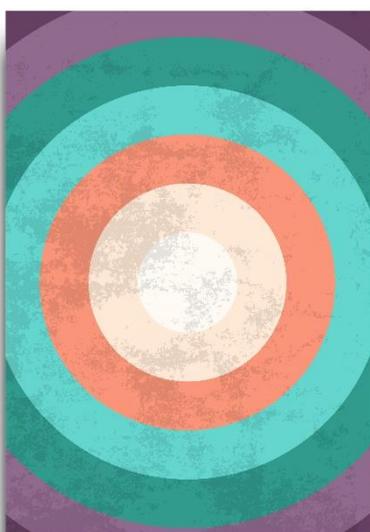


# REVISANDO LA EVIDENCIA DE LOS RETOS EN SALUD



Comps.

María del Mar Molero Jurado  
María del Mar Simón Márquez  
África Martos Martínez  
Ana Belén Barragán Martín  
María del Carmen Pérez-Fuentes

*Dykinson, S.L.*



# **Revisando la evidencia de los retos en Salud**

**Comps.**

**María del Mar Molero Jurado**

**María del Mar Simón Márquez**

**África Martos Martínez**

**Ana Belén Barragán Martín**

**María del Carmen Pérez-Fuentes**

© Los autores. NOTA EDITORIAL: Las opiniones y contenidos de los textos publicados en el libro “Revisando la evidencia de los retos en Salud”, son responsabilidad exclusiva de los autores; así mismo, éstos se responsabilizarán de obtener el permiso correspondiente para incluir material publicado en otro lugar, así como los referentes a su investigación.

No está permitida la reproducción total o parcial de esta obra, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por ningún medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, u otros medios, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del Copyright.

Editorial DYKINSON, S.L. Meléndez Valdés, 61 - 28015 Madrid

Teléfono (+34) 91 544 28 46 - (+34) 91 544 28 69

e-mail: [info@dykinson.com](mailto:info@dykinson.com)

<http://www.dykinson.es>

<http://www.dykinson.com>

Consejo Editorial véase [www.dykinson.com/quienessomos](http://www.dykinson.com/quienessomos)

Madrid, 2021

ISBN: 978-84-1122-673-8

*Preimpresión realizada por los autores*

*CAPÍTULO 1*

*REALIDAD VIRTUAL COMO TERAPIA ANTE UN ACCIDENTE CEREBROVASCULAR*

JUAN MOYA RUIZ, MARÍA RUEDA RUA, LAURA RICO FURONES, PALOMA MARTÍNEZ ORTEGA, ANTONIO JESÚS MORENO BERNAL, ANA FONT BALLESTER, MAGDALENA MARTÍNEZ CASTRO, Y ANDREA ROMERA MELGARES..... 13

*CAPÍTULO 2*

*REVISIÓN SISTEMÁTICA SOBRE LA EFECTIVIDAD DE LA TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO EN EL TRATAMIENTO DEL TRASTORNO OBSESIVO COMPULSIVO*

MAGDALENA MARTÍNEZ CASTRO, ANDREA ROMERA MELGARES, JUAN MOYA RUIZ, MARÍA RUEDA RÚA, LAURA RICO FURONES, PALOMA MARTÍNEZ ORTEGA, ANTONIO JESÚS MORENO BERNAL, Y ANA FONT BALLESTER..... 27

*CAPÍTULO 3*

*ESTUDIO ENFERMERO SOBRE LAS VENTAJAS E INCONVENIENTES DE LA VENTILACIÓN MECÁNICA NO INVASIVA*

INÉS SANTOTORIBIO PARRADO, ALEGRÍA LUQUE BELMONTE, Y MARÍA DEL ROSARIO RODRÍGUEZ GUERRERO..... 37

*CAPÍTULO 4*

*EFICACIA DEL EJERCICIO TERAPÉUTICO DE LA MUSCULATURA DEGLUTORIA EN PACIENTES CON DISFAGIA TRAS UN ACCIDENTE CEREBROVASCULAR: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA*

BEATRIZ PASTOR BENAVENTE, ANDREA MARCOS RODRÍGUEZ, ÁNGELA GONZÁLEZ DE MENA, Y RAQUEL LEIRÓS RODRÍGUEZ..... 47

*CAPÍTULO 5*

*ANÁLISIS DE TÉCNICAS ACTUALES EN EL MANEJO DE LA SINTOMATOLOGÍA EN MUJERES CON ENDOMETRIOSIS: REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA SISTEMÁTICA*

SERGIO MONTERO NAVARRO, TIFFANY OLIVIA HEATHER VINCENT, JESÚS MANUEL SÁNCHEZ MAS, JAVIER MOLINA PAYÁ, JOSÉ MARTÍN BOTELLA RICO, SONIA DEL RÍO MEDINA, MARÍA DEL CARMEN MARTÍNEZ GONZÁLEZ, CRISTINA ORTS RUIZ, JAIME MORERA BALAGUER, Y CRISTINA SALAR ANDREU..... 57

*CAPÍTULO 6*

*SÍNDROME DEL CASCANUECES: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA DE LAS VARIACIONES ANATÓMICAS Y SUS REPERCUSIONES CLÍNICAS*

CRISTINA MESAS HERNÁNDEZ, LAURA CABEZA MONTILLA, GLORIA PERAZZOLI, FRANCISCO JOSÉ QUIÑONERO MUÑOZ, CRISTINA LUQUE UCEDA, ALBA ORTIGOSA PALOMO, LIDIA GAGO BEJARANO, RAÚL VERGARA RUBIO, KEVIN DOELLO GONZÁLEZ, Y MARÍA MERCEDES PEÑA CONTRERAS ..... 79

*CAPÍTULO 7*

*ORIGEN DE LA ARTERIA VERTEBRAL: REVISIÓN SISTEMÁTICA DE SUS VARIACIONES ANATÓMICAS*

LAURA CABEZA MONTILLA, GLORIA PERAZZOLI, FRANCISCO JOSÉ QUIÑONERO MUÑOZ, CRISTINA MESAS HERNÁNDEZ, KEVIN DOELLO GONZÁLEZ, MARÍA MERCEDES PEÑA CONTRERAS, ANA CEPERO MARTÍN, CRISTINA LUQUE UCEDA, ALBA ORTIGOSA PALOMO, Y LIDIA GAGO BEJARANO ..... 87

*CAPÍTULO 8*

*EFICACIA DE LA ELECTROTERAPIA EN EL TRATAMIENTO DE LA DISMENORREA: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA*

ÁNGELA GONZÁLEZ DE MENA, ANDREA MARCOS RODRÍGUEZ, RAQUEL LEIRÓS RODRÍGUEZ, BEATRIZ PASTOR BENAVENTE, Y PABLO HERNÁNDEZ LUCAS..... 95

*CAPÍTULO 9*

*MAGNETOLIPOSOMAS EN LA TERAPIA DEL CÁNCER COLORECTAL: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA*

ANA CEPERO MARTÍN, CRISTINA LUQUE UCEDA, ALBA ORTIGOSA PALOMO, LIDIA GAGO BEJARANO, RAÚL VERGARA RUBIO, KEVIN DOELLO GONZÁLEZ, MARÍA MERCEDES PEÑA CONTRERAS, FRANCISCO JOSÉ QUIÑONERO MUÑOZ, CRISTINA MESAS HERNÁNDEZ, Y LAURA CABEZA MONTILLA..... 103

*CAPÍTULO 10*

*VARIACIONES ANATÓMICAS VERTEBRALES EN ADOLESCENTES CON ESCOLIOSIS IDIOPÁTICA: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA*

GLORIA PERAZZOLI, FRANCISCO JOSÉ QUIÑONERO MUÑOZ, CRISTINA MESAS HERNÁNDEZ, LAURA CABEZA MONTILLA, MARÍA MERCEDES PEÑA CONTRERAS, ANA CEPERO MARTÍN, CRISTINA LUQUE UCEDA, ALBA ORTIGOSA PALOMO, LIDIA GAGO BEJARANO, Y RAÚL VERGARA RUBIO..... 117

*CAPÍTULO 11*

*FACTORES PSICOSOCIALES Y DOLOR LUMBAR*

MARÍA JOSÉ PRADOS PALACIOS, ALEJANDRA MARÍA CILLERO RODRIGO,  
MACARENA BLANCO LÓPEZ, Y NEREA VÁZQUEZ FERNÁNDEZ..... 125

*CAPÍTULO 12*

*PAPEL DE ENFERMERÍA EN EL ABORDAJE DEL CUIDADO DE PACIENTE  
CON DIABETES II: ENFOQUE A MEDIDAS NO FARMACOLÓGICAS*

MARÍA ANDREA LUQUE QUESADA, ESTRELLA JIMÉNEZ HERNÁNDEZ, Y LEONOR  
MALDONADO CUEVAS ..... 135

*CAPÍTULO 13*

*EFFECTIVIDAD DEL EJERCICIO FÍSICO TERAPÉUTICO EN DOLOR  
LUMBOPÉLVICO EN MUJERES EMBARAZADAS*

CRISTINA ORTS RUIZ, MARÍA BOTELLA PASCUAL, CRISTINA SALAR ANDREU, JESÚS  
MANUEL SÁNCHEZ MÁS, SERGIO MONTERO NAVARRO, SONIA DEL RÍO MEDINA,  
JOSÉ MARTÍN BOTELLA RICO, M. CARMEN MARTÍNEZ GONZÁLEZ, JAVIER MOLINA  
PAYÁ, Y JAIME MORERA BALAGUER..... 145

*CAPÍTULO 14*

*BENEFICIOS DEL QIGONG EN LA PRÁCTICA ENFERMERA DE ATENCIÓN  
PRIMARIA*

ROCÍO REINA CABRERA, MARÍA ESPERANZA RUBIO MARTÍNEZ, CLAUDIA VARGAS  
ORTIZ, AMANDA CANTÓN MORALES, TANIA SEGURA GUILLÉN, Y PABLO JOSÉ  
LÓPEZ QUIRÓS..... 159

*CAPÍTULO 15*

*SÍNDROME DE ABSTINENCIA NEONATAL RELACIONADO CON EL  
CONSUMO DE OPIÁCEOS*

SARA QUINTINO GARGANTILLA, MARÍA ÁNGELES ARROYO CASIELLES, MARÍA  
PALOMA FERNÁNDEZ ÁLVAREZ, MARTA FERNÁNDEZ SÁNCHEZ, LAURA ARANDA  
FERNÁNDEZ, ANDREA BRAOJOS FERNÁNDEZ, INMACULADA FERNÁNDEZ PEREA,  
VÍCTOR ROMERO FERNÁNDEZ, Y MIGUEL ÁNGEL LÓPEZ GARCÍA-MORENO..... 169

*CAPÍTULO 16*

*LAS AUTOLESIONES NO SUICIDAS EN POBLACIÓN ADOLESCENTE:  
UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA*

MARINA GUARCH ONCINS, NURIA JORDANA VILANOVA, DAVID VAQUERO  
PUYUELO, TERESA BELLIDO BEL, ANA GONZÁLEZ GIL, MARÍA CELIA MARTÍNEZ-  
COSTA MONTERO, LAURA HUERTA MELÚS, VICENT AZNAR ALEMANY, MARÍA  
TERESA BASANTA PATIÑO, Y MARTA PASTOR BERNABEU ..... 183

*CAPÍTULO 17*

*PAPEL DE ENFERMERÍA EN LAS TÉCNICAS DE PREVENCIÓN DE  
NEUMONÍAS ASOCIADAS A LA VENTILACIÓN MECÁNICA INVASIVA EN  
EL PACIENTE DE UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS*

ESTHER MANCHEÑO MACIÁ, VANESA ESCUDERO ORTIZ, M. CARMEN MARTÍNEZ  
GONZÁLEZ, SONIA DEL RÍO MEDINA, INÉS GONZÁLEZ SÁNCHEZ, MARÍA CARMEN  
BERENGUER ÚBEDA, Y MARINA LEAL CLAVEL ..... 195

*CAPÍTULO 18*

*EFECTO DE LA SEDACIÓN PALIATIVA EN LA SUPERVIVENCIA DE LOS  
PACIENTES TERMINALES ADULTOS*

LUNA LÓPEZ GONZÁLEZ, MARÍA JOSÉ GARCÍA SOLER, VERÓNICA CARMONA  
MORENO, ANTONIO JESÚS SANTOS LUNA, ELENA CÓRDOBA SALAMANCA, LUZ  
MARÍA OBREGÓN DELGADO, ÁLVARO ROJANO GÁLVEZ, DOLORES JIMÉNEZ  
PRIETO, CARMEN MARÍA JIMÉNEZ PRIETO, Y FRANCISCO JAVIER SÁNCHEZ  
JIMÉNEZ ..... 213

*CAPÍTULO 19*

*REVISIÓN BIBLIOMÉTRICA SOBRE EL MANEJO DE LA VÍA  
SUBCUTÁNEA POR EL PROFESIONAL DE ENFERMERÍA*

ELIA NIETO UREÑA, MARÍA DE LA PAZ ZURRÓN PÉREZ, Y ANA SILVA CAMPOS 225

*CAPÍTULO 20*

*REHABILITACIÓN NO INVASIVA PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA  
EN MUJERES MASTECTOMIZADAS*

VERÓNICA TATIANA CHAVES, YULIETH CRISTINA CASTANEDA ROBLES, ANDRÉS  
FELIPE OLIVARES SANDOVAL, MICHEYE DAYANA ESPITIA QUINTÍN, JUDITH  
PATRICIA BELTRÁN RAMÍREZ, CARLOS DUVÁN PÁEZ MORA, MÓNICA PAOLA  
MURCIA DONCEL, YANETH PATRICIA CAVIATIVA CASTRO, Y ALEXANDER  
GUTIÉRREZ-SÁNCHEZ..... 233

*CAPÍTULO 21*

*TRASTORNO DEL SUEÑO POR TRABAJO A TURNOS EN ENFERMERÍA Y FACTORES DE RIESGO: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA*

ANDREI ALEX LUCA, SANDRA VIQUE FERNÁNDEZ, Y ALICIA CORRAL RUBIO..... 245

*CAPÍTULO 22*

*CANALIZACIÓN ACCESOS VENOSOS PERIFÉRICOS MEDIANTE ECOGRAFÍA FRENTE A TÉCNICA TRADICIONAL*

MARÍA DOLORES BERNABÉU RABADÁN, JUAN GÓMEZ GÓMEZ, Y DIEGO FERNANDO LOSADA RODRÍGUEZ..... 259

*CAPÍTULO 23*

*EFICACIA DE LAS MEDIAS DE COMPRESIÓN NEUMÁTICA INTERMITENTE FRENTE A LA TERAPÉUTICA TRADICIONAL FARMACOLÓGICA*

DIEGO FERNANDO LOSADA RODRÍGUEZ, JUAN GÓMEZ GÓMEZ, Y MARÍA DOLORES BERNABÉU RABADÁN ..... 271

*CAPÍTULO 24*

*ALCOHOL E INFECCIONES DE TRASMISIÓN SEXUAL EN LA ADOLESCENCIA: REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA*

YOLANDA FERNÁNDEZ MORODO, ANTONIO JESÚS MORA TALAVERA, Y LAURA MARÍA ÁRBOL GUERRERO..... 283

*CAPÍTULO 25*

*EFFECTIVIDAD DE LA MOXIBUSTIÓN EN EL TRATAMIENTO DE LA PRESENTACIÓN DE NALGAS EN GESTANTES A PARTIR DE 28 SEMANAS DE GESTACIÓN: REVISIÓN SISTEMÁTICA*

CRISTIAN MARTÍN VÁZQUEZ, RUBÉN GARCÍA FERNÁNDEZ, NATALIA CALVO AYUSO, MARÍA CRISTINA MARTÍNEZ FERNÁNDEZ, CRISTINA LIÉBANA PRESA, Y MIRENA GRANADO SOTO..... 295

*CAPÍTULO 26*

*ADICCIÓN AL SMARTPHONE Y SU IMPACTO EN EL ADOLESCENTE: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA*

MARÍA CRISTINA MARTÍNEZ FERNÁNDEZ, ANDREA SUÁREZ GARCÍA, NATALIA CALVO AYUSO\*, CRISTIAN MARTÍN VÁZQUEZ, RUBÉN GARCÍA FERNÁNDEZ, Y RODRIGO VERDEAL DACAL..... 305

*CAPÍTULO 27*

*MENOPAUSIA Y OXIDACIÓN DE GRASAS: UNA REVISIÓN NARRATIVA*

ANDREA MARÍA GONZÁLEZ MARISCAL, JOSÉ DIEGO SANTOTORIBIO CAMACHO, ALEJANDRO PÉREZ PÉREZ, MANUEL JESÚS COSTILLA MACÍAS, BELÉN MARÍA PALMA RUGE, MARÍA REBOLLO RAMOS, JUAN CORRAL PÉREZ, RUBÉN ARAGÓN MARTÍN, SONIA ORTEGA GÓMEZ, Y CRISTINA CASALS ..... 317

*CAPÍTULO 28*

*BALNEOTERAPIA COMO COADYUVANTE NO FARMACOLÓGICO EN EL ABORDAJE TERAPÉUTICO DE LA FIBROMIALGIA: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA*

NATALIA CALVO AYUSO, RUBÉN GARCÍA FERNÁNDEZ, MARÍA CRISTINA MARTÍNEZ FERNÁNDEZ, CRISTIAN MARTÍN VÁZQUEZ, MIRENA GRANADO SOTO, Y MARÍA REYES PÉREZ FERNÁNDEZ ..... 333

*CAPÍTULO 29*

*EDUCACIÓN PARA LA SALUD ORIENTADA AL SÍNDROME DE APNEA E HIPOPNEA OBSTRUCTIVA DEL SUEÑO (SAHOS): RETOS Y REALIDADES*

CARLOS DUVÁN PÁEZ MORA, MÓNICA PAOLA MURCIA DONCEL, ANYELA MANCILLA LUCUMI, WILLIAM ARMANDO ÁLVAREZ ANAYA, YANETH PATRICIA CAVIATIVA CASTRO, Y JUAN GUILLERMO TORRES HURTADO ..... 347

*CAPÍTULO 30*

*COMUNICACIÓN ENFERMERA CON EL PACIENTE CRÍTICO INTUBADO EN UNA UNIDAD DE CUIDADOS INTENSIVOS: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA*

RAQUEL FRAGUAS MIGUÉLEZ, CARLOS MÉNDEZ MARTÍNEZ, LETICIA SÁNCHEZ ALDEÓN, INÉS CASADO VERDEJO, FÁTIMA FRAGUAS MIGUÉLEZ, Y JESÚS ANTONIO FERNÁNDEZ FERNÁNDEZ ..... 359

*CAPÍTULO 31*

*EXOSOMAS COMO BIOMARCADORES MEDIADORES DE LA COMUNICACIÓN INTERCELULAR E INTERÓRGANO MODULADOS POR EL EJERCICIO FÍSICO*

LAURA ÁVILA CABEZA DE VACA, ALICIA DE COSA NAVARRO, PEDRO BUSTELO BUENO, BELÉN MARÍA PALMA RUGE, SONIA ORTEGA GÓMEZ, ALBERTO MARÍN GALINDO, RUBÉN ARAGÓN MARTÍN, ANDREA MARÍA GONZÁLEZ MARISCAL, GWENDOLIN PÉREZ CHANIVET, Y CRISTINA CASALS ..... 371

*CAPÍTULO 32*

*EL PAPEL DE LAS COMPETENCIAS PERSONALES EN EL BIENESTAR PSICOSOCIAL DE LOS ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA*

MARIA SISTO, MARÍA DEL MAR MOLERO JURADO, ÁFRICA MARTOS MARTÍNEZ, Y MARÍA DEL CARMEN PÉREZ-FUENTES..... 383

*CAPÍTULO 33*

*EMPATÍA EN ADOLESCENTES DE SECUNDARIA: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA*

PABLO MOLINA MORENO, ANA BELÉN BARRAGÁN MARTÍN, MARÍA DEL MAR SIMÓN MÁRQUEZ, Y MARÍA DEL CARMEN PÉREZ-FUENTES..... 393

*CAPÍTULO 34*

*CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESADOS Y PATOLOGÍA ONCOLÓGICA COLORRECTAL*

PATRICIA MENÉNDEZ PUENTE Y SARA FERNANDEZ MÉNDEZ ..... 407

*CAPÍTULO 35*

*ALCOHOL Y EMBARAZO NO DESEADO EN LA ADOLESCENCIA: REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA*

YOLANDA FERNÁNDEZ MORODO, ANTONIO JESÚS MORA TALAVERA, Y LAURA MARÍA ÁRBOL GUERRERO..... 421

## CAPÍTULO 32

### EL PAPEL DE LAS COMPETENCIAS PERSONALES EN EL BIENESTAR PSICOSOCIAL DE LOS ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

MARIA SISTO, MARÍA DEL MAR MOLERO JURADO, ÁFRICA MARTOS MARTÍNEZ, Y  
MARÍA DEL CARMEN PÉREZ-FUENTES

*Universidad de Almería*

#### INTRODUCCIÓN

##### **La adolescencia**

La adolescencia es un período crítico de la vida en el que una combinación de cambios psicosociales rápidos, crecimiento somático y procesos de maduración cerebral proporcionan un terreno fértil para el desarrollo de patrones de comportamiento que se mantienen a lo largo de toda la vida (Arain et al., 2013). Durante la adolescencia, una mayor capacidad de respuesta a los incentivos y contextos emocionalmente excitantes puede influir en la toma de decisiones y conducir al inicio de comportamientos de riesgo que pueden ser perjudiciales para la salud de los sujetos (Smith et al., 2013). Por ejemplo, las emociones negativas o la impulsividad son factores personales que suelen asociarse con niveles más bajos de bienestar psicológico (Diener et al., 2009). Resulta, por lo tanto, necesario investigar y profundizar en aquellas variables y competencias personales que se asocian significativamente con el bienestar psicosocial en esta etapa de desarrollo. Es un campo de interés psicoeducativo y una necesidad que mira a mejorar la salud y calidad de vida de los adolescentes (Do et al., 2022).

##### **El bienestar Psicosocial**

El estudio del bienestar de niños y adolescentes se ha convertido en un área de investigación importante para diferentes profesionales durante la última década (Ben-Arieh et al., 2014; De Castella et al., 2013; Garbarino, 2014). El bienestar subjetivo incluye evaluaciones cognitivas y afectivas de la vida de una persona (Diener et al., 1999). El bienestar cognitivo se refiere a la evaluación de las personas en sus vidas pasadas y presentes (Pavot y Diener, 2008) y generalmente se mide utilizando la Escala de Satisfacción con la Vida (Diener et al., 1985). El bienestar afectivo representa el equilibrio entre la experiencia de un individuo de emociones positivas y negativas (Diener et al., 1999) y generalmente se evalúa usando la Escala de Afecto Positivo y Afecto Negativo (PANAS; Clark y Tellegen, 1988). El concepto de bienestar subjetivo se ha desarrollado a través de dos perspectivas históricas. La primera es la hedónica, centrada en experiencias emocionales positivas, distancia de estados de ánimo negativos y satisfacción vital general. La segunda es la perspectiva eudaimónica, que

concibe el bienestar como un estado duradero de funcionamiento psicológico positivo y se enfoca en la promoción del crecimiento personal y en el desarrollo del potencial humano personal (Baptista et al., 2016; Diener et al., 1999; Ryan y Deci, 2000;).

### **VARIABLES Y COMPETENCIAS PERSONALES ASOCIADAS AL BIENESTAR PSICOSOCIAL EN LA ADOLESCENCIA**

El bienestar psicológico se puede describir como un constructo multidimensional con dimensiones cognitivas y afectivas que consta de tres componentes: satisfacción con la vida, afecto positivo y negativo (Diener et al., 2009). Además, existe un consenso general de que el bienestar mental es un concepto multidimensional que subsume diferentes aspectos de la vida y conlleva la presencia de factores positivos (Steptoe, 2019). El bienestar psicosocial, por ejemplo, es una de las dimensiones del bienestar mental que se centra en los niveles psicológicos (intrapersonales) y sociales (interpersonales) de funcionamiento positivo (Burns, 2015), y considera recursos como la autoestima, el optimismo, y el apoyo social (Organización Mundial de la Salud, 2004). Por ejemplo, un mayor bienestar psicosocial en los jóvenes se ha asociado con relaciones sociales de apoyo que, a su vez, pueden reducir las emociones negativas a través del apoyo social, entre otras cosas (Chen et al., 2017). Con respecto al tema de las competencias, los supuestos de la psicología positiva destacan la importancia de fortalecer algunas habilidades y virtudes como forma de potenciar el desarrollo de las personas (Napurí, 2008; Seligman y Pawelski, 2003). Concretamente, estudios empíricos sugieren la existencia de correlaciones significativas entre distintas competencias positivas personales y el funcionamiento y bienestar psicológico de los adolescentes (Casas et al., 2012; Goswami, 2012; Tomyn y Cummins, 2011). Las investigaciones centradas en las competencias necesarias para desarrollar y fomentar el desarrollo positivo de adolescentes indican que el autocontrol, la autorregulación, la esperanza y el propósito en la vida, entre otras variables, están directamente asociadas con el desarrollo positivo de los jóvenes. Además, estas competencias positivas están vinculadas a logros académicos y sociales, contribuyendo a aumentar el bienestar durante la etapa escolar (Bowers et al., 2014). Algunos investigadores, siguiendo el modelo de fortalezas de carácter (clasificación de valores en acción) propuesto por Peterson y Seligman (2004), han puesto de manifiesto que fortalezas como la esperanza, la gratitud y un sentido de significado en la vida contribuyen a explicar las variaciones en el bienestar de los adolescentes (Gillham et al., 2011). Los factores motivacionales y emocionales, también, están conectados con el constructo de bienestar, teniendo en cuenta los resultados de varias investigaciones que han demostrado la asociación entre estos factores (Ryan y Deci, 2000; Extremera et al., 2011; Sánchez-Álvarez et al., 2016). Finalmente, investigaciones recientes han revisado cuán importante es la autoestima y/o el autoconcepto en el bienestar psicológico. El autoconcepto se considera un elemento favorecedor del sentido de la propia identidad, constituyendo un marco de referencia desde el que interpretar la

realidad externa y las experiencias que influyen en las expectativas de la persona, su rendimiento, así como salud y equilibrio psicológico. Por su parte, la autoestima es la suma de juicios que la persona genera de sí misma, incluyendo las dimensiones afectiva y evaluativa de la autoimagen que se basan en datos objetivos, y que constituyen aquello que una persona piensa sobre sí misma (Salmon y Ayala, 2021). Otras variables psicológicas, que se han visto asociadas al bienestar personal y social, son el autoconcepto positivo y la autoestima, considerados termómetros del bienestar (Goñi et al. 2004).

### **Objetivo**

El objetivo general de este estudio es examinar el papel de variables y competencias personales en el bienestar psicosocial de los adolescentes.

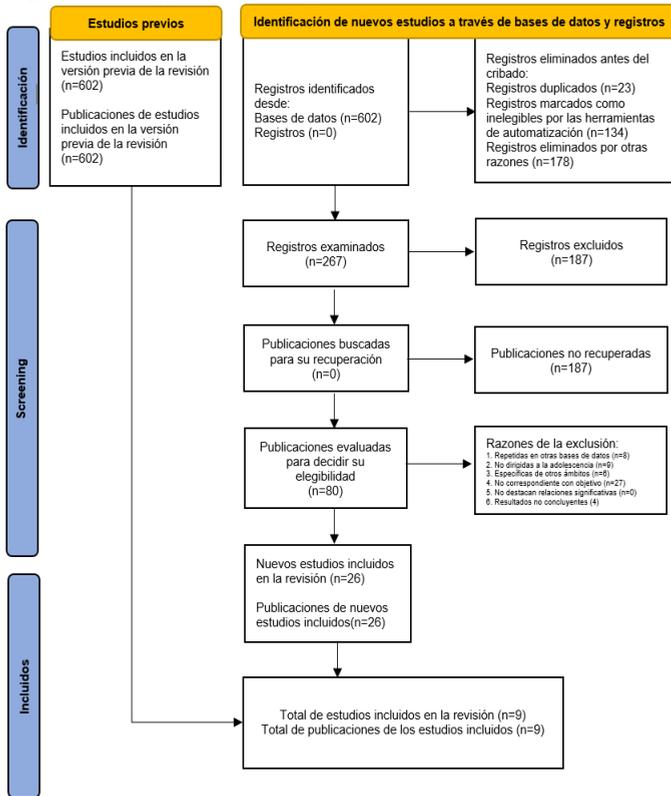
### **METODOLOGÍA**

Para lograr el objetivo planteado se ha llevado a cabo una revisión sistemática en la literatura científica, usando los operadores booleanos AND y OR, y los siguientes descriptores, en el título y abstract: “Bienestar Psicológico” OR “Bienestar Psicosocial” OR “Wellbeing” AND “Competencias” OR “Skills” AND “Adolescentes” OR “Adolescents”. Los criterios de inclusión aplicados para la búsqueda de las publicaciones fueron: idiomas inglés y español; trabajos empíricos; límite temporal restringido a los últimos 10 años. Los criterios de exclusión fueron: documentos diversos a artículos de revistas científicas; publicaciones de ámbitos diferentes al psicoeducativo y de salud; artículos no disponibles a texto completo. Los artículos revisados ( $n=9$ ) se obtuvieron de las siguientes bases de datos: Dialnet, PSICODOC, PsycInfo y Web of Science. En la tabla 1 se reflejan las fórmulas de búsqueda, mientras que en el diagrama de flujo se representa el proceso de selección de los estudios (Figura 1).

*Tabla 1. Bases de Datos, Descriptivos, Fórmulas y Referencias*

Base de datos	Descriptores	Fórmulas de búsqueda	Referencias encontradas (N)	Referencias seleccionadas (N)
Dialnet	“Bienestar Psicológico”; “Adolescentes”	ti(Bienestar Psicológico) AND ti (Adolescentes)	187	5
PSICODOC	“Competencias”, “Adolescentes”, “Bienestar Psicosocial”	ti(Competencias) AND ti(Adolescentes) AND ti(Bienestar Psicosocial)	192	1
PsycInfo	“Bienestar Psicológico”, “Adolescentes”	ti(Bienestar Psicológico) AND ti (Adolescentes)	30	1
Web of Science	“Wellbeing”, “Adolescents”, “Skills”	ti(Wellbeing) AND ti(Adolescents) AND ti(Skills)	193	2

Figura 1. Diagrama de Flujo de Selección de los Estudios



Nota. Elaboración propia a partir de Yepes-Nuñez et al. (2021).

## RESULTADOS

Para el procedimiento de extracción de datos se han seguido las directrices del protocolo PRISMA-P (Yepes-Nuñez et al., 2021). De los artículos seleccionados finalmente se destacan elementos como la referencia bibliográfica, el lugar dónde se desarrolló el estudio, las características de la población involucrada, los diseños seguidos, los instrumentos utilizados para medir el bienestar en los adolescentes, así como las variables y competencias personales asociadas (Tabla 2).

**Tabla 2.** Identificación de los artículos seleccionados, poblaciones, diseños, instrumentos de medida del bienestar y factores asociados

Autor/es, año (País)	Muestra	Diseño	Instrumentos de medición del bienestar	Variables y competencias personales asociadas al bienestar
Álvarez et al., 2019 (Uruguay)	N=188 50% hombres 50% mujeres Medad=13 años	Estudio transversal correlacional-causal	Escala de bienestar psicológico-BIEPS (Casullo & Castro, 2002)	Autoestima, autoeficacia, sintomatología depresiva, malestar psicológico
Gonzales, 2019 (Perú)	N=233 50,87% hombres 49,13% mujeres Medad=15,48 años	Estudio correlacional de corte transversal	Escala de bienestar psicológico-BIEPS (Casullo & Castro, 2002)	Inteligencia Emocional
Soler y Álvarez, 2021 (Argentina)	N=345 39,7% hombres 60,3% mujeres Medad=18,98 años	Estudio descriptivo correlacional	Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes-PERMA (Soler, 2016)	Virtud y fortaleza del carácter
Cabrero et al., 2019 (España)	N=1075 47,8% varones 52,2% mujeres Edad=13÷18	Estudio descriptivo y comparativo de corte transversal	Escala de bienestar psicológico-EBP (Sánchez-Cánovas, 1998)	Autoconcepto, autoestima, emotividad, depresión
Leme et al., 2015 (Brasil)	N=454 46,3% hombres 53,7% mujeres Medad=15,33 años	Estudio correlacional predictivo	Psychological Well-Being Scale-PWS (Ryff, 1989)	Autocontrol, empatía, cívica, inventiva social, aproximación afectiva
Ripoll-Núñez et al., 2020 (Colombia)	N=930 43,3% hombres 56,7% mujeres Medad=13,85 años	Estudio descriptivo, correlacional predictivo	Escala de bienestar psicológico-BIEPS (Casullo & Castro, 2002)	Afrontamiento proactivo, regulación emocional, habilidades sociales
Lugo et al., 2018 (México)	N=228 48,2% hombres 51,8% mujeres Medad=17,28 años	Estudio descriptivo, correlacional	Inventario de bienestar psicológico (basado en el instrumento elaborado por Ryff, 1989)	Resiliencia
Tomé et al., 2021 (Portugal)	N=384 53,4% varones 46,6% mujeres Medad=15,3 años	Estudio descriptivo, comparativo, predictivo	Kidscreen Scale (Gaspar et al., 2012)	Competencia, confianza, carácter, cariño, conexión
Salavera y Usán, 2020 (España)	N=344 49,13% varones 49,87% mujeres Medad=12,86 años	Estudio descriptivo, de mediación	The Eudaimonic Well-Being Questionnaire-QEWB (Waterman et al., 2010)	Inteligencia Emocional, afecto positivo

### **Principales hallazgos de los estudios seleccionados**

En primer lugar, Álvarez et al. (2019) muestran la existencia de correlaciones significativas positivas entre el bienestar psicológico con la autoestima y la autoeficacia, y relaciones inversas con el malestar psicológico y los síntomas depresivos. Siguiendo esta misma línea, Cabrero et al. (2019), investigando los factores predictores del bienestar subjetivo, encuentran 5 variables estadísticamente significativas: autoconcepto, baja depresión, buena calidad del sueño, autoestima corporal, baja emotividad y alto rendimiento académico. Recalcan que a puntuaciones más elevadas en estas variables positivas mayor bienestar psicológico.

Asimismo, Leme et al. (2015) ponen de manifiesto la presencia de algunas competencias como empatía, autocontrol, civilidad, inventiva social y aproximación afectiva, al ser mejores predictores del bienestar psicológico de los adolescentes encuestados en su estudio. Y, además, Lugo et al. (2018) demuestran el papel modulador de las disposiciones de resiliencia que proceden de las redes de apoyo social en afectar de forma significativa y positiva el bienestar psicológico.

Finalmente, Soler y Álvarez (2021), analizando el constructo de virtud/fortaleza del carácter propuesto por Peterson y Seligman (2004), muestran que la virtud del coraje actúa como un eje transversal que directamente cultiva el bienestar psicológico en las personas, debido a que es un rasgo con cualidades morales que expresan las virtudes del carácter en conductas, pensamientos y emociones. Estos mismos autores enfatizan la existencia de correlaciones significativas positivas, y moderadas, entre la virtud del coraje y el bienestar en cada una de sus dimensiones. Así mismo, Tomé et al. (2021) se centran en reconocer las fortalezas psicosociales para promover el bienestar general de los adolescentes y analizan la influencia de las cinco C del desarrollo positivo de la juventud (competencia, confianza, carácter, cariño y conexión) en el bienestar. Los resultados obtenidos revelan que la confianza es el predictor más fuerte de bienestar y salud mental juvenil. También, Ripoll-Núñez et al. (2020) evalúan las competencias positivas y su relación con el bienestar y satisfacción con la vida, matizando que las variables que más contribuyen al bienestar de los adolescentes son el afrontamiento positivo, el afrontamiento social y la regulación emocional.

Por último, la investigación de Salavera y Usán (2020), analiza la relación entre bienestar eudaimónico, inteligencia emocional (IE) y afectos en adolescentes tempranos; mostrando, por un lado, el efecto positivo directo de IE sobre el bienestar y, por otro, el papel predictivo de tres componentes (autoconciencia emocional, regulación emocional y uso de emociones en resolución de problemas) para el bienestar eudaimónico. Sin embargo, hay un estudio que revela la ausencia de relaciones significativas entre la IE y bienestar psicológico (Gonzales 2019).

## **DISCUSIÓN/CONCLUSIONES**

La adolescencia es una etapa de la vida en el que tienen lugar cambios psicosociales, procesos de maduración cerebral y de crecimiento somático que forjan una serie de patrones conductuales con tendencia a mantenerse durante la vida. Por ello, las investigaciones centradas en la salud y bienestar psicosocial de los adolescentes deben inevitablemente tener en cuenta la existencia de toda aquellas variables y competencias personales que puedan intervenir en la mejora de la calidad de vida en esta etapa de desarrollo.

La revisión sistemática realizada en este estudio aporta datos útiles a conocer algunos de los factores que favorecen el bienestar psicosocial de los adolescentes. Entre ellos se mencionan: autoestima, autoeficacia, autoconcepto, afrontamiento proactivo, Inteligencia Emocional, empatía, regulación emocional y resiliencia.

Un entrenamiento emocional y afectivo temprano o una intervención centrada en fomentar resiliencia y autoeficacia, por ejemplo, podrían conducir a un aumento del bienestar adolescente, lo que abre interesantes vías para investigaciones futuras.

### **Agradecimientos**

Esta publicación es parte del proyecto de I+D+i PID2020-119411RB-I00, financiado por MCIN/ AEI/10.13039/501100011033/ y FEDER “Una manera de hacer Europa”.

## **REFERENCIAS**

- Álvarez, D. G., Soler, M. J., & Cobo-Rendón, R. C. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes: relaciones con autoestima, autoeficacia, malestar psicológico y síntomas depresivos. *Revista de Orientación Educativa*, 33(63), 23-43.
- Arain, M., Haque, M., Johal, L., Mathur, P., Nel, W., Rais, A., ... & Sharma, S. (2013). Maturation of the adolescent brain. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 9, 449-461.
- Baptista, A., Camilo, C., Becalli, M., Santos, I., de Almeida, J., Brites, J. y Fernández-Abascal, E. G. (2016). What are people saying when they report they are happy or life satisfied? *Anales de Psicología*, 32, 803-809.
- Ben-Arieh, A., Casas, F., Frønes, I., & Korbin, J. E. (2014). Multifaceted concept of child well-being. En A. Ben-Arieh, F. Casas, I. Frønes, & J. E. Korbin (Eds.), *Handbook of child well-being: Theories, methods and policies in global perspective* (pp. 1-27). New York: Springer.
- Bowers, E. P., John Geldhof, G., Johnson, S. K., Lerner, J. V., & Lerner, R. M. (2014). Special issue introduction: Thriving across the adolescent years: A view of the issues. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(6), 859-868.
- Cabrero, R. S., Mateo, C. M., & Hernández, M. P. (2019). El bienestar psicológico en la adolescencia: variables psicológicas asociadas y predictoras. *European Journal of Education and Psychology*, 12(2), 139-151.
- Casas, F., Bello, A., González, M., & Aligué, M. (2012). Personal well-being among Spanish adolescents. *Journal of Social Research & Policy*, 3(2), 19-45.

Chen, E., Brody, G. H., & Miller, G. E. (2017). Childhood close family relationships and health. *The American Psychologist*, *72*(6), 555-566.

Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, *54*(6), 1063-1070.

De Castella, K., Goldin, P., Jazaieri, H., Ziv, M., Dweck, C. S., & Gross, J. J. (2013). Beliefs about emotion: Links to emotion regulation, well-being, and psychological distress. *Basic and Applied Social Psychology*, *35*(6), 497-505.

Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, *49*(1), 71-75.

Diener, E., Napa, C., & Lucas, R. E. (2009). The Evolving Concept of Subjective Well-Being: The Multifaceted Nature of Happiness. En *Assessing Well-Being* (pp. 67-100). Springer, Dordrecht.

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, *125*(2), 276-284.

Do, S., Coumans, J. M., Börnhorst, C., Pohlmann, H., Reisch, L. A., Danner, U. N., ... & Hebestreit, A. (2022). Associations Between Psychosocial Well-Being, Stressful Life Events and Emotion-Driven Impulsiveness in European Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, *51*(6), 1106-1117.

Extremera, N., Ruiz-Aranda, D., Pineda-Galán, C., & Salguero, J. M. (2011). Emotional intelligence and its relation with hedonic and eudaimonic well-being: A prospective study. *Personality and Individual Differences*, *51*(1), 11-16.

Garbarino, J. (2014). Ecological perspective on child well-being. En A. Ben-Arieh, F. Casas, I. Frønes, & J. E. Korbin (Eds.), *Handbook of child well-being: Theories, methods and policies in global perspective* (pp. 1365-1384). New York: Springer.

Gillham, J., Adams-Deutsch, Z., Werner, J., Reivich, K., Coulter-Heindl, V., Linkins, M., ... Seligman, M. E. (2011). Character strengths predict subjective well-being during adolescence. *The Journal of Positive Psychology*, *6*(1), 31-44.

Gonzales, P. S. (2019). Inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes limeños. *CASUS: Revista de Investigación y Casos en Salud*, *4*(1), 30-36.

Goñi, A., Rodríguez, A., y Ruiz-de Azúa, S. (2004). Bienestar psicológico y autoconcepto físico en la adolescencia y juventud. *Psiquis*, *25*(4), 141-151.

Goswami, H. (2012). Social relationships and children's subjective well-being. *Social Indicators Research*, *107*(3), 575-588.

Leme, V. B. R., Del Prette, Z. A. P., & Coimbra, S. (2015). Social skills, social support and well-being in adolescents of different family configurations. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, *25*, 9-17.

Lugo, S. G., Romero, J. C. G., & Hernández, E. R. V. (2018). Apoyo social y resiliencia: predictores de bienestar psicológico en adolescentes con suceso de vida estresante. *Psicología y Salud*, *28*(2), 167-176.

Méndez, A., Cecchini, J. A., & García-Romero, C. (2020). Profiles of emotional intelligence and their relationship with motivational and well-being factors in physical education. *Psicología Educativa*, *26*(1), 27-36.

Napurí, R. A. (2008). Psicología positiva: Un enfoque emergente. *Temática Psicológica*, (4), 7-20.

Burns, R. (2016). Psychosocial Well-being. En N. A. Pachana, (Ed.), *Encyclopedia of Geropsychology* (pp. 1–8). Springer Singapore.

Pavot, W., & Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 3(2), 137-152.

Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York, Oxford University Press.

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press.

Ripoll-Núñez, K., Carrillo, S., Gómez, Y., & Villada, J. (2020). Predicting well-being and life satisfaction in Colombian adolescents: the role of emotion regulation, proactive coping, and prosocial behavior. *Psyche*, 29(2).

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry*, 11(4), 319-338.

Salavera, C., & Usán, P. (2020). The relationship between eudaimonic wellbeing, emotional intelligence and affect in early adolescents. *Current Psychology*, 1-9.

Salmon, P. G., & Ayala, J. L. M. (2021). Implicaciones de la autoestima y el autoconcepto en el bienestar psicológico de los adolescentes españoles. *MLS Psychology Research*, 4(2).

Sánchez-Álvarez, N., Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2016). The relation between emotional intelligence and subjective well-being: A meta-analytic investigation. *The Journal of Positive Psychology*, 11(3), 276-285.

Méndez et al. (2020).

Seligman, M. E., & Pawelski, J. O. (2003). Positive psychology: FAQs. *Psychological Inquiry*, 159-163.

Soler, M. J., & Álvarez, D. G. (2021). Bienestar psicológico y virtud del coraje en adolescentes tardíos. *Informes Psicológicos*, 21(2), 43-59.

Stephoe, A. (2019). Happiness and health. *Annual Review of Public Health*, 40(1), 339-359.

Tomé, G., Gaspar de Matos, M., Reis, M., Gomez-Baya, D., Coelho, F., & Wiium, N. (2021). Positive youth development and wellbeing: gender differences. *Frontiers in Psychology*, 2343, 1-14.

Tomyn, A. J., & Cummins, R. A. (2011). The subjective wellbeing of high-school students: Validating the Personal Wellbeing Index—School Children. *Social Indicators Research*, 101(3), 405-418.



*Dykinson, S.L.*