la obtención y asignación adecuada de recursos económicos y materiales, lo cual podría ser un desafío continuo, especialmente en contextos de crisis económica o falta de financiamiento. Esto podría influir en los resultados deseados de la intervención.

8.3. Conclusiones

La presente propuesta de investigación es esencial para entender las implicaciones psicológicas y socioeconómicas del desempleo en los jóvenes ecuatorianos. El marco teórico y metodológico proporciona una base sólida para abordar de manera afectiva el impacto del desempleo en esta población. Los resultados esperados de esta investigación no solo contribuirán a la literatura existente sobre el desempleo y el bienestar emocional en la población joven, sino que también ofrecerán la posibilidad de visibilizar y crear políticas públicas y programas de intervenciones específicas que fortalezcan y promuevan el bienestar emocional.

La propuesta de intervención *Estar desempleado y no morir en el intento* se destaca por ser un programa preventivo concreto, práctico y con un nombre creativo, que busca llegar a la población objetivo con actividades, estrategias y herramientas prácticas. Estas no solo fortalecerán el bienestar emocional de los jóvenes, sino que también les proporcionarán herramientas vitales para su crecimiento profesional.

La implementación exitosa de este proyecto beneficiará a los participantes y servirá como modelo para futuras intervenciones e investigaciones en el ámbito de la salud mental. En conclusión, la propuesta de investigación y la intervención planteadas demuestran que es posible contribuir positivamente a la población ecuatoriana. Además, resaltan la importancia de involucrarse más en la investigación y la implementación de planes de intervención de diferentes niveles, promoviendo así la movilización social y política hacia una sociedad más equilibrada.

8.4. Recomendaciones

A partir de los contenidos esenciales del proyecto, surgen varias reflexiones en cuanto al desarrollo de esta propuesta de investigación e intervención. Por tanto, como recomendaciones se considera métodos complementarios de muestreo para mejorar la representatividad de la muestra dentro de la investigación, y asegurar que los hallazgos sean aplicables a una población más amplia y diversa. Asimismo, se recomienda que futuras investigaciones tengan un corte longitudinal para visibilizar resultados significativos. Además, para el desarrollo de la intervención, se sugiere asegurar una fuente de

financiamiento estable y diversificada que permita la sostenibilidad del programa a largo plazo, mitigando la dependencia de voluntarios y donaciones. También es vital considerar la implementación de campañas de sensibilización que aborden el estigma asociado a la salud mental, facilitando la participación y el compromiso de los jóvenes, destacando los beneficios de la intervención y los resultados esperados.

9. Referencias

- Abdel-Al Ibrahim, K., Mohammad Zaitoun, Z., & Ajanil, B. (2022). Unemployment Anxiety in Light of the Coronavirus 2019 Pandemic and Its Relationship to Psychological Reassurance among Graduate Students at Prince Sattam Bin Abdulaziz University. *Education Research International*, 1. <https://doi.org/https://doi.org/10.1155/2022/1919879>
- Bartelink, V., Zay Ya, K., Guldbbrandsson, K., & Bremberg, S. (2020). Unemployment among young people and mental health: A systematic review. *Scandinavian journal of public health*, 48(5), 544-558. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1403494819852847>
- Blanco, D. y Garzón, A. (2020). Desempleo y Salud Mental en Adultos Jóvenes en la Ciudad de Bogotá. *Poliantea*, 15(27), 57-64.
- Brydsten, A., Hammarström, A., & San Sebastian , M. (2018). Health inequalities between employed and unemployed in northern Sweden: a decomposition analysis of social determinants for mental health. *Int J Equity Health*, 17(59). <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12939-018-0773-5>
- Bustamante, R., Ruiz, G., Suarez, C. y Santiana, Z. (2020). El desempleo en el ecuador: causas y consecuencias. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 5(10), 774-797. <https://doi.org/10.23857/pc.v5i10.1851>
- Campos, P., Galindo, M., Catalán, D. y Díaz, J. (2020). Determinantes de desempleo juvenil en la región del Maule, Chile. *Espacios*, 41(8), 24.
- Campuzano, D., Sotomayor, J. y Jaramillo, F. (2023). El Análisis del desempleo y su afectación a las condiciones de vida de los ecuatorianos, 2019-2021: Analysis of unemployment and its effect on the living conditions of Ecuadorians, 2019 2021. *In Conference Proceedings*, 7(1), 41-49.
- CEPAL (2023). *Estudio Económico de América Latina y el Caribe*. Santiago: Comisión Económica para América Latina y el Caribe.
- Cisne, M. (03 de octubre de 2023). *Faro Investigación y acción colectiva*. <https://grupofaro.org/autor/maria-del-cisne-moscoso/>

- Constant Millán, A. y Aubeterre, M. (2011). Validación de la Escala de Bienestar Psicológico en una muestra multiocupacional venezolana. *CES Psicología*, 4(1), 52-71.
- Del Fierro, R., Sanz, J., Salazar, H., Bravo, N. y Cervantes, R. (2021). Jóvenes: Una breve mirada a su inclusión social. En R. Cervantes, *Un balance crítico sobre los desafíos de la juventud en la nueva normalidad* (pp.59-70). Consejo Nacional para la Igualdad Intergeneracional.
- Doku, D., Acacio, P., Koivusilta, L., & Rimpelä, A. (2019). Health and socioeconomic circumstances over three generations as predictors of youth unemployment trajectories. *European journal of public health*, 29(3), 517-523. <https://doi.org/https://doi.org/10.1093/eurpub/cky242>
- Fernández, R. (26 de febrero de 2024). *Statista*. <https://es.statista.com/estadisticas/636029/tasa-global-de-desempleo/#:~:text=La%20tasa%20global%20de%20desempleo,2%25%20a%20partir%20de%202024.>
- Grupo FARO (2019). *Informe de avance a la política pública de empleo*. La Caracola Editores.
- Hua, Z., Ma, D., & Xia, X. (2022). Emotional Dysregulation and Time Structure Mediate the Link between Perceived Stress and Insomnia among Unemployed Young People in China: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19). <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph191911883>
- Huegaerts, K., Puig-Barrachina, V., & Vanroelen, C. (2017). The mental health of unemployed Brussels youth: the role of social and material resources. *Arch Public Health*, 75(19). <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s13690-017-0187-7>
- INEC. (2024). *Encuesta Nacional de Empleo, Desempleo y Subempleo (ENEMDU). Indicadores Laborales. Junio 2024*. Instituto Nacional de Estadística y Censos. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/estadisticas-laborales-enemdu/>
- Julio, V., Vacarezza, M., Álvarez, C. y Sosa, A. (2011). Niveles de atención, de prevención y atención primaria de la salud. *Archivos de Medicina interna*, 33(1), 7-11.
- Kaçay, Z., Yildiz, N., Zengin, S., & Nanu, L. (2023). Unemployment-Related Anxiety among Faculty of Sport Sciences Students. Quantitative Research. *Revista*

- Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, 15(3), 171-184.
<https://doi.org/https://doi.org/10.18662/rrem/15.3/761>
- Mamun , M., Akter, S., Hossain , I., Hasan Faisal, M. T., Rahman, M., Arefin, A., Khan, I., Hossain, L., Ariful Haque, Md., Hossain, S., Hossain, M., Sikder, Md., Kircaburun, K., & Griffiths, M. (2020). Financial threat, hardship and distress predict depression, anxiety and stress among the unemployed youths: A Bangladeshi multi-city study. *Journal of Affective Disorders*, 276, 1149-1158.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.075>
- Melella, C. (2014). Migraciones emergentes hacia la Argentina: colombianos y ecuatorianos. Breve panorama y estrategias de inserción cultural. *Si Somos Americanos*, 14(2), 15-46. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4067/S0719-09482014000200002>
- Morone, G. (2013). Métodos y técnicas de la investigación científica. *Universidad Nacional Autónoma de México*.
- MSP. (2022). *Proyecto de Creación e Implementación de Servicios de la Red de Salud Mental Comunitaria y Centros Estatales de Recuperación de Adicciones. Informe Técnico de Evaluación Plan Nacional Estratégico de Salud Mental 2014-2017*. Ministerio de Salud Pública del Ecuador.
- Mullo, H. y Marcatoma, J. (marzo de 2018). “Desempleo juvenil Ecuador, 2017: Magnitud y construcción de Perfiles sociodemográficos”. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*. <https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/desempleo-juvenil-ecuador.html> //hdl.handle.net/20.500.11763/caribe1803desempleo-juvenil-ecuador
- Mwanri, L., & Mude, W. (2021). Alcohol, Other Drugs Use and Mental Health among African Migrant Youths in South Australia. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph18041534>
- OIT. (2024). *World Employment and Social Outlook: May 2024 Update*. International Labour Organization. <https://doi.org/https://doi.org/10.54394/HZFD7984>
- OMS. (17 de junio de 2022). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response/?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjwpZWzBhC0ARIsACvjWRNE15_ga6YjwhrV9_m2ewV-35IIYxX4Dr1VAqe11DTonMuKpUIzk5laAuTDEALw_wcB

- OPS. (28 de febrero de 2023). *Organización Panamericana de la Salud*.
<https://www.paho.org/es/documentos/politica-para-mejorar-salud-mental>
- Peña, S. (2017). Análisis de datos. *Fundación Universitaria del Área Andina*.
- Raifman, J., Ettman, C., Dean, L., Abdalla, S., Skinner, A., Barry, C., & Galea, S. (2023). Economic precarity, loneliness, and suicidal ideation during the COVID-19 pandemic. *Plos One*, *17*(11). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0275973>
- Ralston, K., Everington, D., Feng, Z., & Dibben, C. (2022). Economic Inactivity, Not in Employment, Education or Training (NEET) and Scarring: The Importance of NEET as a Marker of Long-Term Disadvantage. *Work, Employment and Society*, *36*(1), 59-79.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0950017020973882>
- Sánchez Cánovas, J. (2021). *Escala de Bienestar Psicológico (4a.ed)*. Hogrefe TEA Ediciones.
- Silva, J., Castillo, C. y Delgado, J. (2022). La informalidad y la duración del desempleo de los jóvenes en Latinoamérica. Especial referencia a Ecuador. *Revista de Economía Mundial*, *60*, 125-149.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33776/rem.v0i60.5470>
- Stauder, J. (2019). Unemployment, unemployment duration, and health: selection. *The European Journal of Health Economics*, *20*(1), 59-73.
<https://doi.org/10.1007/s10198-018-0982-2>
- Strandh, M., Nilsson, K., Nordlund, M., & Hammarström, A. (2015). Do open youth unemployment and youth programs leave the same mental health scars? - Evidence from a Swedish 27-year cohort study. *BMC Public Health*, *15*(1151), 1-8. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12889-015-2496-5>
- Tan, M., Wu, Z., Li, J., Liang, Y., & Lv, W. (2024). Analyzing the impact of unemployment on mental health among Chinese university graduates: a study of emotional and linguistic patterns on Weibo. *Frontiers in Public Health*, *12*.
<https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1337859>
- Tassone, V., Duffy, S., Dunnett, S., Boparai, J., Zuluaga Cuartas, V., Jung, H., Wu, M., Goel, N., Lou, W., & Bhat, V. (2024). Decreased odds of depressive symptoms and suicidal ideation with higher education, depending on sex and employment status. *Plos one*, *19*(4).
<https://doi.org/https://doi.org/10.1371/journal.pone.0299817>

- Tello, J. (2023). Juventudes mexicanas en el mundo narco: cavilaciones desde la tensión social en la era digital. *Revista de Ciencias Sociales*, 179, 13-25. <https://doi.org/https://doi.org/10.15517/rcs.v0i179.55128>
- Thern, E., Elling, D., Badarin, K., Hernando, J., & Bodin, T. (2024). Precarious employment in young adulthood and later alcohol-related morbidity: a register-based cohort study. *Occupational and environmental medicine*, 81(4), 201-208. <https://doi.org/https://doi.org/10.1136/oemed-2023-109315>
- Thill, S., Houssemand, C., & Pignault, A. (2019). Unemployment Normalization: Its Effect on Mental Health During Various Stages of Unemployment. *Psychological Reports*, 122(5), 1600-1617. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0033294118794410>
- Wade, L., Duss, C., Crameri, A., & von Wyl, A. (2020). Associations of Social and Psychological Resources with Different Facets of Chronic Stress: A Study with Employed and Unemployed Adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 17(14). <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph17145032>